



Efektivitas Pelatihan Kesadaran Diri dalam Meningkatkan Kedisiplinan Santri di Yayasan Pondok Pesantren Al-Istiqomah Kebondanas

Syifa Nur Azzizah¹, Anjani Siti Kirania²

¹Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati. e-mail: 1206000178@student.uinsgd.ac.id

²Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati. e-mail: 1206000021@student.uinsgd.ac.id

Abstrak

Kedisiplinan terhadap aturan yang berlaku di pondok pesantren menjadi tantangan tersendiri bagi santri. Berangkat dari latar belakang berbeda, membuat para santri perlu menyesuaikan diri dengan aturan yang berlaku. Kedisiplinan dalam mentaati aturan tidak dapat tumbuh dengan sendirinya melainkan perlu adanya kesadaran dalam diri individu sehingga, peneliti ingin melihat apakah kesadaran diri santri dapat mempengaruhi tingkat kedisiplinan santri terhadap aturan yang berlaku di Yayasan Pondok Pesantren Al-Istiqomah Kebondanas (YPPAK) Kabupaten Subang. Penelitian ini menggunakan Metode kuantitatif dengan desain pre-eksperimental, instrumen berupa angket kedisiplinan peserta didik, dalam kasus ini peserta didik ialah santri Pondok Pesantren Al-Istiqomah Kebondanas. Penelitian dilakukan dengan membagi masa penelitian kedalam 3 tahapan yaitu pre-test. Pemberian intervensi berupa penyampaian 3 materi kepada santri terkait dengan kedisiplinan, mengenal diri, serta mengenal emosi, dilanjut dengan pemberian worksheet berupa mood tracker dan amalan yaumiyah. Pekan terakhir ditutup dengan post-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesadaran diri yang dimiliki individu dapat berpengaruh terhadap meningkatnya kedisiplinan pada santri di Yayasan Pondok Pesantren Al-Istiqomah Kebondanas (YPPAK) Kabupaten Subang.

Kata Kunci: Kedisiplinan santri, Kesadaran diri, Pondok Pesantren.

Abstract

Discipline towards the rules in the Islamic boarding school presents its own challenge for the students. Coming from different backgrounds, the students need to adapt to the existing rules. Discipline in adhering to the rules cannot develop on its own but requires self-awareness within individuals. Therefore, the researcher aims to investigate whether the self-awareness of the students can influence their level of discipline towards the rules at the Al-Istiqomah Kebondanas Islamic Boarding School Foundation (YPPAK) in Subang Regency. This research employs a quantitative method with a pre-experimental design, using a questionnaire on student discipline as the instrument. In this case, the students of Al-Istiqomah Kebondanas Islamic

Boarding School are the participants. The research is conducted in three stages: pre-test, intervention involving the delivery of three materials to the students related to discipline, self-awareness, and emotional awareness, followed by the distribution of worksheets such as mood trackers and daily practices (amalan yaumiyah). The final week concludes with a post-test. The research results indicate that an individual's self-awareness can indeed have an impact on the improvement of discipline among the students at the Al-Istiqomah Kebondanas Islamic Boarding School Foundation (YPPAK) in Subang Regency.

Keywords: *Santri discipline, Self-awareness, Islamic boarding school*

A. PENDAHULUAN

Pendidikan di pondok pesantren memiliki peran penting dalam pembentukan karakter dan kepribadian santri. Salah satu aspek kunci dalam pembentukan karakter adalah kedisiplinan. Kedisiplinan yang kuat adalah fondasi utama dalam mencapai kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan. Oleh karena itu, kedisiplinan menjadi salah satu nilai yang sangat ditekankan dalam lingkungan pondok pesantren, di mana santri diharapkan untuk mematuhi aturan dan norma-norma yang berlaku.

Namun, menciptakan kedisiplinan yang kuat di antara para santri bukanlah tugas yang mudah. Para santri datang dari berbagai latar belakang dan memiliki tingkat kesadaran diri yang berbeda-beda. Kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenali dan memahami diri sendiri, termasuk emosi, motivasi, dan nilai-nilai personal. Keterbatasan dalam kesadaran diri dapat menjadi hambatan dalam mengembangkan kedisiplinan yang baik. Disiplin merupakan sikap seseorang dalam mengikuti dan menaati peraturan, nilai, dan hukum yang berlaku (Tu'u, 2004).

Pondok pesantren memiliki aturan sistematis yang diterapkan untuk membentuk kedisiplinan para santri. Aturan-aturan tersebut mengatur kewajiban dan hak-hak sebagai santri. Pondok pesantren mempunyai nilai kepatuhan dan ketaatan seorang santri terhadap perintah kyai (pengasuh). Oleh karena itu seorang santri harus memiliki sikap disiplin agar tujuan utama pondok pesantren dapat terwujud. Dalam menerapkan kedisiplinan santri, Yayasan Pondok Pesantren Al-Istiqomah Kebondanas (YPPAK) memiliki aturan tertulis mengenai kedisiplinan santri yaitu Qonun Asasi Pondok Pesantren Al-Istiqomah. Kemudian memberikan keteladanan dalam menerapkan prinsip dengan adanya figur yakni para kyai dan ustadz yang mengabdikan dipondok serta pengurus jamiah yaitu santri yang diberi amanah oleh pihak Pondok Pesantren Al-Istiqomah untuk mengawasi para santri dalam mentaati Qanun Asasi Pondok Pesantren Al-Istiqomah dan Tata Tertib Pondok Pesantren Al-Istiqomah, agar santri-santrinya dapat menjalankan aturan dengan baik.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan, kedisiplinan pada santri dari 80 orang diketahui terdapat pelanggaran kedisiplinan diantaranya yaitu tidak masuk sekolah formal dengan sengaja (membolos) 65%, terlambat masuk sekolah/masuk kelas 80%, keluar jam pelajaran tanpa izin 40%, meninggalkan sekolah tanpa izin 45%. Pelanggaran kedisiplinan (perlakuan santri) yaitu merokok 40%, mengeluarkan kata-kata tidak baik/kotor di lingkungan sekolah 45% dari beberapa permasalahan yang ada, dapat disimpulkan bahwa santri di Pondok Pesantren Al-Istiqomah mengalami permasalahan yaitu kedisiplinan yang rendah.

Menurut hasil wawancara dan observasi peneliti di Pondok Pesantren Al-Istiqomah, jika ada santri yang tidak mentaati aturan ketika kegiatan pesantren berlangsung, maka pengurus jamiah akan memberikan sanksi sesuai dengan kesalahan yang diperbuat oleh santri tersebut. Namun, terkadang juga pengurus jamiah tidak langsung memberikan sanksi namun hanya berupa teguran.

Permasalahan yang muncul dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya kesadaran diri santri mengenai pentingnya berperilaku disiplin, yang menyebabkan mereka kesulitan mengendalikan perilaku mereka. Faktor-faktor ini juga dapat diperparah oleh kondisi lingkungan sekolah di mana santri mudah terpengaruh oleh ajakan teman-teman mereka untuk berperilaku tidak disiplin. Untuk meningkatkan tingkat kedisiplinan yang rendah ini, penting adanya peningkatan kesadaran diri (*self-awareness*). Abdurohman (2004) menggarisbawahi bahwa kesadaran diri adalah hal yang krusial untuk memahami dengan lebih jelas perilaku seseorang serta memahami pemikiran dan tindakan mereka.

Menurut Tu'u (2004), disiplin merujuk pada usaha untuk mengikuti dan patuh terhadap peraturan, nilai-nilai, dan hukum yang berlaku. Kepatuhan ini terutama berasal dari kesadaran diri seseorang tentang manfaatnya bagi kemajuan dan keberhasilannya. Tu'u (2004) juga menjelaskan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi tingkat disiplin meliputi kesadaran diri, kepatuhan terhadap peraturan yang mengatur perilaku individu, adanya alat pendidikan yang membentuk perilaku sesuai dengan nilai-nilai yang diajarkan, serta hukuman sebagai upaya untuk meningkatkan kesadaran.

Jinot (2018) mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat memengaruhi kurangnya disiplin, termasuk pengaruh keluarga seperti gaya pengasuhan, pekerjaan orangtua, efektivitas disiplin orangtua, dan kondisi keluarga yang mungkin tidak berfungsi dengan baik. Selain itu, sikap santri terhadap pendidikan dan sekolah, peran pendidik, serta pengaruh dari teman sebaya dalam lingkungan sekolah juga dapat memengaruhi tingkat disiplin.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Muchtar (2015) menunjukkan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok terbukti sangat efektif dalam meningkatkan tingkat kehadiran santri serta meningkatkan tingkat kedisiplinan santri dalam berbagai

situasi, baik saat awal pelajaran, selama proses pembelajaran, maupun saat pulang sesuai jadwal. Flurentin (2012) mengungkapkan bahwa latihan kesadaran diri memiliki potensi untuk membantu dalam pembentukan karakter seseorang. Hatami (2016) juga menjelaskan bahwa pelatihan kesadaran diri (*self-awareness*) secara langsung dapat meningkatkan tingkat kesadaran diri dan keyakinan diri individu, yang dapat berkontribusi pada perbaikan perilaku mereka, terutama jika perilaku tersebut memiliki masalah. Selain itu, Nursetya (2014) telah melakukan penelitian dengan tujuan meningkatkan perilaku disiplin menggunakan pendekatan konseling dan penguatan positif.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sutton (2016), Rasheed (2015), dan Soolgi & Sungjae (2016) telah menegaskan betapa pentingnya kesadaran diri dalam memahami diri sebagai individu dan dasar-dasar serta faktor-faktor kunci dalam kehidupan yang memengaruhi individu dalam berbagai aspeknya. Hal ini memiliki kemampuan untuk mengurangi kelemahan pribadi yang memengaruhi kemampuan interaksi dalam berbagai bidang, serta memberikan dampak signifikan pada fungsi sehari-hari. Dampak ini juga memiliki pengaruh yang signifikan pada kinerja, dengan kemampuan untuk merenung dan memberikan perhatian yang dapat mendorong tekad dan ketekunan dalam menyelesaikan tugas-tugas. Oleh karena itu, diperlukan upaya pemberian intervensi yang sesuai dan relevan untuk meningkatkan kedisiplinan santri.

Salah satu upaya yang telah dilakukan oleh Esmiati dkk., (2020) berupa pelatihan kesadaran diri untuk meningkatkan kesadaran diri siswa. Maka, penelitian ini akan memberikan intervensi yang sama dengan subjek yang berbeda yaitu terhadap santri di Yayasan Pondok Pesantren Al-Istiqomah Kebondanas (YPPAK). Pelatihan kesadaran diri dapat menjadi langkah yang efektif dalam meningkatkan kedisiplinan santri di pondok pesantren. Dengan meningkatkan kesadaran diri, para santri dapat lebih baik memahami perilaku mereka, motivasi mereka, dan dampak dari tindakan mereka terhadap diri mereka sendiri dan lingkungan sekitarnya. Hal ini dapat membantu mereka untuk lebih disiplin dalam mengikuti aturan dan norma-norma yang berlaku di pondok pesantren (Mayer,2012).

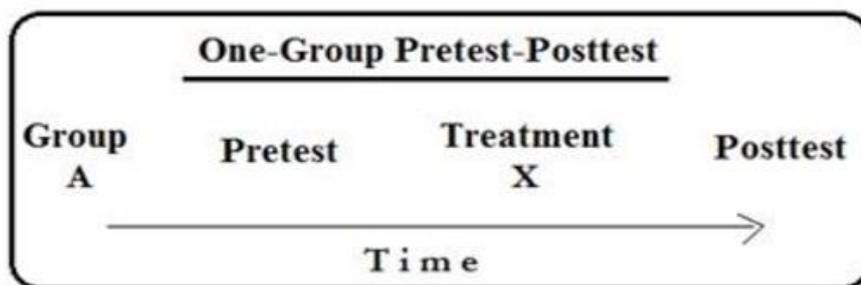
Penelitian ini akan mengevaluasi efektivitas pelatihan kesadaran diri dalam meningkatkan kedisiplinan santri di Yayasan Pondok Pesantren Al-Istiqomah Kebondanas. Dengan mengetahui apakah pelatihan kesadaran diri dapat memiliki dampak positif pada tingkat kedisiplinan santri, kita dapat mengembangkan metode pendidikan yang lebih efektif dalam pembentukan karakter di lingkungan pondok pesantren. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang berharga bagi pendidik dan pihak yang terlibat dalam pengelolaan pondok pesantren untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan pembentukan karakter santri.

B. METODE PENGABDIAN

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimental. Dalam penelitian ini, subjek dipilih melalui sampel purposive, yang berarti kelompok subjek dipilih berdasarkan karakteristik atau sifat tertentu yang memiliki karakteristik yang diinginkan (Hadi, 2015). Penelitian ini menyelidiki santri Al Istiqomah yang termasuk dalam kategori tingkat kedisiplinan yang rendah; 51 dari mereka dianggap memiliki tingkat kedisiplinan rendah atau sedang, menurut hasil screening skala kedisiplinan. Scale of Discipline didasarkan pada elemen Ahmadi (2007), yang mencakup a) ketertiban terhadap peraturan dan b) tanggung jawab. Secara keseluruhan, subjek tersebut akan diuji dengan dua tes: pre-test dan post-test.

Rancangan ekeperiment ini menggunakan Rancangan Pra-Eksperimen (Pre-Experimental Design). Desain ini dikatakan sebagai pre-experimental karena belum merupakan rancangan sesungguhnya karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen. Rancangan praeksperimen berupaya untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat hanya dengan cara melibatkan suatu kelompok subjek, sehingga tidak ada kontrol yang ketat terhadap variabel ekstra (Sugiyono, 2010).

DESAIN PENELITIAN



Intervensi	Sesi	Tahapan Intervensi	Metode yang digunakan
I	Sesi I	Tahap I	Game (Perkenalan)
	Pembukaan	Tahap 2	Menampilkan kontrak pelatihan
		Tahap 3	penjelasan singkat materi mengenai faktor kedisiplinan dan pengetahuan mengenai kesadaran diri
	Sesi II	Tahap 1	Mengisi Whorksheets
	Memahami Diri	Tahap 2	Diskusi dampak negatif dari

			perilaku disiplin
	Sesi III	Tahap 1	Mengisi whorksheets dan konferensi
	Mengenali emosi	Tahap 2	Simulasi dan games emotions
	Sesi Penutupan	Tahap 1	Kesan dan pesan
II	Pembukaan	Tahap 1	Ice breaking
		Tahap 2	Membahas tugas rumah
	Sesi IV	Tahap 1	Mengenali diri
	Pengakuan diri yang akurat	Tahap 2	Bertanya pada diri sendiri
	Sesi V Analisis diri	Tahap 1	Refleksi diri (pikiran dan perasaan)
	Sesi VI Kepercayaan diri	Tahap 1	Memunculkan kesadaran diri yang kreatif
		Tahap 2	Mengekspresikan diri
	Sesi VII	Tahap 1	Kristalisasi
	Penutupan	Tahap 2	Pemberian kesan dan pesan

Tabel 1. Rancangan Intervensi

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dari studi ini adalah untuk menguji sejauh mana efektivitas pelatihan kesadaran diri dalam meningkatkan tingkat kedisiplinan santri di Pondok Pesantren

Al-Istiqomah di Kebondana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan kesadaran diri memiliki dampak positif terhadap peningkatan kedisiplinan santri, yang terbukti dari peningkatan skor kedisiplinan sebelum dan setelah pemberian pelatihan kesadaran diri.

Berdasarkan hasil statistik deskriptif dari kedua sampel yang diteliti yakni nilai *pretest* dan *posttest*. Untuk nilai *pretest* diperoleh rata-rata kedisiplinan santri atau mean sebesar 137,5. Sedangkan, untuk nilai *posttest* diperoleh rata-rata kedisiplinan santri atau mean sebesar 146,4. Jumlah responden yang digunakan adalah 51 santri. Karena terdapat perbedaan nilai rata-rata kedisiplinan santri antara *pretest* dan *posttest*, yang ditandai dengan nilai rata-rata *pretest* yang lebih tinggi daripada *posttest*, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan deskriptif dalam kedisiplinan santri antara kedua tahap pengujian tersebut.

Kemudian, hasil uji korelasi menggunakan uji simple paired t-test nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan rata-rata pada kedisiplinan santri sebelum dan setelah diberikan pelatihan kesadaran diri. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pelatihan kesadaran diri efektif dalam meningkatkan tingkat kedisiplinan santri. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan oleh peneliti dapat diterima.

Hasil analisis data juga menunjukkan bahwa pelatihan kesadaran diri bisa dijadikan model pelatihan yang efektif untuk meningkatkan kedisiplinan santri. Temuan dari uji hipotesis ini diperkuat oleh hasil dari wawancara dan observasi terhadap santri setelah mengikuti pelatihan. Santri telah mencoba langkah-langkah konkret, seperti mengatur jadwal tidur agar tidak terlambat sekolah dan menghindari tidur di kelas. Mereka juga telah mengurangi kebiasaan membolos serta lebih fokus pada materi pelajaran dan kegiatan di dalam kelas daripada menghabiskan waktu di kantin atau berangkat pulang lebih awal. Selain itu, santri telah berusaha untuk selalu menyiapkan atribut sekolah dengan baik dan menghindari melanggar aturan berpakaian. Mereka juga menunjukkan upaya untuk segera masuk ke dalam kelas saat bel masuk berbunyi, serta berkomitmen untuk menyelesaikan tugas sekolah dengan baik.

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PreTest	137.5490	51	12.11827	1.69690
	PostTest	146.4314	51	9.15261	1.28162

Gambar 1. Uji T test

Hasil penelitian dari Simba, dkk., (2016) juga menunjukkan pentingnya disiplin dalam mencapai tujuan pendidikan. Ketika santri kehilangan disiplin, mereka dapat mengalami gangguan dalam pencapaian tujuan pendidikan, manajemen waktu yang buruk, serta kurangnya rasa hormat terhadap orang lain. Oleh karena itu, intervensi

kesadaran diri yang diharapkan dalam penelitian ini menjadi langkah yang sangat penting dalam membantu santri mengatasi masalah-masalah ini dan mencapai keberhasilan yang lebih besar dalam pendidikan dan kehidupan mereka.

Penelitian ini mungkin membantu dalam pengembangan metode baru untuk membentuk karakter santri melalui pendekatan yang lebih berfokus pada pengembangan diri dan kesadaran. Penelitian ini menyajikan implikasi praktis yang dapat diterapkan dalam lingkungan pendidikan, terutama di pondok pesantren. Ini bisa mencakup panduan untuk mengembangkan program pelatihan kesadaran diri yang lebih efektif atau rekomendasi untuk pengelola pondok pesantren. Penelitian ini menjadi kontribusi berharga untuk literatur lokal terkait pendidikan Islam dan pondok pesantren di Indonesia. Hal ini dapat membantu pengembangan pendidikan berbasis nilai-nilai Islam yang lebih efektif.

Proses pembelajaran dalam pelatihan kesadaran diri terdiri dari tujuh tahapan yang bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. Tahap-tahap ini adalah sebagai berikut:

- 1) **Sesi Pertama: Pembukaan** Pada sesi ini, informasi mengenai rangkaian pelatihan disampaikan dan kontrak belajar dibuat.



- 2) **Sesi Kedua: Memahami Diri** Pada sesi ini, siswa diminta untuk mengidentifikasi peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam diri mereka dan memahami perbedaan antara perilaku positif dan negatif.



- 3) **Sesi Ketiga: Mengenali Emosi** Pada tahap ini, siswa diajak untuk mengamati setiap emosi yang mereka rasakan dan mempertimbangkan dampak yang mungkin timbul sebelum bertindak.



- 4) **Sesi Keempat: Pengakuan Diri Secara Akurat** Siswa diberi kesempatan untuk memahami kelebihan dan kekurangan pribadi mereka sehingga dapat mengatasi masalah perilaku tidak disiplin dan menanganinya.



- 5) **Sesi Kelima: Refleksi Diri** Siswa diajak untuk praktik refleksi diri saat mereka berpikir akan melakukan pelanggaran, ketika mereka melakukan perilaku yang melanggar aturan, dan saat berkomunikasi dengan orang lain, terutama teman, agar tidak terpengaruh untuk melanggar peraturan.



- 6) **Sesi Keenam: Kepercayaan Diri** Pada sesi ini, siswa didorong untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka dengan berani tampil dan memiliki keyakinan dalam perilaku yang baik, terutama di hadapan guru.



- 7) **Sesi Ketujuh: Penutup** Tahap terakhir berisi kristalisasi pemahaman siswa dan evaluasi hasil dari seluruh rangkaian pelatihan.



Dengan demikian, pelatihan kesadaran diri ini dirancang untuk membantu siswa mengembangkan pemahaman diri yang lebih baik dan mengatasi masalah kedisiplinan melalui serangkaian tahapan yang terstruktur.

D. PENUTUP

Hasil analisis data yang telah dilakukan menyatakan bahwa terdapat perbedaan skor pre test dan post test, yang mana terdapat kenaikan skor pada hasil post test. Artinya, pelatihan kesadaran diri yang dilakukan terhadap santri Pondok Pesantren Al Istiqomah terbukti efektif dalam meningkatkan kedisiplinan pada santri. Setelah selesai menjalani pelatihan, terlihat perubahan dalam perilaku disiplin pada santri,

hasil tersebut diperkuat dengan data wawancara dan observasi, yang mana dampak positif dari pelatihan kesadaran yang telah dilakukan yaitu, datang ke sekolah tepat waktu, lebih fokus pada materi pelajaran di kelas, dan tekun dalam menyelesaikan tugas sekolah dengan lebih baik. Dampak tersebut membuktikan bahwa santri yang telah mendapatkan pelatihan kesadaran diri dapat membantu dirinya agar mematuhi tata tertib maupun peraturan, baik di lingkungan sekolah maupun pesantren. Selain itu, pelatihan kesadaran diri juga membantu para santri untuk lebih mengenal diri dan emosi diri sendiri, mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri.

E. UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus atas kesempatan ini. Kami sangat menghargai upaya keras dan dedikasi LP2M UIN Sunan Gunung Djati Bandung Tahun 2023 dalam mengorganisir program KKN ini. Kami juga ingin menyampaikan penghargaan yang besar kepada Bapak Zulmi Ramdani, S.Psi., M.A. sebagai Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) kami. Kami bersyukur atas kesempatan ini, dan kami berharap bahwa kontribusi kami dapat terus memberikan manfaat berkelanjutan bagi masyarakat. Semoga kami dapat terus belajar dan berkembang di bawah bimbingan Bapak Zulmi Ramdani dan LP2M UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Kami juga ingin menyampaikan terima kasih yang tulus kepada seluruh warga Desa Kebondanas, Kabupaten Subang. Kami merasa sangat bersyukur telah diterima dengan baik di tengah-tengah masyarakat yang ramah dan hangat. Terima kasih atas bantuan dan dukungan luar biasa yang telah diberikan selama pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini. Kami juga ingin memberikan penghargaan khusus kepada keluarga Pondok Pesantren Al-Istiqomah Kebondanas beserta seluruh stafnya. Terima kasih atas kesempatan yang telah diberikan kepada kami untuk memberikan bantuan kepada para santri. Kami berharap apa yang telah kami lakukan selama kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dapat memberikan manfaat dan mendukung peningkatan pendidikan di Pondok Pesantren ini. Semoga kerjasama yang telah terjalin dapat terus berlanjut dan memberikan manfaat yang lebih besar bagi masyarakat Desa Kebondanas, khususnya Pondok Pesantren Al-Istiqomah. Sekali lagi, kami mengucapkan terima kasih atas keramahan, kerjasama, dan dukungan luar biasa dari seluruh warga desa. Semoga Desa Kebondanas terus berkembang dan sejahtera.

F. DAFTAR PUSTAKA

- Abdurahman. (2004). *Psikologi Pendidikan Tanpa Kekerasan* Yogyakarta Tiara Wacana.
- Ahmadi, A. (2007). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta
- Esmiati, A. N., Prihartanti, N., & Partini, P. (2020). Efektivitas pelatihan kesadaran diri untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(1), 113.
<https://doi.org/10.22219/jipt.v8i1.11052>

- Flurentin, E. (2012). Latihan Kesadaran Diri (*Self Awareness*) dan Kaitannya dengan Penumbuhan Karakter. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 1(1), 9-18.
- Hadi, S. (2015). *Statistika*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hatami, F., Ghahremani, L., Kaveh, M. H., & Keshavarn, S. (2016). The Effect of Self-Awareness Training with Painting on Self—Efficacy Among Orphaned Adolescents. *Research Paper*, 4(2), 89-96.
- Hobson, R. P., Chidambi, G., Lee, A., Meyer, J., Müller, U., Carpendale, J. I. M., ... & Racine, T. P. (2006). Foundations for self-awareness: An exploration through autism. *Monographs of the society for research in child development*, i-166.
- Jinot, B. L. (2018). The Causes of a Lck of Discipline Among Secondary School Learners in Mauritius. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 9(1), 35-46
- Mayer, J.D., Caruso, D., & Salovey, P. 2004. Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications, *psychological Inquiry*, Vol. 15 No. 3, 197-215. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Muchtar. (2015). Upaya Meningkatkan Disiplin Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Kelas XI Otomotif SMK N 1 Belimbing. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 3(1), 19-31
- Rasheed, S. P. (2015). Self-Awareness as a Therapeutic Tool for Nurse/ client Relationship. *International Journal of Caring Sciences*, 8(1), 211-216.
- Simba, N. O., Agak, J. O., & Kabuka, E. K. (2016). Impact of Discipline on Academic Performance of Pupils in Public Primary Schools in Muhoroni Sub-Country, Kenya. *Journal of Education and Practice*, 7(6), 164-173
- Soolgi, H., & Sungjae, K. (2016). An Integrative Literature Review on Self-Awareness Education/Training Programs in The Nursing Area. *Perspectives in Nursing Science*, 13(2), 56-69.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Tu'u, Tulus. (2004). Peranan disiplin pada perilaku dan prestasi siswa. *Jakarta : Gramedia Widayasarana Indonesia*.