

PEMBERDAYAAN SELF AWARENESS UNTUK KARAKTER BELAJAR SISWA SMK DI DESA SUKAMURNI

Zahra Angelia Maulana^{1*}, Fajar Prihesnanto¹, Setyo Supratno¹

¹Universitas Islam 45 Bekasi, Indonesia

*Correspondence E-mail: zhrnglm.5@gmail.com

Kata Kunci:

Kesadaran Diri,
Siswa SMK,
Refleksi Diri,
Disiplin Belajar.

Abstrak

Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran diri (*self-awareness*) siswa SMK sebagai dasar pembentukan karakter belajar yang disiplin dan bertanggung jawab. Kegiatan dilaksanakan di SMK Mekar Murni, Desa Sukamurni, Kecamatan Sukakarya, Kabupaten Bekasi, dengan sasaran 25 siswa yang menunjukkan perilaku kurang disiplin dan motivasi belajar rendah. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan campuran (*mixed methods*) melalui penyampaian materi psikoedukatif, diskusi partisipatif, dan praktik *wall of reflection*. Evaluasi dilakukan menggunakan *Self-Awareness Scale* yang terdiri atas 27 pernyataan skala Likert dan diberikan sebelum serta sesudah intervensi (*pre-test* dan *post-test*). Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pada skor rata-rata dari 42,88 (SD = 14,20) menjadi 75,20 (SD = 5,69). Proporsi kategori rendah turun dari 36% menjadi 16%, sedangkan kategori sedang meningkat dari 52% menjadi 68%, dan kategori tinggi naik dari 12% menjadi 16%. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberdayaan berbasis refleksi diri efektif meningkatkan pemahaman siswa terhadap emosi, perilaku, dan tanggung jawab akademik. Implikasinya, kegiatan ini dapat diterapkan secara berkelanjutan oleh sekolah melalui layanan bimbingan konseling dan program penguatan karakter untuk membentuk budaya belajar yang positif di lingkungan pendidikan.

Keywords:

Self-Awareness,
Vocational
Students, Self-
Reflection,
Learning
Discipline

Abstract

This Community Service Program (PkM) aimed to enhance students' self-awareness as a foundation for developing disciplined and responsible learning behavior. The activity was conducted at SMK Mekar Murni, Sukamurni Village, Sukakarya District, Bekasi Regency, involving 25 students who showed low motivation and poor learning discipline. The program employed a mixed-methods approach, combining psychoeducational material delivery, participatory discussions, and "wall of reflection" practices. Evaluation was carried out using the Self-Awareness Scale consisting of 27 Likert-scale statements administered before and after the intervention (*pre-test* and *post-test*). The results showed a significant improvement in students' self-awareness scores, increasing from an average of 42.88 (SD = 14.20) to 75.20 (SD = 5.69). The proportion of students in the lowest category decreased from 36% to 16%, while those in the moderate category rose from 52% to 68%, and in the high category from 12% to 16%. These findings indicate that self-

546

How to Cite: Maulana, Z. A. M., Prihesnanto, F., & Supratno, S. (2025). PEMBERDAYAAN SELF AWARENESS UNTUK KARAKTER BELAJAR SISWA SMK DI DESA SUKAMURNI. *Masyarakat: Jurnal Pengabdian*, 2(4), 546–558. <https://doi.org/10.58740/m-jp.v2i4.586>



reflection-based empowerment effectively improved students' understanding of emotions, behavior, and academic responsibility. The implication of this program is that continuous implementation through counseling and character-building activities can foster a positive learning culture and strengthen students' self-development within the school environment.

Article submitted: 2025-09-17. Revision uploaded: 2025-10-24. Final accepted: 2025-11-07.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode krusial dalam perkembangan individu, yang ditandai oleh tantangan akademik, sosial, dan emosional. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang kurang mampu mengatur diri lebih rentan terhadap perilaku berisiko. Dalam konteks ini, *self-awareness* atau kesadaran diri menjadi sangat penting, karena memungkinkan remaja mengenali, memahami, dan mengevaluasi emosi, pikiran, serta perilaku mereka [1]. Kesadaran diri berperan signifikan dalam pengembangan karakter dan perilaku belajar, terutama pada usia 15–18 tahun saat pencarian identitas diri. Kurangnya kesadaran diri dapat menyebabkan perilaku menyimpang, seperti membolos, rendah motivasi belajar, dan kesulitan mengatur emosi [2], [3]. Selain kemampuan individu, dukungan orang tua dan lingkungan pendidikan yang mendukung juga berperan penting dalam perkembangan sosial-emosional remaja [4]. Strategi pengajaran yang efektif, termasuk pengembangan regulasi diri dan kesadaran emosional, dapat memberi dampak positif. Hal ini terlihat pada studi yang menunjukkan bahwa intervensi digital terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan regulasi emosi pada anak dan remaja awal [5].

Self-awareness memiliki peranan penting dalam perkembangan emosional dan akademik siswa, terutama dalam konteks sekolah menengah kejuruan (SMK). Konsep ini mencakup pengenalan serta pengelolaan emosi, pemahaman tentang kekuatan dan kelemahan dalam belajar, konsekuensi dari perilaku, serta penyesuaian kegiatan akademik dengan ambisi pribadi [6]. Peningkatan *self-awareness* dapat memfasilitasi disiplin, motivasi intrinsik, serta meningkatkan tanggung jawab terhadap tugas akademik, yang merupakan elemen fundamental dari pembelajaran sosial dan emosional (SEL) yang memengaruhi prestasi dan hubungan antar pribadi siswa [7]. Sebaliknya, rendahnya *self-awareness* sering kali berujung pada tindakan impulsif, ketergantungan pada pengaruh teman, dan kesulitan dalam mengarahkan perilaku ke arah yang produktif, yang berdampak negatif terhadap hasil belajar dan keterlibatan sosial [8]. Oleh karena itu, penting untuk mengintegrasikan strategi pengembangan *self-awareness* dalam kerangka pendidikan guna menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan pribadi dan akademik siswa [9].

Fenomena tingginya angka membolos di SMK Desa Sukamurni menjadi perhatian serius karena berdampak langsung terhadap prestasi akademik, kedisiplinan, dan motivasi belajar siswa. Data menunjukkan bahwa mayoritas siswa yang sering membolos berasal dari keluarga dengan latar belakang broken home serta kondisi ekonomi yang rendah. Penelitian menunjukkan bahwa faktor keluarga dan ekonomi memiliki pengaruh signifikan terhadap motivasi belajar siswa [10].

Selain faktor keluarga, penting untuk mengkaji kemampuan siswa dalam mengelola emosinya. Wawancara dengan guru BK menunjukkan bahwa banyak siswa yang tidak memiliki kesadaran diri (*self-awareness*) yang baik, dan akibatnya, lebih mudah terlibat dalam perilaku menyimpang seperti membolos. Penelitian mengkonfirmasi temuan ini dengan menunjukkan bahwa remaja dari keluarga *broken home* sering kali mengalami kesulitan dalam mengenali emosi mereka, yang mengarah pada perilaku maladaptif [11]. Hal ini sejalan dengan teori yang diusulkan dalam studi yang menunjukkan bahwa siswa dengan kecerdasan

emosional (*emotional intelligence*) yang rendah cenderung kurang mampu mengelola stres dan lebih mungkin untuk terlibat dalam perilaku menyimpang [12].

Konsekuensi dari ketidakmampuan ini tidak hanya berpengaruh pada individu siswa, tetapi juga pada pencapaian tujuan pendidikan nasional. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menggarisbawahi pentingnya pengembangan potensi peserta didik untuk menjadi individu yang beriman, berakhlak mulia, dan mandiri. Dengan rendahnya kesadaran diri, tujuan ini sulit dicapai. Oleh karena itu, intervensi yang berfokus pada pengembangan kesadaran diri di kalangan siswa sangat diperlukan. Penelitian menunjukkan bahwa program pelatihan kesadaran diri yang efektif dapat meningkatkan kedisiplinan, tanggung jawab, dan motivasi belajar siswa. Contohnya, di SMK SMTI Makassar, pelatihan tersebut terbukti meningkatkan kematangan pengambilan keputusan karier siswa [13]. Selain itu, siswa dengan kesadaran diri yang tinggi lebih baik dalam mengelola stres akademik dan bertanggung jawab terhadap tugas sekolah mereka [14], [15]. Meskipun beberapa penelitian telah menunjukkan efektivitas pelatihan kesadaran diri, di SMK Desa Sukamurni, implementasi program semacam itu masih minim. Dengan demikian, penting untuk mengembangkan dan melaksanakan intervensi terstruktur yang dapat membantu siswa berkarakter positif dan mengurangi perilaku membolos.

Berdasarkan identifikasi masalah dan kesenjangan tersebut, Program KKN Pemberdayaan *Self-Awareness* untuk Karakter Belajar Siswa SMK di Desa Sukamurni dirancang dengan tujuan; (a) Meningkatkan kesadaran diri (*self-awareness*) siswa SMK sebagai fondasi pembentukan karakter belajar yang positif, (b) Membantu siswa mengenali emosi, memahami konsekuensi perilaku, dan membangun motivasi intrinsik dalam belajar, dan (c) Mengurangi perilaku membolos, meningkatkan disiplin, dan meningkatkan tanggung jawab terhadap tugas akademik melalui intervensi berupa *workshop self-awareness*, diskusi kelompok kecil, penulisan jurnal reflektif, dan konseling singkat. Melalui kegiatan ini, diharapkan siswa mampu mengembangkan *self-awareness* yang lebih baik, sehingga dapat membentuk karakter belajar yang produktif dan mendukung pencapaian tujuan pendidikan nasional.

METODE PELAKSANAAN

Program KKN Pemberdayaan *Self-Awareness* untuk Karakter Belajar Siswa SMK di Desa Sukamurni dilaksanakan di SMK Mekar Murni, Desa Sukamurni, Kecamatan Sukakarya, Kabupaten Bekasi, dengan mitra utama pihak sekolah, termasuk kepala sekolah, guru, dan guru BK. Sasaran kegiatan adalah siswa SMK berusia 15–18 tahun yang menunjukkan kecenderungan perilaku membolos dan kurang disiplin. Partisipasi masyarakat terutama berasal dari guru dan orang tua, yang berperan memberikan dukungan serta memantau tindak lanjut perubahan perilaku siswa di luar kegiatan KKN.

Program ini menggunakan pendekatan campuran (*mixed methods*), mengombinasikan data kuantitatif dan kualitatif. Pendekatan kuantitatif diterapkan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur tingkat *self-awareness* siswa secara numerik, mencakup kesadaran terhadap kebiasaan membolos, perilaku kurang disiplin, dan motivasi belajar. Pendekatan kualitatif dilakukan melalui observasi lapangan dan wawancara dengan guru, untuk menggali persepsi, pengalaman, serta faktor yang memengaruhi perilaku belajar siswa.

Pelaksanaan program dibagi menjadi tiga tahapan utama:

A. Observasi Kegiatan Pengabdian

Tahap ini dilakukan sebelum kegiatan inti dimulai. Tim KKN mengumpulkan data melalui pengamatan langsung di kelas dan lingkungan sekolah, serta wawancara dengan guru dan pihak BK. Tujuannya untuk mengidentifikasi siswa yang memiliki perilaku

membolos, kurang disiplin, dan motivasi belajar yang rendah. Observasi ini juga mencakup pengumpulan informasi tentang dukungan orang tua, kondisi kelas, serta faktor-faktor eksternal yang memengaruhi perilaku siswa.

B. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan inti dilaksanakan dalam bentuk *workshop self-awareness*, diskusi kelompok kecil, penulisan jurnal reflektif (*wall of reflection*), dan konseling singkat. Siswa dipandu untuk:

1. Mengenali kebiasaan belajar yang menghambat, termasuk perilaku membolos dan kurang disiplin.
2. Menetapkan langkah korektif harian yang dapat diterapkan dalam belajar.

Meninjau hasil refleksi mereka di akhir setiap sesi untuk memperkuat pemahaman tentang pentingnya *self-awareness*.

Pendekatan ini memungkinkan siswa tidak hanya memahami teori *self-awareness*, tetapi juga mempraktikkannya langsung, sehingga tercipta perubahan perilaku yang lebih disiplin, terstruktur, dan bertanggung jawab.

C. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk menilai perubahan tingkat *self-awareness* siswa, termasuk kesadaran emosi, perilaku, dan motivasi belajar. Selain itu, evaluasi kualitatif dilakukan melalui wawancara lanjutan dengan guru dan pihak BK, serta refleksi siswa melalui jurnal. Hasil evaluasi digunakan untuk menilai efektivitas kegiatan, mengidentifikasi kemajuan siswa, dan menentukan tindak lanjut yang dapat dilakukan pihak sekolah dan orang tua untuk mempertahankan perubahan perilaku positif.

Kegiatan pemberdayaan ini direncanakan untuk dilaksanakan secara tatap muka (*offline*) di SMK Mekar Murni, Desa Sukamurni, Kecamatan Sukakarya, Kabupaten Bekasi dengan tahapan sebagai berikut:

Tabel 1. Waktu dan Tempat Pelaksanaan

No	Kegiatan	Rencana Pelaksanaan	Lokasi
1.	Pembekalan Mahasiswa KKN	12 Agustus 2025	UNISMA
2.	Observasi	19 Agustus 2025	SMK Mekar Murni
3.	Perencanaan Program	19 Agustus 2025	Desa Sukamurni
4.	Bimbingan DPL & Reviewer	21 Agustus 2025	Desa Sukamurni
5.	Sosialisasi ke Sekolah	1 September 2025	SMK Mekar Murni
6.	Pelaksanaan <i>Pre-Test</i>	2 September 2025	SMK Mekar Murni
7.	Pelaksanaan Pemberdayaan	8 September 2025	SMK Mekar Murni
8.	Pelaksanaan <i>Post-Test</i>	10 September 2025	SMK Mekar Murni
9.	Evaluasi dan Monitoring	10 September 2025	SMK Mekar Murni

Tabel 1 di atas menunjukkan jadwal dan lokasi pelaksanaan kegiatan program KKN Pemberdayaan Self-Awareness di SMK Mekar Murni. Kegiatan dimulai dengan pembekalan mahasiswa, observasi, dan perencanaan program, dilanjutkan bimbingan bersama DPL dan reviewer, sosialisasi ke sekolah, pre-test, pelaksanaan kegiatan inti berupa *workshop* dan jurnal reflektif, dan diakhiri dengan post-test. Tahap terakhir meliputi evaluasi dan monitoring untuk menilai efektivitas program dan menentukan tindak lanjut yang mendukung pengembangan karakter belajar siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah tahapan perencanaan selesai, guna memberikan gambaran kondisi awal siswa sebelum pelaksanaan program pemberdayaan, dilakukan kegiatan observasi di kelas. Gambar berikut menunjukkan situasi pembelajaran, perilaku siswa, serta interaksi dengan guru dan mahasiswa KKN selama kegiatan pengamatan.



Gambar 1. Observasi dan Perizinan Kegiatan di SMK Mekar Murni

Berdasarkan Gambar 1, dokumentasi kegiatan observasi di SMK Mekar Murni, Jl. Dablang I No. 02 Cabang Pulobambu, Kecamatan Sukakarya, Kabupaten Bekasi, terlihat sebagian besar siswa, terutama dari jurusan Akuntansi dan Otomotif, masih menunjukkan perilaku kurang disiplin, seperti membolos, menunda penyelesaian tugas, kurang fokus saat pembelajaran, dan rendahnya motivasi belajar. Kegiatan ini dilakukan oleh mahasiswa KKN Universitas Islam 45 Bekasi melalui pengamatan langsung selama proses pembelajaran, pendampingan, serta wawancara dengan guru Bimbingan Konseling, Sri Purwaningsih, S.H., yang menjadi narasumber dalam kegiatan ini. Guru BK menjelaskan bahwa banyak siswa belum mampu mengatur waktu belajar secara efektif, tidak konsisten dalam membuat jadwal, dan belum memiliki arah tujuan akademik yang jelas. Dokumentasi gambar juga memperlihatkan interaksi siswa di kelas serta aktivitas pendukung pembelajaran, yang menjadi dasar identifikasi tantangan disiplin dan motivasi belajar siswa.

Untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas dan terukur mengenai tingkat kesadaran diri siswa, peneliti melaksanakan *pre-test* pada tanggal 2 September 2025. Instrumen yang digunakan adalah *Self-Awareness Scale* yang diadaptasi dari Paulya. Instrumen ini terdiri dari 27 pernyataan yang disusun dalam bentuk skala Likert dengan empat kategori pilihan jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Melalui skala tersebut, peneliti dapat menilai sejauh mana pemahaman awal siswa mengenai kesadaran diri, yang meliputi beberapa dimensi penting, yakni kesadaran emosi, kesadaran akademik, kesadaran sosial, serta kesadaran terhadap nilai kehidupan dan tujuan masa depan yang ingin dicapai.

Tabel 2. Data Demografis

Karakteristik		Jumlah	
		N	(%)
Usia	17 Tahun	3	12%
	18 Tahun	20	80%
	19 Tahun	2	8%
Jenis Kelamin	Perempuan	6	24%
	Laki-laki	19	76%

Berdasarkan hasil di atas, mayoritas subjek penelitian yang berusia 18 tahun yaitu sebanyak 20 siswa (80%), diikuti oleh siswa berusia 17 tahun sebanyak 3 siswa (12%) dan 19

tahun sebanyak 2 siswa (8%). Dari segi jenis kelamin, sebagian besar adalah laki-laki berjumlah 19 siswa (76%), sedangkan perempuan berjumlah 6 siswa (24%).

Berdasarkan hasil analisis terhadap siswa yakni, siswa dan siswi SMK Mekar Murni terkait dengan data yang diperoleh dari hasil sebelum dilakukan edukasi, diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 3. Nilai Mean dan Standar Deviasi *Pretest*

	Sebelum
N	25
Total Data	1.072
Mean	42.88
Standar Deviasi	14.20

Berdasarkan hasil *pre-test* yang diikuti oleh 25 responden, diperoleh total skor keseluruhan sebesar 1.072 dengan nilai rata-rata (Mean) 42,88 dan Standar Deviasi (SD) 14,20. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa 36% siswa berada pada kategori rendah, 52% berada pada kategori sedang, dan hanya 12% yang termasuk dalam kategori tinggi. Data ini menegaskan bahwa sebagian besar siswa masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai konsep kesadaran diri. Hal tersebut tercermin dari ketidakmampuan siswa dalam mengenali faktor internal yang memengaruhi perilaku, kecenderungan membiarkan kebiasaan membolos tanpa upaya perbaikan, serta kurangnya kesadaran terhadap pentingnya disiplin akademik dalam mencapai keberhasilan belajar. Kondisi ini terdapat adanya hubungan positif signifikan antara *self-awareness* dengan kedisiplinan siswa SMK, di mana rendahnya kesadaran diri berimplikasi langsung pada perilaku akademik yang tidak terarah. Temuan ini juga menguatkan bahwa kesadaran diri merupakan fondasi utama dalam pengelolaan emosi, pengendalian perilaku, serta pengambilan keputusan yang adaptif dalam kehidupan sehari-hari.

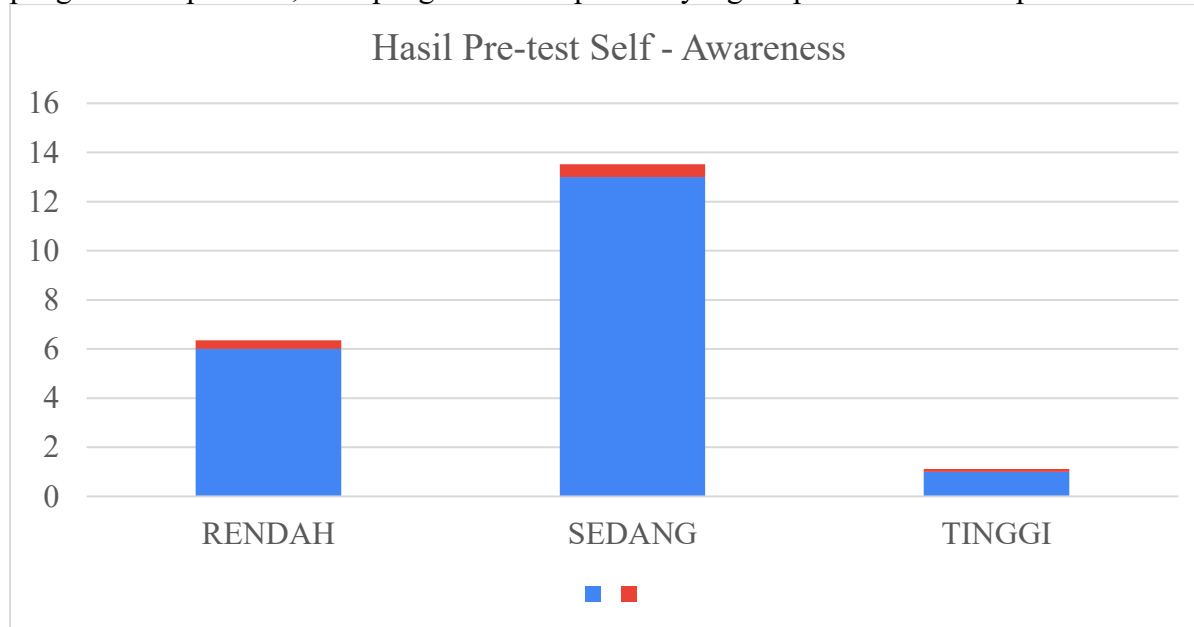


Diagram 1. Data Hasil Tingkat Pemahaman *Self-Awareness* Siswa Pada *Pre-Test*

Selain hasil kuantitatif, dokumentasi kegiatan pemberdayaan yang dilaksanakan di SMK Mekar Murni juga memberikan gambaran nyata tentang proses interaksi siswa selama sesi peningkatan *self-awareness*. Kegiatan ini dirancang agar siswa tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga aktif merefleksikan perilaku belajar, emosi, dan hubungan sosial dengan teman sebaya. Gambar 2 menampilkan momen pelaksanaan sesi inti, termasuk

penyampaian materi oleh narasumber dan partisipasi aktif siswa dalam diskusi serta refleksi, sehingga pembaca dapat melihat langsung dinamika kegiatan dan peran narasumber dalam membimbing siswa.



Gambar 2. Dokumentasi Pelaksanaan Sesi Edukasi: (a) Penyampaian Materi; (b) Diskusi Kelas.

Berdasarkan Gambar 2, kegiatan pemberdayaan yang dilaksanakan pada Senin, 8 September 2025, diikuti oleh 25 siswa, terdiri atas 6 siswa jurusan Akuntansi dan 19 siswa jurusan Otomotif. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh *Master of Ceremony* Geo Taufiq Baqa, S.Pd., S.H., kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi inti oleh Afifah Oktafiani R. N. K. selaku narasumber utama selama kurang lebih 30 menit. Materi disampaikan melalui presentasi interaktif yang dapat diakses di <https://bit.ly/MateriIntervensiSiswa>, dengan penekanan pada pengenalan emosi pribadi, identifikasi kebiasaan belajar yang menghambat capaian akademik, penguatan disiplin, kesadaran sosial dalam interaksi teman sebaya, serta penetapan nilai dan tujuan hidup sebagai landasan perencanaan masa depan. Berdasarkan dokumentasi kegiatan, terlihat siswa aktif mengikuti sesi, mencatat, dan berdiskusi, sehingga kegiatan tidak hanya bersifat informatif tetapi juga mendorong mereka merefleksikan perilaku belajar serta interaksi sosial agar dapat meningkatkan kesadaran diri secara adaptif dalam konteks pendidikan formal.

Selama kegiatan berlangsung, suasana kelas tampak dinamis, interaktif, dan penuh antusiasme. Siswa tidak hanya mendengarkan penjelasan, melainkan aktif terlibat. Ketika diminta untuk menceritakan tentang dirinya, sejumlah siswa maju secara sukarela untuk mendeskripsikan kebiasaan belajar sehari-hari, menyebutkan kelebihan serta kelemahan pribadi, dan mengungkapkan tantangan dalam mengatur waktu maupun menyelesaikan tugas. Proses ini menjadi kesempatan bagi mereka untuk mulai menyadari faktor internal yang memengaruhi perilaku. Temuan ini selaras dengan efektivitas *self-management* dalam menumbuhkan disiplin melalui pemantauan diri, evaluasi diri, dan koreksi berkelanjutan.

Sebagai kelanjutan dari sesi presentasi dan diskusi, kegiatan *wall of reflection* diperkenalkan untuk memberikan pengalaman langsung kepada siswa dalam mengenali kebiasaan belajar yang menghambat dan menetapkan langkah korektif. Gambar 3 menampilkan proses pelaksanaan latihan ini, mulai dari penjelasan tujuan oleh narasumber hingga interaksi siswa dalam menempelkan kartu refleksi, membaca contoh secara sukarela, dan berdiskusi untuk memperoleh umpan balik.

Setelah kegiatan pemberdayaan selesai, peneliti melaksanakan *post-test* pada 10 September 2025 dengan menggunakan instrumen yang sama seperti pada *pre-test*, yaitu *Self-Awareness*



(a)



(b)

Gambar 3. *Wall of Reflection*: (a) Siswa Menuliskan dan Menempelkan Catatan Refleksi Pada *Sticky Note*; (b) Kumpulan Hasil *Sticky Note* Pada Papan *Styrofoam*

Berdasarkan Gambar 3, kegiatan *wall of reflection* dilaksanakan untuk memperkuat pemahaman siswa terkait *self-awareness*. Dalam sesi ini, Zahra Angelia Maulana selaku penulis menjelaskan tujuan latihan serta memberikan contoh pengisian kartu refleksi agar siswa memahami arahan dengan jelas. Setiap siswa menerima kartu refleksi untuk menuliskan satu kebiasaan yang menghambat belajar, situasi pemicu yang sering muncul, dan satu langkah korektif harian yang spesifik serta realistis, lengkap dengan target waktu pelaksanaan. Berdasarkan dokumentasi kegiatan, terlihat siswa menempelkan kartu pada papan refleksi, membacakan beberapa contoh secara sukarela, dan berdiskusi singkat untuk menerima umpan balik dari peneliti maupun teman sebaya. Di akhir sesi, siswa meninjau kembali catatan mereka, menandai kesiapan dalam menjalankan langkah korektif, serta menyarikan pelajaran utama yang diperoleh, sehingga proses ini tidak hanya bersifat praktis tetapi juga mendorong refleksi diri dan pengembangan disiplin belajar yang lebih terstruktur.

Scale yang diadaptasi dari studi Paulya, Instrumen ini terdiri atas 27 pernyataan dengan skala Likert empat kategori jawaban, yakni sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. *Post-Test* ini dilaksanakan dengan tujuan untuk menilai sejauh mana materi yang telah diberikan berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa dalam mengenali diri sendiri, memahami pengaruh kebiasaan terhadap perilaku, serta menentukan langkah-langkah yang tepat untuk memperbaiki diri. Melalui pengukuran ini, peneliti dapat membandingkan kondisi awal siswa sebelum intervensi dengan kondisi setelah intervensi, sehingga diperoleh gambaran yang lebih objektif mengenai efektivitas program. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh data yang merefleksikan perkembangan positif siswa setelah diberikan edukasi, yang kemudian dipaparkan lebih lanjut pada bagian hasil penelitian.

Tabel 4. Nilai *Mean* dan Standar Deviasi *Post-Test*

	Sesudah
N	25
Total Data	1.880
Mean	75.20
Standar Deviasi	5.69

Dari 25 responden yang mengikuti *post-test*, diperoleh total skor keseluruhan sebesar 1.880 dengan nilai rata-rata (*Mean*) 75,20 dan Standar Deviasi (SD) 5,69. Hasil kategorisasi menunjukkan adanya perubahan yang cukup signifikan dibandingkan dengan kondisi awal sebelum intervensi. Jumlah siswa yang berada pada kategori rendah mengalami penurunan dari sebelumnya 36% menjadi hanya 16% atau setara dengan 4 siswa. Pada kategori sedang, terlihat adanya peningkatan yang cukup mencolok, yaitu dari 52% menjadi 68% atau 17 siswa.

Sementara itu, pada kategori tinggi juga terjadi peningkatan dari hanya 12% menjadi 16% atau 4 siswa. Perbandingan ini memperlihatkan adanya pergeseran positif yang cukup jelas dari kondisi *pre-test* ke *post-test*.

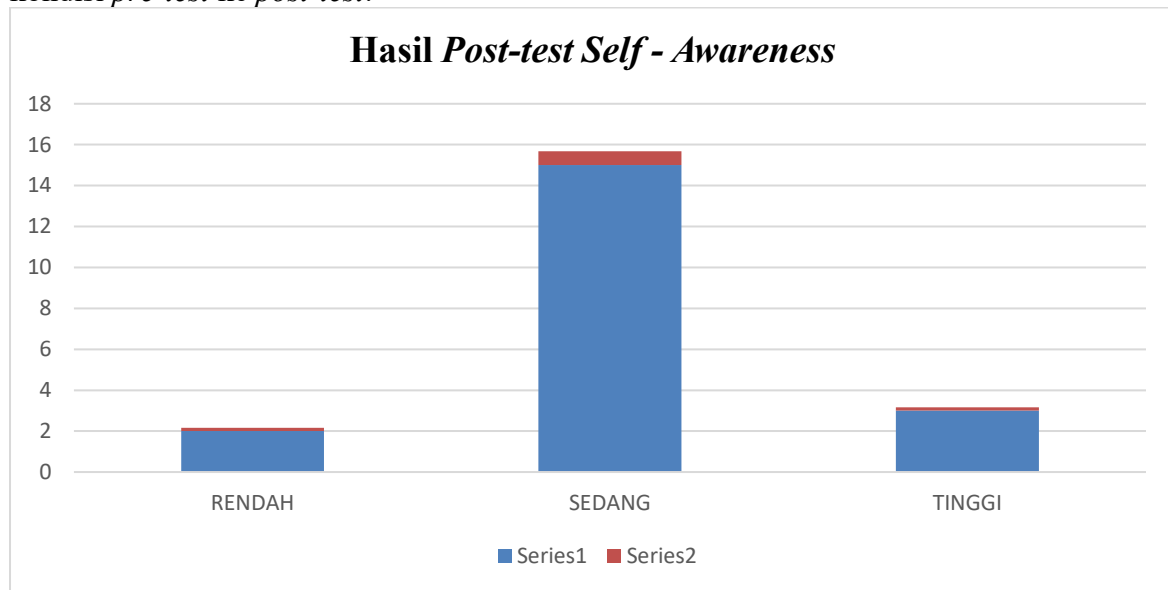


Diagram 2. Data Hasil Tingkat Pemahaman *Self-Awareness* Pada *Post-Test*

Hasil tersebut menegaskan bahwa kegiatan pemberdayaan yang dilakukan mampu memberikan dampak nyata, terutama dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran diri siswa, sehingga mereka lebih disiplin dan terarah dalam perilaku akademiknya.



Gambar 5. Pemberian *Post-Test* Pada Siswa SMK Mekar Murni

Analisis dari peneliti menunjukkan bahwa pemberdayaan berbasis kesadaran diri terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai konsep mengenali diri, mengelola kebiasaan, serta memahami pengaruh perilaku terhadap pencapaian akademik. Data hasil *post-test* memperlihatkan adanya penurunan jumlah siswa dalam kategori rendah dari semula 36% menjadi hanya 16%, sementara kategori sedang mengalami peningkatan dari 52% menjadi 68%, dan kategori tinggi meningkat dari 12% menjadi 16%. Perubahan ini memberikan gambaran bahwa intervensi yang diberikan mampu membawa pergeseran positif dalam pola pikir dan perilaku siswa. Selain itu, nilai standar deviasi yang menurun dari 14,20 pada saat *pre-test* menjadi 5,69 pada *post-test* menunjukkan bahwa pemahaman siswa menjadi lebih homogen, sehingga sebagian besar siswa bergerak menuju tingkat kesadaran diri yang lebih baik dan terarah. Hal ini sejalan dengan penelitian Arif Abdullah et al., yang menegaskan bahwa

pemberdayaan melalui psikoedukasi kesadaran diri dapat meningkatkan pemahaman remaja terhadap perilaku sosial sehat sekaligus mencegah tindakan menyimpang. Selain itu, penelitian Pratiwi et al., juga menguatkan bahwa kegiatan reflektif berbasis diskusi kelompok dapat meningkatkan keberanian siswa dalam mengungkapkan diri sekaligus membantu mereka memahami batasan perilaku secara lebih jelas.

Selain itu, berdasarkan beberapa kalimat yang mereka tulis di *sticky notes* melalui sesi *wall of reflection*, berikut ini disajikan 7 kalimat yang dipilih dari total 24 kalimat yang terkumpul. Nama penulis kalimat sengaja disamarkan dengan tujuan menjaga kerahasiaan identitas pribadi, sehingga dalam tulisan ini digunakan penyebutan “Siswa” sebagai pengganti nama asli.

“Menjadi lebih baik daripada sebelumnya dan menjadi tulang punggung keluarga. Meskipun saya tidak mendapatkan peran kedua orang tua saya, tapi saya harus sukses.” – Siswa 1

“Jangan takut untuk mengenal atau dikenal orang lain, cobalah untuk terbuka dan lewat badai semuanya. Saya ingin dipercaya supaya ada hasil yang bisa orang banggakan dari saya.” – Siswa 2

“Saya ingin menjadi orang sukses dan bisa membanggakan orang tua.” – Siswa 3

“Saya sadar kalau selama ini masih suka minder, tapi sekarang saya harus coba percaya diri dan yakin sama kemampuan sendiri.” – Siswa 4

“Saya ingin belajar mengendalikan emosi biar nggak gampang marah, supaya orang lain nyaman sama saya.” – Siswa 5

“Saya harus bisa lebih disiplin, mulai dari hal kecil, karena itu yang bikin saya berkembang.” – Siswa 6

“Saya ingin lebih mengenal diri saya sendiri, supaya tahu apa yang benar-benar saya mau dan bisa saya capai.” – Siswa 7

Berdasarkan tulisan yang mereka buat, terlihat bahwa mereka mulai menyadari kondisi diri, pengalaman hidup, dan hal-hal yang perlu diperbaiki dalam dirinya. Mereka menunjukkan adanya tujuan untuk menjadi lebih baik, sukses, serta membanggakan keluarga. Selain itu, mereka juga berusaha untuk lebih terbuka pada orang lain, belajar mengendalikan emosi, menumbuhkan rasa percaya diri, dan melatih kedisiplinan. Dari kalimat-kalimat yang muncul, tampak bahwa setelah diberikan pemberdayaan mereka mulai berproses memahami siapa diri mereka, apa yang ingin dicapai, dan bagaimana cara memperbaikinya agar bisa berkembang ke arah yang lebih positif.

Kegiatan pemberdayaan kemudian ditutup dengan pemberian *reward* kepada peserta yang dinilai paling interaktif sepanjang jalannya acara. Siswa tersebut adalah mereka yang dengan penuh percaya diri berani maju ke depan kelas untuk menyampaikan hasil refleksi diri, menceritakan kebiasaan belajar, serta mendemonstrasikan pemahamannya mengenai konsep kesadaran diri di hadapan teman-teman sekelas. Pemberian penghargaan ini bukan hanya sebagai bentuk apresiasi, melainkan juga dirancang untuk memberikan motivasi tambahan kepada siswa lain agar lebih aktif dalam menyampaikan pendapat, berani mengungkapkan pandangan pribadi, serta meningkatkan rasa percaya diri ketika berinteraksi. Dengan adanya penghargaan, suasana kelas menjadi lebih hidup dan para siswa terdorong untuk terlibat lebih mendalam dalam proses pembelajaran. Setelah sesi penghargaan selesai, rangkaian kegiatan ditutup dengan sesi foto bersama yang diikuti oleh seluruh peserta, panitia, dan pihak sekolah.

Dokumentasi ini tidak hanya menjadi simbol kebersamaan, tetapi juga berfungsi sebagai bukti nyata keberhasilan kegiatan yang telah dilaksanakan. Foto bersama tersebut diharapkan dapat meninggalkan kesan positif, memperkuat rasa solidaritas, serta menjadi pengingat bagi

siswa akan pentingnya membangun kesadaran diri dalam kehidupan akademik maupun sosial mereka.



(a)



(b)

Gambar 6. Dokumentasi Penutup Kegiatan: (a) Foto Bersama Seluruh Siswa SMK Mekar Murni Setelah Sesi Kegiatan Pemberdayaan; (b) Foto Bersama Tim Pendamping Dari Program Studi Psikologi

Kegiatan pemberdayaan ini memiliki beberapa keunggulan yang patut dicatat. Pertama, kegiatan ini berhasil membangun kesadaran diri siswa melalui pengalaman langsung, sehingga mereka tidak hanya memahami materi secara teoritis, tetapi juga dapat mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari. Kedua, metode *wall of reflection* memberikan ruang bagi siswa untuk melakukan autoevaluasi secara jujur dan terbuka, sehingga mereka mampu menilai kelebihan serta kelemahan diri. Ketiga, suasana kelas yang tercipta menjadi dinamis, penuh interaksi, dan mendorong siswa agar lebih terbuka dalam menyampaikan pengalaman pribadi maupun pandangan mereka. Namun, masih terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Kegiatan ini hanya berlangsung dalam waktu singkat, sehingga kedalaman materi yang disampaikan belum sepenuhnya maksimal. Selain itu, masih terdapat sebagian siswa yang merasa malu atau enggan untuk menyampaikan refleksi secara terbuka di hadapan teman-temannya. Meski demikian, program ini membuka peluang besar untuk dikembangkan lebih lanjut. Variasi metode seperti *role play*, *workshop* interaktif, maupun pendampingan dalam kelompok kecil dapat menjadi alternatif pengayaan. Selain itu, memperluas program ke sekolah lain dengan melibatkan guru serta orang tua akan sangat penting agar keberhasilan ini tidak berhenti pada satu kali intervensi, tetapi dapat berkembang menjadi budaya positif yang berkelanjutan di lingkungan sekolah.

Hasil penelitian ini memperkuat literatur yang menegaskan bahwa self-awareness merupakan aspek fundamental dalam membentuk disiplin, motivasi belajar, dan pengembangan karakter remaja. Analisis peneliti menunjukkan bahwa pemberdayaan kesadaran diri efektif meningkatkan pemahaman siswa, terlihat dari penurunan kategori rendah serta kenaikan kategori sedang dan tinggi. Hartini et al., menegaskan bahwa kesadaran diri berhubungan langsung dengan tingkat kedisiplinan siswa SMK. Selanjutnya, Suryaning & Kholisna, turut membuktikan pelatihan berbasis *self-management* mampu meningkatkan disiplin belajar secara signifikan. Hasil ini juga sejalan dengan temuan Arif Abdillah et al., yang menyatakan bahwa pemberdayaan melalui edukasi kesadaran diri dapat mencegah perilaku menyimpang remaja. Lebih jauh, kegiatan reflektif terbukti mampu meningkatkan keberanian siswa mengungkapkan diri serta memahami batasan perilaku. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pemberdayaan yang dilakukan peneliti di SMK Mekar Murni berhasil memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan kesadaran diri siswa.

KESIMPULAN

Hasil pelaksanaan Program KKN Pemberdayaan Self-Awareness di SMK Mekar Murni menunjukkan bahwa rangkaian kegiatan berupa workshop, diskusi kelompok, penulisan jurnal reflektif, dan konseling singkat berhasil meningkatkan kesadaran diri siswa dalam mengenali emosi, memahami kebiasaan belajar yang menghambat, serta menetapkan langkah korektif harian yang spesifik dan realistis. Program ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan self-awareness sebagai fondasi pembentukan karakter belajar yang positif, sehingga siswa mampu mengelola perilaku, disiplin, dan motivasi belajar secara lebih efektif. Pelaksanaan di lingkungan sekolah juga memungkinkan interaksi langsung antara mahasiswa KKN, guru, dan siswa, sehingga dukungan dari pihak sekolah dan guru BK dapat dioptimalkan. Implikasi dari kegiatan ini bagi masyarakat, khususnya pihak sekolah dan orang tua, yakni terciptanya kesadaran akan pentingnya pengembangan karakter dan peran aktif dalam mendukung siswa untuk mencapai prestasi akademik yang lebih baik. Ke depan, disarankan agar program serupa dilakukan secara berkelanjutan dengan peningkatan partisipasi siswa, penguatan metode refleksi, dan pemantauan tindak lanjut, sehingga dampak positif terhadap pengembangan karakter dan motivasi belajar siswa dapat lebih maksimal.

PERSANTUNAN

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) atas bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berharga selama pelaksanaan program. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada pihak sekolah SMK Mekar Murni yang telah memberikan izin, fasilitas, serta dukungan penuh dalam kegiatan ini. Penghargaan yang tulus diberikan kepada para siswa SMK Mekar Murni yang telah berpartisipasi aktif, serta kepada rekan-rekan mahasiswa KKN atas kerja sama dan dedikasi yang diberikan. Tidak lupa, penulis juga menyampaikan apresiasi kepada keluarga dan pasangan atas doa, motivasi, serta dukungan yang senantiasa menguatkan, baik dalam bentuk moral maupun materiil, sehingga program ini dapat terlaksana dengan baik. Secara khusus, penulis juga memberikan penghargaan kepada diri sendiri atas komitmen, konsistensi, dan keteguhan hati dalam menyelesaikan setiap tahap kegiatan, meskipun menghadapi berbagai tantangan. Akhirnya, penulis berharap kegiatan ini dapat memberikan manfaat nyata bagi sekolah dan masyarakat, serta menjadi pengalaman berharga yang memperkuat semangat kolaborasi dan pengabdian di masa yang akan datang.

REFERENSI

- [1] D. M. Romero Ayuso *et al.*, "A Pilot Study of Improving Self-Regulation and Social Interaction With Peers: An 'Exciting School,'" *Children*, 2022. <https://doi.org/10.3390/children9060829>
- [2] M. Muthmainah, "Analisis Perkembangan Sosial Emosional Anak Taman Kanak-Kanak Selama Masa Pandemi," *Kumara Cendekia*, 2022. <https://doi.org/10.20961/kc.v10i2.61062>
- [3] W. Hadley, C. Houck, L. K. Brown, J. Spitalnick, M. Ferrer, and D. Barker, "Moving Beyond Role-Play: Evaluating the Use of Virtual Reality to Teach Emotion Regulation for the Prevention of Adolescent Risk Behavior Within a Randomized Pilot Trial," *J. Pediatr. Psychol.*, 2018. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsy092>
- [4] A. Nadiana, W. R. Putri, F. Maulida, J. P. Ningrum Khoirunnisa, and L. Rohmawati, "Optimalisasi Peran Orang Tua Dalam Pengembangan Kompetensi Dan Karakter Peserta Didik Dengan Model KOPHOG (Keterlibatan Orang Tua Berbasis Penguatan Hubungan Orang Tua Dan Guru)," *Jiip - J. Ilm. Ilmu Pendidik.*, 2023. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i12.2925>



- [5] S. Reynard, J. Dias, M. Mitic, B. Schrank, and K. A. Woodcock, "Digital interventions for emotion regulation in children and early adolescents: Systematic review and meta-analysis," *JMIR Serious Games*, vol. 10, no. 3, p. e31456, 2022. <https://doi.org/10.2196/31456>
- [6] D. N. Rachmah, N. I. Putri, R. Rizkika, S. Magfirah, and S. Halimatussa'diah, "Do Peer Attachment, Perceived School Climate, and Parental Involvement Influence Self-Awareness in Students?," *J. Cakrawala Pendidik.*, 2022. <https://doi.org/10.21831/cp.v4i12.30117>
- [7] S. R. Sorbet and C. E. Notar, "Social and Emotional Learning: Meeting and Addressing Educator and Student Concerns While Providing Benefits for All Involved," *Soc. Sci. Humanit. Sustain. Res.*, 2022. <https://doi.org/10.22158/sshsr.v3n3p95>
- [8] A. T. Al Jaber, K. Alzouebi, and O. A. Khurma, "An Investigation Into the Impact of Teachers' Emotional Intelligence on Students' Satisfaction of Their Academic Achievement," *Soc. Sci.*, 2024. <https://doi.org/10.3390/socsci13050244>
- [9] R. N. Sobirovna, "Psychological Factors in the Development of Social-Emotional Competencies of Primary School Children," *J. Multidiscip. Acad. Pract. Stud.*, 2025. <https://doi.org/10.35912/jomaps.v3i3.3425>
- [10] F. Farhan and M. A. Rofi'ulmuiz, "Religiosity and Emotional Intelligence on Muslim Student Learning Achievement," *Int. J. Eval. Res. Educ.*, 2021. <https://doi.org/10.11591/ijere.v10i2.20997>
- [11] C. Wang *et al.*, "Socio-Demographic Characteristics, Lifestyles, Social Support Quality and Mental Health in College Students: A Cross-Sectional Study," *BMC Public Health*, 2022. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14002-1>
- [12] R. Trigueros, J. M. Aguilar-Parra, A. J. Cangas, R. Bermejo, C. F. García, and R. López-Liria, "Influence of Emotional Intelligence, Motivation and Resilience on Academic Performance and the Adoption of Healthy Lifestyle Habits Among Adolescents," *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 2019. <https://doi.org/10.3390/ijerph16162810>
- [13] F. D. Pannebakker *et al.*, "A Social Gradient in the Effects of the Skills for Life Program on Self-Efficacy and Mental Wellbeing of Adolescent Students," *J. Sch. Health*, 2019. <https://doi.org/10.1111/josh.12779>
- [14] E. Domaradzka and M. Fajkowska, "Cognitive Emotion Regulation Strategies in Anxiety and Depression Understood as Types of Personality," *Front. Psychol.*, 2018. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00856>
- [15] A. Aprianda, "Effect of Emotional Intelligence on Students' Islamic Education Learning Outcomes," *Tarbawi J. Ilmu Pendidik.*, 2021. <https://doi.org/10.32939/tarbawi.v17i1.1000>

