

ABSTRAK

Mu'thiya Zhilla Rahman: Pengaruh Teknik Muhasabah pada Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Keterampilan *Self Awareness* Peserta Didik Kelas XI

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan yang terjadi pada tingkat sekolah menengah, peserta didik mengalami kesulitan dalam mengenali diri mereka sendiri yang memberikan dampak negatif pada keterampilan sosial dan akademik. Kesulitan peserta didik menyebabkan kurangnya motivasi belajar, kebingungan dalam menentukan tujuan, mengalami stress yang tidak terkelola dengan baik. Fenomena rendahnya *self awareness* di kalangan remaja atau peserta didik sekolah menengah di pengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Teknik muhasabah memiliki peran penting untuk meningkatkan *self awareness* dan bimbingan kelompok memfasilitasi peserta didik dalam bentuk layanan yang membantu menghadapi permasalahan pribadi, belajar, social, dan karir.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh teknik muhasabah pada bimbingan kelompok untuk meningkatkan keterampilan *self awareness* peserta didik. Hipotesis dalam penelitian ini terdapat pengaruh teknik muhasabah terhadap peningkatan keterampilan *self awareness* peserta didik.

Teori penelitian ini mengacu pada konsep muhasabah Al-Ghazali yang meliputi enam tahapan muhasabah yaitu musyarahah, muraqabah, muhasabah, mu'aqabah, mujahadah, mu'atabah, dan teknik muhasabah tabayyun, mauizah, al-hikmah, dan mujadalah. A serta menggunakan empat teknik pelaksanaan yaitu tabyyun, al-hikmah, mauizah, dan mujadalah. Aspek *self awareness* menurut Goleman yaitu *emotional self awareness, accurate self assessment, self confident*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode penelitian quasi eksperimen *non-equivalent control design pretest dan posttest* dengan perhitungan skala likert dan penerapan *treatment* teknik muhasabah pada bimbingan kelompok. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji normalitas, uji homogenitas, uji-t *independent sample test*, dan uji N-Gain score. Sampel penelitian ini terdiri dari 63 peserta didik yang terdiri dari 30 peserta didik kelas eksperimen dan 33 peserta didik kelas kontrol.

Hasil penelitian ditemukan bahwa kondisi *self awareness* peserta didik MA Persis dalam aspek *emotional self awareness* tinggi, *accurate self assessment* tinggi, dan *self confident* cukup. Teknik muhasabah pada bimbingan kelompok terdiri dari enam tahapan proses muhasabah dan empat teknik. Besar pengaruh teknik muhasabah pada bimbingan kelompok untuk meningkat ketrampilan *self awareness* peserta didik berdasarkan penelitian ini memiliki N-Gain score 62,39% yang berarti cukup efektif untuk meningkatkan keterampilan *self awareness*.

Kata Kunci: Teknik Muhasabah, Bimbingan Kelompok, *Self Awareness*

ABSTRAK

Mu'thiya Zhilla Rahman: The influence of the Muhasabah Technique in Group Guidance to Improve The Self-Awareness Skills of Grade XI Students

This research is motivated by a problem at the secondary school level: students experience difficulties in understanding themselves which negatively affect their social and academic skills. These difficulties lead to a lack of motivation to learn, confusion in setting goals, and poorly managed stress. The phenomenon of low self-awareness among adolescents and secondary school students is influenced by both internal and external factors. The self-reflection technique plays an important role in increasing self-awareness and group guidance facilitates students in the form of services that help them face personal, learning, social and career problems.

This research aims to analyze the influence of the muhasabah technique in group guidance to improve students' self-awareness skills. The research hypothesis states that is the influence of the muhasabah technique on improving students' self-awareness skills.

This research utilizes Al-Ghazali's muhasabah theory, with the stages of muhasabah: musyarathah, muraqabah, muhasabah, mu'aqabah, mujahadah, mu'atabah, and the muhasbaah techniques of tabayyun, mauizah, al-hikmah, and mujadalah. The self-awareness aspects examined in this study, according to Goleman, include emotional self-awareness, accurate self-assessment, and self-confidence.

This study employed a quantitative approach, using a quasi-experimental non-equivalent control design with a pretest and posttest using a Likert scale calculation and the application of the muhasabah technique to group guidance. Data analysis techniques used included normality tests, homogeneity tests, independent sample t-tests, and N-Gain scores. The sample of this study consisted of 63 students consisting of 30 students in the experimental class and 33 students in the control class.

The results found that the self-awareness condition of MA Persis students in the aspects of emotional self-awareness is high, accurate self-assessment is high, and self-confidence is sufficient. The self-reflection technique in group guidance consists of six stages of the self-reflection process and four techniques. The large influence of the self-reflection technique in group guidance to improve students' self-awareness skills based on this study has an N-Gain score of 62.39% which means it is quite effective in improving self-awareness skills.

Keywords: *Self-Reflection Technique, Group Guidance, Self-Awareness*

خلاصة

معطي ذلل رحمن: تأثير أسلوب المحاسبة على التوجيه الجماعي لتحسين مهارات الوعي الذاتي لدى طلاب الصف الحادي عشر

يستند هذا البحث إلى المشكلات التي تواجه طلاب المرحلة الثانوية، حيث يواجهون صعوبات في التعرف على ذواتهم، مما يؤثر سلبيًا على مهاراتهم الاجتماعية والأكاديمية. تؤدي هذه الصعوبات إلى نقص دافعية التعلم، والارتباك في تحديد الأهداف، والتوتر غير المسيطر عليه. تتأثر ظاهرة انخفاض الوعي الذاتي لدى المراهقين أو طلاب المرحلة الثانوية بعوامل داخلية وخارجية. تلعب تقنية المحاسبة دورًا هامًا في زيادة الوعي الذاتي، كما يُسهّل الإرشاد الجماعي على الطلاب خدمات تُساعدهم على التعامل مع مشكلاتهم الشخصية والتعليمية والاجتماعية والمهنية.

تهدف هذه الدراسة إلى تحليل أثر أسلوب المحاسبة على الإرشاد الجماعي في تحسين مهارات الوعي الذاتي لدى الطلاب. وتفترض هذه الدراسة أن أسلوب المحاسبة له تأثير في تحسين مهارات الوعي الذاتي لدى الطلاب.

تشير نظرية البحث هذه إلى مفهوم الغزالي للمحاسبة الذي يتضمن ست مراحل للمحاسبة، وهي المجادلة، والمراقبة، والمحاسبة، والمعاقبة، والمجاهدة، والمعذبة، وتقنيات محاسبة التباين، والمميزة، والحكمة، والمجدي. A. ويستخدم أربع تقنيات تنفيذية، وهي: التبيين، والحكمة، والمعيزة، والمجدي. وفقًا لجولمان، فإن جوانب الوعي الذاتي هي الوعي الذاتي العاطفي، والتقييم الذاتي الدقيق، والثقة بالنفس.

اعتمدت هذه الدراسة على منهج كمي، بتصميم شبه تجريبي ذي ضوابط غير متكافئة، باختبارين قبلي وبعدي، مع حسابات مقياس ليكرت، وتطبيق أسلوب المعالجة الحسابية في التوجيه الجماعي. وشمل تحليل البيانات اختبار التوزيع الطبيعي، واختبار التجانس، واختبار t للعينات المستقلة، واختبار N-Gain. وتألّفت عينة الدراسة من 63 طالبًا، منهم 30 طالبًا في الفصل التجريبي و33 طالبًا في الفصل الضابط.

أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الوعي الذاتي لدى طلاب ماجستير الآداب في إيران مرتفع في جوانب الوعي الذاتي العاطفي، وأن دقة التقييم الذاتي عالية، وأن الثقة بالنفس كافية. يتكون أسلوب التأمل الذاتي في التوجيه الجماعي من ست مراحل لعملية التأمل الذاتي وأربع تقنيات. وقد أظهرت هذه الدراسة أن التأثير الكبير لأسلوب التأمل الذاتي في التوجيه الجماعي على تحسين مهارات الوعي الذاتي لدى الطلاب بلغ 62.39%، مما يعني أنه فعال للغاية في تحسين مهارات الوعي الذاتي.

الكلمات الرئيسية: تقنية المحاسبة، التوجيه الجماعي، الوعي الذاتي