

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan berbasis *boarding school* merupakan salah satu model pendidikan yang tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga menekankan pembentukan karakter, pembinaan spiritual, dan pengembangan kepribadian peserta didik secara menyeluruh. Dalam sistem pendidikan *boarding school*, siswa menjalani kehidupan sehari-hari di lingkungan sekolah dengan berbagai aktivitas yang terstruktur, termasuk pembiasaan ibadah, pembinaan akhlak, serta pengawasan perilaku yang berlangsung secara berkesinambungan. Melalui sistem tersebut, *boarding school* diharapkan mampu menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung terbentuknya karakter religius, kedisiplinan, tanggung jawab, serta kesadaran individu terhadap nilai-nilai yang diyakini.

Salah satu lembaga pendidikan yang menerapkan sistem tersebut adalah SMPIT Fithrah Insani Boarding School Cimaung Bandung. Sebagai sekolah berbasis pesantren modern, SMPIT Fithrah Insani Boarding School memiliki berbagai program pembinaan keagamaan yang dilaksanakan secara terstruktur dalam kehidupan sehari-hari santri. Kegiatan seperti salat berjamaah, tilawah Al-Qur'an, zikir, doa bersama, tahfiz Al-Qur'an, kajian keislaman, serta berbagai aktivitas pembinaan spiritual lainnya menjadi bagian dari rutinitas yang wajib diikuti oleh seluruh santri. Pembiasaan tersebut menunjukkan bahwa praktik ibadah memiliki posisi yang penting dalam sistem pendidikan yang diterapkan oleh sekolah sebagai salah satu sarana pembentukan karakter dan perkembangan kepribadian peserta didik.

Secara konseptual, keberadaan lingkungan yang mendukung pelaksanaan ibadah secara rutin diharapkan dapat membantu santri mengembangkan berbagai aspek positif dalam dirinya. Ibadah tidak hanya dipahami sebagai bentuk penghambaan kepada Allah Swt., tetapi juga sebagai proses pembinaan diri yang melibatkan kedisiplinan, pengendalian perilaku, refleksi diri, serta penghayatan terhadap nilai-nilai spiritual. Oleh karena itu, lingkungan *boarding school* yang

menempatkan praktik ibadah sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari seharusnya menjadi ruang yang kondusif bagi berkembangnya kesadaran individu terhadap dirinya sendiri maupun terhadap perilaku yang ditampilkan dalam kehidupan sehari-hari (Suzanna *et al.*, 2024).

Namun demikian, berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di SMPIT Fithrah Insani Boarding School, ditemukan beberapa fenomena yang menunjukkan bahwa tidak seluruh santri memiliki tingkat kesadaran diri yang sama meskipun berada dalam lingkungan pendidikan yang menerapkan pembiasaan ibadah secara intensif. Peneliti menemukan adanya santri yang secara sengaja melakukan pelanggaran dengan tujuan agar dikeluarkan dari lingkungan pesantren karena merasa tidak nyaman tinggal di asrama, sementara keberadaannya di pesantren merupakan keinginan orang tua. Selain itu, ditemukan pula santri yang keluar dari area pesantren tanpa izin pada waktu yang tidak diperbolehkan serta santri yang tidak mengikuti kegiatan pembelajaran sebagaimana mestinya. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat perilaku yang bertentangan dengan aturan dan nilai-nilai yang ditanamkan oleh lembaga pendidikan (Takril & Herdi, 2022).

Temuan tersebut menjadi menarik untuk dikaji lebih lanjut karena terjadi dalam lingkungan yang secara sistematis telah menyediakan berbagai aktivitas pembinaan spiritual dan pembiasaan ibadah. Apabila praktik ibadah telah dilaksanakan secara rutin dan terstruktur, maka muncul pertanyaan mengenai mengapa masih terdapat perbedaan perilaku dan respons individu dalam menghadapi berbagai situasi yang dialaminya. Kondisi ini mengindikasikan bahwa pelaksanaan ibadah yang sama belum tentu diikuti oleh tingkat pemahaman diri, pengendalian diri, dan kesadaran terhadap konsekuensi perilaku yang sama pada setiap individu.

Hasil wawancara awal peneliti dengan Ibu X selaku pihak Bimbingan dan Konseling (BK) pada hari Kamis tanggal 14 Mei 2026, sekolah menunjukkan bahwa dinamika emosional pada santri merupakan hal tidak terpisahkan dari proses perkembangan santri pada masa remaja. Guru BK menjelaskan bahwa beberapa

santri masih mengalami kesulitan dalam mengelola emosinya sehingga sekolah menyediakan berbagai sarana untuk membantu mereka menyalurkan emosi secara positif, salah satunya melalui penyediaan samsak di ruang BK yang dapat digunakan santri ketika membutuhkan media penyaluran emosi. Upaya tersebut menunjukkan bahwa sekolah tidak hanya memberikan perhatian terhadap pembinaan spiritual, tetapi juga berupaya memfasilitasi perkembangan psikologis santri agar mampu berkembang secara lebih adaptif.

Fenomena-fenomena tersebut memperlihatkan bahwa keberadaan lingkungan religius dan pembiasaan praktik ibadah belum tentu menghasilkan perkembangan psikologis yang seragam pada setiap santri. Meskipun seluruh siswa memperoleh kesempatan yang relatif sama dalam mengikuti berbagai aktivitas ibadah, kemampuan masing-masing individu dalam mengenali dirinya, memahami kondisi emosinya, mengevaluasi perilaku, serta menyadari konsekuensi dari setiap tindakan dapat berkembang pada tingkat yang berbeda-beda. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan pembinaan di lingkungan *boarding school* tidak hanya dipengaruhi oleh intensitas program yang diberikan, tetapi juga oleh proses internal yang berlangsung dalam diri setiap santri ketika memaknai pengalaman spiritual yang dijalaninya (Atiyah *et al.*, 2020).

Fenomena yang ditemukan di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* tersebut menunjukkan bahwa persoalan yang muncul tidak hanya berkaitan dengan kepatuhan terhadap tata tertib sekolah, tetapi juga berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengendalikan dirinya ketika menghadapi berbagai situasi. Santri yang memilih melakukan pelanggaran meskipun memahami aturan yang berlaku menunjukkan adanya kemungkinan bahwa proses memahami konsekuensi tindakan, mengenali dorongan emosional, serta mengevaluasi perilaku belum berkembang secara optimal. Dengan demikian, fenomena tersebut tidak cukup dipahami sebagai persoalan kedisiplinan semata, tetapi juga perlu dikaji melalui pendekatan psikologis yang menekankan pentingnya kesadaran individu terhadap dirinya sendiri.

Self-awareness dipahami sebagai kemampuan individu untuk mengenali kondisi internal diri, meliputi emosi, pikiran, nilai, motivasi, serta kecenderungan perilaku yang dimiliki. Kemampuan ini memungkinkan seseorang memahami apa yang sedang dirasakan, mengapa ia bertindak dengan cara tertentu, serta bagaimana perilaku yang ditampilkan dapat memberikan dampak terhadap dirinya maupun orang lain. Individu yang memiliki *self-awareness* yang baik tidak hanya mampu mengenali apa yang dirasakan, tetapi juga dapat mengevaluasi perilaku, mempertimbangkan konsekuensi sebelum bertindak, serta menyesuaikan dirinya dengan nilai-nilai yang diyakini. Oleh karena itu, *self-awareness* menjadi dasar penting dalam proses pengendalian diri, pengambilan keputusan, serta pembentukan perilaku yang adaptif (Mukhlis & Munir, 2023).

Daniel Goleman menempatkan *self-awareness* sebagai kompetensi dasar dalam kecerdasan emosional (*emotional intelligence*). Menurut Goleman, kemampuan mengenali emosi diri merupakan prasyarat bagi berkembangnya kemampuan mengendalikan emosi, membangun motivasi, memahami orang lain, serta menjalin hubungan sosial secara sehat. Sebaliknya, individu yang belum mampu mengenali kondisi dirinya cenderung mengalami kesulitan dalam mengendalikan perilaku karena setiap tindakan lebih banyak dipengaruhi oleh dorongan sesaat daripada pertimbangan yang matang. Dengan demikian, *self-awareness* tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengetahui siapa dirinya, tetapi juga berkaitan dengan kemampuan melakukan refleksi terhadap pengalaman hidup sehingga mampu memperbaiki perilakunya secara berkelanjutan (Goleman, 1995:38).

Keberadaan *self-awareness* menjadi semakin penting pada masa remaja. Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, sosial, dan emosional yang berlangsung secara cepat. Pada fase ini, remaja mulai membentuk identitas diri, mengembangkan sistem nilai, serta belajar mengambil keputusan secara lebih mandiri. Proses tersebut sering kali diikuti oleh munculnya konflik batin, ketidakstabilan emosi, serta kecenderungan bertindak secara impulsif apabila belum memiliki kemampuan mengenali dan memahami

dirinya secara memadai. Oleh karena itu, perkembangan self-awareness menjadi salah satu aspek penting yang membantu remaja mengelola perubahan tersebut secara lebih adaptif.

Karakteristik tersebut relevan dengan kondisi santri di kelas VIII SMPIT Fithrah Insani Boarding School yang berada pada rentang usia remaja awal. Selain menghadapi tugas perkembangan sebagaimana remaja pada umumnya, santri juga dituntut mampu beradaptasi dengan kehidupan berasrama yang memiliki aturan, jadwal, serta tanggung jawab yang lebih kompleks. Mereka dituntut untuk hidup mandiri, mampu mengendalikan emosi, bertanggung jawab terhadap setiap tindakan, serta membangun hubungan sosial yang sehat dengan teman sebaya maupun para pembina. Tuntutan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan mengenali dan mengelola diri menjadi salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan santri dalam menjalani kehidupan di lingkungan boarding school.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa variasi perilaku yang ditemukan pada santri SMPIT Fithrah Insani Boarding School tidak hanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan maupun aturan yang berlaku, tetapi juga berkaitan dengan perkembangan self-awareness yang dimiliki oleh masing-masing individu. Meskipun memperoleh pembinaan yang relatif sama, setiap santri tetap menunjukkan tingkat kesadaran diri yang berbeda. Perbedaan tersebut menimbulkan pertanyaan mengenai faktor-faktor yang dapat mendukung berkembangnya self-awareness pada remaja, khususnya dalam lingkungan pendidikan Islam berbasis boarding school. Salah satu faktor yang secara konseptual diduga memiliki hubungan dengan perkembangan tersebut adalah praktik ibadah yang dilakukan secara sadar, konsisten, dan disertai penghayatan terhadap makna ibadah itu sendiri.

Salah satu pendekatan yang diyakini berperan dalam membentuk kualitas kepribadian individu adalah pembiasaan praktik ibadah. Praktik ibadah tidak hanya dimaknai sebagai pelaksanaan kewajiban agama yang bersifat ritual, tetapi juga sebagai proses pendidikan yang membentuk hubungan manusia dengan Allah swt. sekaligus membentuk hubungan manusia dengan dirinya sendiri. Oleh karena itu,

pelaksanaan ibadah yang dilakukan secara sadar, konsisten, dan penuh penghayatan diyakini mampu menumbuhkan berbagai nilai positif, seperti kedisiplinan, tanggung jawab, keikhlasan, pengendalian diri, serta kemampuan melakukan evaluasi terhadap perilaku yang telah dilakukan. Dengan demikian, praktik ibadah memiliki dimensi spiritual sekaligus dimensi psikologis yang saling berkaitan dalam membentuk kepribadian seorang muslim.

Pandangan tersebut dijelaskan secara komprehensif oleh Ibn Qayyim al-Jawziyyah, yang menempatkan ibadah sebagai inti dari proses pendidikan jiwa (*tarbiyah an-nafs*). Dalam karyanya *Madrij al-Salikin*, Ibn Qayyim menjelaskan bahwa hakikat ibadah adalah penghimpunan seluruh bentuk kecintaan, ketundukan, dan kepatuhan kepada Allah swt. yang diwujudkan melalui amal lahir maupun batin yang dicintai dan diridai-Nya (Al-Jauziyah, 2010:13). Oleh karena itu, ibadah tidak hanya berhenti pada pelaksanaan ritual formal, tetapi juga bertujuan membentuk hati (*qalb*), menyucikan jiwa (*tazkiyatun nafs*), serta mengarahkan manusia agar mampu mengendalikan hawa nafsu dan memperbaiki akhlakunya manusia agar mampu mengendalikan hawa nafsu dan memperbaiki akhlakunya secara berkelanjutan. Dalam pandangan Ibn Qayyim, perubahan perilaku yang sejati tidak lahir hanya karena adanya aturan atau pengawasan, melainkan karena adanya perubahan yang berlangsung dalam hati dan kesadaran individu.

Lebih lanjut, Ibn Qayyim menjelaskan bahwa ibadah yang dilakukan dengan penuh kesadaran akan melahirkan proses *muhasabah*, yaitu kemampuan seseorang untuk mengevaluasi dirinya secara terus-menerus (Al-Jauziyah, 2010:56). Melalui muhasabah, individu diajak untuk menyadari kelemahan yang dimilikinya, mengakui kesalahan yang telah diperbuat, mengendalikan dorongan hawa nafsu, memperbaiki niat, serta berusaha meningkatkan kualitas amalnya. Proses tersebut menunjukkan bahwa ibadah bukan sekadar aktivitas yang bersifat normatif, tetapi merupakan latihan psikologis yang mendorong individu untuk mengenali kondisi batinnya secara lebih mendalam. Dengan demikian, praktik ibadah menurut Ibn Qayyim mengandung mekanisme refleksi diri yang memungkinkan seseorang berkembang menjadi pribadi yang lebih matang secara spiritual maupun psikologis.

Apabila dikaitkan dengan konsep psikologi modern, proses muhasabah yang dijelaskan oleh Ibn Qayyim memiliki keterkaitan dengan konsep *kesadaran diri* (*self-awareness*). Kemampuan individu untuk mengenali pikiran, emosi, motivasi, serta kecenderungan perilakunya merupakan inti dari *kesadaran diri* (*self-awareness*), sedangkan muhasabah merupakan proses refleksi yang dilakukan secara sadar terhadap seluruh aspek tersebut dalam bingkai nilai-nilai keislaman. Oleh karena itu, praktik ibadah yang dilaksanakan secara konsisten dan disertai penghayatan diyakini dapat menjadi sarana yang membantu individu membangun kesadaran terhadap dirinya sendiri, memahami konsekuensi setiap tindakan, serta terdorong untuk melakukan perbaikan diri secara berkesinambungan. Dengan kata lain, praktik ibadah tidak hanya menghasilkan kepatuhan ritual, tetapi juga berpotensi membentuk *kesadaran diri* (*self-awareness*) sebagai salah satu aspek penting dalam perkembangan kepribadian.

Pandangan Ibn Qayyim tersebut memiliki kesesuaian dengan pemikiran Al-Ghazali yang menegaskan bahwa nilai suatu ibadah tidak hanya ditentukan oleh pelaksanaan lahiriahnya, tetapi juga oleh kehadiran hati (*hudhur al-qalb*) dan keikhlasan pelakunya. Menurut Al-Ghazali, ibadah yang dilakukan tanpa kesadaran hati berpotensi kehilangan fungsi pendidikan bagi jiwa, sedangkan ibadah yang dilaksanakan dengan penuh penghayatan akan menjadi sarana penyucian hati, pembentukan akhlak, dan perbaikan perilaku. Kesamaan pandangan kedua tokoh tersebut menunjukkan bahwa tradisi keilmuan Islam memandang ibadah sebagai proses transformasi kepribadian yang tidak hanya berdampak pada dimensi spiritual, tetapi juga pada perkembangan psikologis individu.

Pandangan tersebut juga memperoleh dukungan dari kajian psikologi agama kontemporer. Kenneth I. Pargament menjelaskan bahwa praktik keagamaan yang dijalankan secara bermakna dapat menjadi sumber pembentukan makna hidup, pengendalian diri, serta kemampuan individu dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan. Hal tersebut menunjukkan bahwa praktik ibadah yang dilakukan secara sadar tidak hanya memperkuat hubungan spiritual seseorang dengan Tuhan, tetapi juga berkontribusi terhadap perkembangan fungsi-fungsi psikologis yang

mendukung kematangan kepribadian. Dengan demikian, baik perspektif psikologi Islam maupun psikologi modern sama-sama memandang bahwa pengalaman keagamaan yang dihayati secara mendalam memiliki potensi untuk membentuk perkembangan psikologis individu (Pargament, 1997:23).

Berdasarkan uraian tersebut, praktik ibadah dapat dipahami bukan sekadar sebagai rutinitas keagamaan yang dilakukan karena kewajiban, melainkan sebagai proses pembinaan jiwa yang melibatkan refleksi diri, pengendalian hawa nafsu, penyucian hati, dan pembentukan akhlak. Proses inilah yang secara konseptual diperkirakan memiliki hubungan dengan berkembangnya *kesadaran diri (self-awareness)* pada santri. Oleh karena itu, praktik ibadah dipandang layak untuk dikaji sebagai variabel independen dalam penelitian ini guna memahami sejauh mana hubungannya dengan peningkatan *kesadaran diri (self-awareness)* pada santri kelas VIII SMPIT Fithrah Insani Boarding School Cimaung Bandung.

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa dimensi religiusitas dan spiritualitas memiliki hubungan dengan perkembangan psikologis individu. Sebagian besar penelitian tersebut mengkaji religiusitas sebagai konstruk yang bersifat umum dan menghubungkannya dengan variabel seperti regulasi emosi, kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*), resiliensi, kontrol diri, maupun pembentukan karakter. Di sisi lain, kajian dalam bidang pendidikan Islam juga telah banyak membahas konsep *tazkiyatun nafs*, pendidikan akhlak, serta pembinaan spiritual menurut para ulama klasik sebagai landasan pembentukan kepribadian muslim. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa nilai-nilai keagamaan memiliki kontribusi terhadap perkembangan psikologis individu.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu masih memusatkan perhatian pada religiusitas atau spiritualitas sebagai konsep yang luas, sehingga praktik ibadah sebagai perilaku keagamaan yang diwujudkan melalui aktivitas nyata sehari-hari belum banyak dikaji secara spesifik sebagai variabel penelitian. Selain itu, penelitian yang membahas pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyyah umumnya masih bersifat konseptual dan normatif dengan fokus pada pendidikan akhlak, penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*), atau pembinaan spiritual, sehingga belum

banyak penelitian yang menguji relevansi konsep tersebut melalui pendekatan kuantitatif pada lingkungan pendidikan formal.

Di sisi lain, penelitian yang menghubungkan praktik ibadah dengan *kesadaran diri (self-awareness)* pada santri tingkat sekolah menengah pertama di lingkungan *boarding school* juga masih relatif terbatas. Padahal, kehidupan *boarding school* memberikan konteks yang khas karena praktik ibadah merupakan bagian dari aktivitas harian yang dilaksanakan secara terstruktur dan berkesinambungan. Lingkungan tersebut memberikan peluang untuk mengkaji bagaimana praktik ibadah tidak hanya dipahami sebagai kewajiban keagamaan, tetapi juga sebagai proses pembinaan jiwa yang memungkinkan berkembangnya kesadaran diri pada peserta didik.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini memiliki posisi yang berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian ini tidak hanya mengkaji hubungan antara praktik ibadah dengan *kesadaran diri (self-awareness)*, tetapi juga menempatkan pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyyah sebagai landasan konseptual dalam menjelaskan mekanisme hubungan antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi Islam, khususnya mengenai relevansi praktik ibadah sebagai proses pembinaan jiwa dalam membentuk *kesadaran diri (self-awareness)* pada santri di lingkungan *boarding school*.

Berdasarkan uraian mengenai fenomena empiris, kajian teoritis, serta kesenjangan penelitian yang telah dipaparkan, dapat dipahami bahwa praktik ibadah tidak hanya memiliki dimensi normatif sebagai bentuk penghambaan kepada Allah Swt., tetapi juga memiliki dimensi psikologis yang berpotensi membentuk perkembangan kesadaran diri (*kesadaran diri (self-awareness)*) pada individu. Perspektif Ibn Qayyim al-Jawziyyah menunjukkan bahwa ibadah merupakan proses pembinaan jiwa (*tarbiyah an-nafs*) yang melibatkan *muhasabah*, penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*), dan pengendalian hawa nafsu sehingga memungkinkan seseorang mengenali keadaan dirinya secara lebih mendalam. Konsep tersebut memberikan landasan teoritis bahwa praktik ibadah tidak hanya menghasilkan

kepatuhan terhadap syariat, tetapi juga berpotensi membentuk kesadaran diri yang menjadi dasar bagi perkembangan perilaku yang lebih adaptif.

Di sisi lain, kehidupan santri di SMPIT Fithrah Insani Boarding School Cimaung Bandung memberikan konteks yang relevan untuk menguji hubungan tersebut. Meskipun seluruh santri memperoleh pembiasaan ibadah melalui berbagai program keagamaan yang terstruktur, hasil observasi awal menunjukkan adanya variasi perilaku dan tingkat kemampuan dalam mengenali serta mengendalikan diri. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan praktik ibadah belum tentu memberikan dampak yang sama pada setiap individu sehingga hubungan antara praktik ibadah dengan *kesadaran diri (self-awareness)* masih memerlukan pembuktian secara empiris.

Penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian Psikologi Islam, khususnya mengenai hubungan praktik ibadah dengan *kesadaran diri (self-awareness)* berdasarkan perspektif Ibn Qayyim al-Jawziyyah, tetapi juga memberikan masukan bagi lembaga pendidikan Islam dalam mengoptimalkan pembinaan ibadah sebagai bagian dari proses pembentukan karakter dan kematangan psikologis peserta didik. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memperkaya kajian ilmiah mengenai relevansi praktik ibadah dalam mendukung perkembangan kesadaran diri pada remaja yang menempuh pendidikan di lingkungan *boarding school*.

Atas dasar pertimbangan tersebut, peneliti memandang perlu untuk mengkaji hubungan antara praktik ibadah dengan kesadaran diri (*self-awareness*) pada santri kelas VIII SMPIT Fithrah Insani Boarding School Cimaung Bandung. Penelitian ini dituangkan dalam skripsi yang berjudul "Hubungan Praktik Ibadah dengan Peningkatan Kesadaran Diri (Kesadaran diri (*self-awareness*)) (Studi Kasus pada Santri Kelas VIII SMPIT Fithrah Insani Boarding School Cimaung Bandung)."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, diperoleh beberapa rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) santri kelas VIII di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* Cimaung Bandung?
2. Bagaimana gambaran tingkat praktik ibadah pada santri kelas VIII di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* Cimaung Bandung?
3. Apakah terdapat hubungan antara praktik ibadah dengan tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) pada santri kelas VIII di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* Cimaung Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara praktik ibadah dengan tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) pada santri kelas VIII di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* Cimaung Bandung melalui pendekatan kuantitatif empiris.

Secara khusus, tujuan penelitian ini adalah:

1. Mendeskripsikan tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) santri kelas VIII di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* Cimaung Bandung yang meliputi aspek kesadaran emosi, refleksi diri, dan pemahaman terhadap diri.
2. Mendeskripsikan tingkat praktik ibadah pada santri kelas VIII di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* Cimaung Bandung berdasarkan indikator frekuensi, konsistensi, dan keterlibatan dalam pelaksanaan ibadah.
3. Menganalisis hubungan antara praktik ibadah dengan tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) pada santri kelas VIII di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* Cimaung Bandung secara statistik.

Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kemudahan bagi para pembaca, diri sendiri maupun pihak-pihak yang berkepentingan. Terkait dengan manfaat penelitian ini terdapat manfaat secara teoritis dan praktik sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan kajian psikologi religius, khususnya pada integrasi antara praktik spiritual dan perkembangan psikologis remaja. Hasil penelitian ini dapat memperkaya bukti empiris mengenai hubungan antara praktik ibadah

dan kesadaran diri (*self-awareness*), yang selama ini lebih banyak dibahas dalam perspektif normatif atau konseptual dibandingkan pengujian kuantitatif.

Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memperkuat kajian interdisipliner antara tasawuf, psikologi perkembangan, dan psikoterapi Islam dengan menyediakan data empiris yang menunjukkan bagaimana aktivitas ibadah berhubungan dengan aspek kesadaran diri pada masa remaja. Dengan demikian, penelitian ini dapat menjadi rujukan akademik bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji variabel spiritualitas dalam kerangka metodologi ilmiah modern.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Lembaga Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan empiris bagi pihak sekolah dalam mengevaluasi dan mengembangkan program pembinaan keagamaan serta pendidikan karakter berbasis spiritualitas. Data penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam memahami hubungan antara pembiasaan ibadah dan perkembangan kesadaran diri siswa secara lebih objektif.

b. Bagi Guru dan Pembina Santri

Penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman bahwa praktik ibadah tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas ritual, tetapi juga berkaitan dengan aspek psikologis siswa, khususnya kesadaran diri (*self-awareness*) dan pengelolaan perilaku. Temuan penelitian dapat menjadi dasar dalam merancang pendekatan pembinaan yang lebih reflektif dan edukatif.

c. Bagi Peserta Didik

Secara tidak langsung, penelitian ini diharapkan mendorong terciptanya lingkungan pembelajaran yang lebih mendukung perkembangan kesadaran diri siswa melalui pembiasaan praktik religiusitas yang terstruktur dan bermakna.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi empiris awal bagi para penelitian lanjutan yang ingin menguji variabel spiritualitas dengan

pendekatan kuantitatif, baik melalui desain korelasional yang lebih luas maupun penelitian eksperimental untuk menguji hubungi kausal secara lebih mendalam.

D. Kerangka Berpikir

Penelitian ini berawal dari hasil observasi peneliti di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* Bandung sebagai lembaga pendidikan berbasis *boarding school* yang menerapkan berbagai program pembiasaan praktik ibadah secara terstruktur dalam kehidupan sehari-hari santri. Seluruh santri secara rutin melaksanakan salat berjamaah, tilawah dan tahfiz Al-Qur'an, doa harian, zikir, serta berbagai aktivitas keagamaan lainnya sebagai bagian dari sistem pembinaan karakter dan spiritual sekolah. Lingkungan pendidikan tersebut secara konseptual telah menyediakan pengalaman religius yang relatif sama bagi seluruh santri melalui pembiasaan praktik ibadah yang dilakukan secara berulang dan berkesinambungan. (Prasetiawan & Ma'rifataini, 2021).

Namun demikian, berdasarkan hasil observasi awal, peneliti menemukan bahwa pembiasaan praktik ibadah yang relatif sama tidak selalu diikuti oleh tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) yang sama pada setiap hari. Masih ditemukan santri yang melakukan pelanggaran tata tertib, keluar area pesantren tanpa izin, membolos kegiatan pembelajaran, maupun menunjukkan kesulitan dalam mengendalikan perilaku dan emosinya. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan praktik ibadah belum tentu menghasilkan perkembangan psikologis yang seragam pada setiap individu. Kondisi ini memunculkan pertanyaan mengenai bagaimana hubungan praktik ibadah dengan perkembangan kesadaran diri (*self-awareness*) pada santri.

Dalam kajian psikologi, kesadaran diri (*self-awareness*) dipahami sebagai kemampuan individu untuk mengenali emosi, pikiran, motivasi, nilai, serta kecenderungan perilaku yang dimilikinya sehingga mampu memahami alasan di balik setiap tindakan yang dilakukan. Daniel Goleman menempatkan kesadaran diri (*self-awareness*) sebagai kompetensi dasar dalam kecerdasan emosional karena kemampuan mengenali diri menjadi landasan bagi berkembangnya pengendalian diri, pengambilan keputusan, dan perilaku yang adaptif.

Di sisi lain, praktik ibadah tidak hanya dipahami sebagai pelaksanaan ritual keagamaan yang bersifat lahiriah, tetapi juga sebagai proses pembinaan jiwa yang melibatkan kesadaran, penghayatan, serta keterlibatan batin batin individu. Dalam perspektif Ibn Qayyim al-Jawziyyah, praktik ibadah merupakan bagian dari pendidikan jiwa (*tarbiyah an-nafs*) yang bertujuan membentuk kualitas spiritual dan moral manusia. Ibadah yang dilakukan secara sadar tidak berhenti pada pelaksanaan ritual saja, tetapi juga melahirkan proses *muhasabah*, *tazkiyatun nafs*, serta pengendalian hawa nafsu yang membantu individu memperbaiki dirinya secara berkelanjutan (Sutton, 2021).

Proses *muhasabah* menurut Ibn Qayyim mendorong individu untuk mengevaluasi pikiran, perasaan, niat, dan perilaku yang dimiliki sehingga mampu menyadari kekurangan serta memperbaiki kesalahan yang dilakukan. Sementara itu, *tazkiyatun nafs* merupakan proses penyucian jiwa melalui pembiasaan ibadah yang bertujuan mengendalikan dorongan hawa nafsu dan membentuk akhlak yang lebih baik. kedua proses tersebut menunjukkan bahwa praktik ibadah memiliki mekanisme internal yang memungkinkan individu semakin mengenali kondisi batinnya. Dengan demikian, praktik ibadah secara konseptual dipandang tidak hanya membentuk kepatuhan terhadap ajaran agama, tetapi juga berpotensi mengembangkan kesadaran diri (*self-awareness*) (Lailatut Tarwiyyah, 2022).

Pemikiran tersebut diperkuat oleh pendekatan psikologi modern yang menjelaskan bahwa kesadaran diri (*self-awareness*) berkembang melalui proses refleksi diri dan regulasi diri. Aktivitas yang melibatkan perhatian terarah dan evaluasi diri secara berulang terbukti membantu individu memahami respons emosional dan pola perilakunya. Dalam konteks ini, praktik ibadah memiliki kesesuaian mekanisme dengan proses psikologis tersebut, karena di dalamnya terdapat unsur perhatian penuh, pengendalian impuls, serta evaluasi makna tindakan. Dengan demikian, praktik ibadah secara konseptual dapat dipandang sebagai aktivitas yang berpotensi memfasilitasi perkembangan kesadaran diri (*self-awareness*) melalui proses reflektif yang berlangsung secara kontinu. Hal ini juga didukung oleh penelitian mengenai pentingnya kesadaran diri (*self-awareness*) dalam layanan bimbingan siswa yang menunjukkan bahwa individu dengan tingkat

kesadaran diri (*self-awareness*) yang lebih baik cenderung mampu memahami dirinya, menerima evaluasi, serta mengontrol perilaku secara lebih adaptif dalam lingkungan pendidikan (Mu *et al.*, 2024).

Lebih lanjut, peneliti memandang bahwa hubungan antara praktik ibadah dan kesadaran diri (*self-awareness*) tidak terjadi secara sederhana, melainkan melalui mekanisme psikologis internal berupa refleksi diri, regulasi diri, dan internalisasi nilai-nilai spiritual. Praktik ibadah yang dilakukan secara konsisten menuntut kedisiplinan waktu, kemampuan mengendalikan dorongan perilaku, serta pengaturan respons emosional. Proses tersebut melatih individu untuk bertindak secara lebih sadar dan terarah. Dalam kerangka logis penelitian ini, praktik ibadah dipandang berpotensi memperkuat individu dalam memahami kondisi internal dirinya sehingga mendukung berkembangnya kesadaran diri (*self-awareness*). Temuan penelitian Nesia Mu'asyara turut memperkuat asumsi ini dengan menunjukkan bahwa dimensi spiritual dan kecerdasan emosional memiliki hubungan positif dengan peningkatan kesadaran diri (*self-awareness*) individu melalui kemampuan pengelolaan emosi dan pemahaman diri.

Selain itu, aktivitas ibadah yang dilakukan secara konsisten dan disertai penghayatan memungkinkan individu membangun kebiasaan reflektif dalam kehidupan sehari-hari. Proses tersebut berpotensi membantu siswa mengenali emosi yang dirasakan, memahami perilaku yang dimiliki, melakukan evaluasi diri, serta meningkatkan kesadaran terhadap dampak tindakannya terhadap orang lain. Dengan demikian, indikator-indikator praktik ibadah seperti konsistensi, frekuensi, penghayatan, dan keterlibatan spiritual secara konseptual memiliki keterkaitan dengan indikator kesadaran diri (*self-awareness*), seperti kemampuan mengenali emosi, refleksi diri, mengendalikan perilaku, dan memahami konsekuensi tindakan.

Pandangan ini memiliki kesesuaian dengan perspektif tasawuf yang memandang ibadah sebagai sarana penyucian diri melalui proses *muhasabah* dan pengendalian nafs. Tradisi spiritual Islam menekankan bahwa individu diarahkan untuk senantiasa menyadari niat dan mengevaluasi kondisi batinnya sebelum menilai perilaku lahiriah. Prinsip tersebut tercermin dalam hadis sahih Rasulullah ﷺ:

حَدَّثَنَا سُفْيَانُ بْنُ وَكِيعٍ حَدَّثَنَا عِيسَى بْنُ يُونُسَ عَنْ أَبِي بَكْرٍ بْنِ أَبِي مَرْيَمَ ح وَ حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ
 بْنُ عَبْدِ الرَّحْمَنِ أَخْبَرَنَا عَمْرُو بْنُ عَوْنٍ أَخْبَرَنَا ابْنُ الْمُبَارَكِ عَنْ أَبِي بَكْرٍ بْنِ أَبِي مَرْيَمَ عَنْ صَمْرَةَ بْنِ
 حَبِيبٍ عَنْ شَدَّادِ بْنِ أَوْسٍ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ الْكَثِيرُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ وَعَمِلَ لِمَا بَعْدَ
 الْمَوْتِ وَالْعَاجِزُ مَنْ أَتْبَعَ نَفْسَهُ هَوَاهَا وَتَمَتَّى عَلَى اللَّهِ

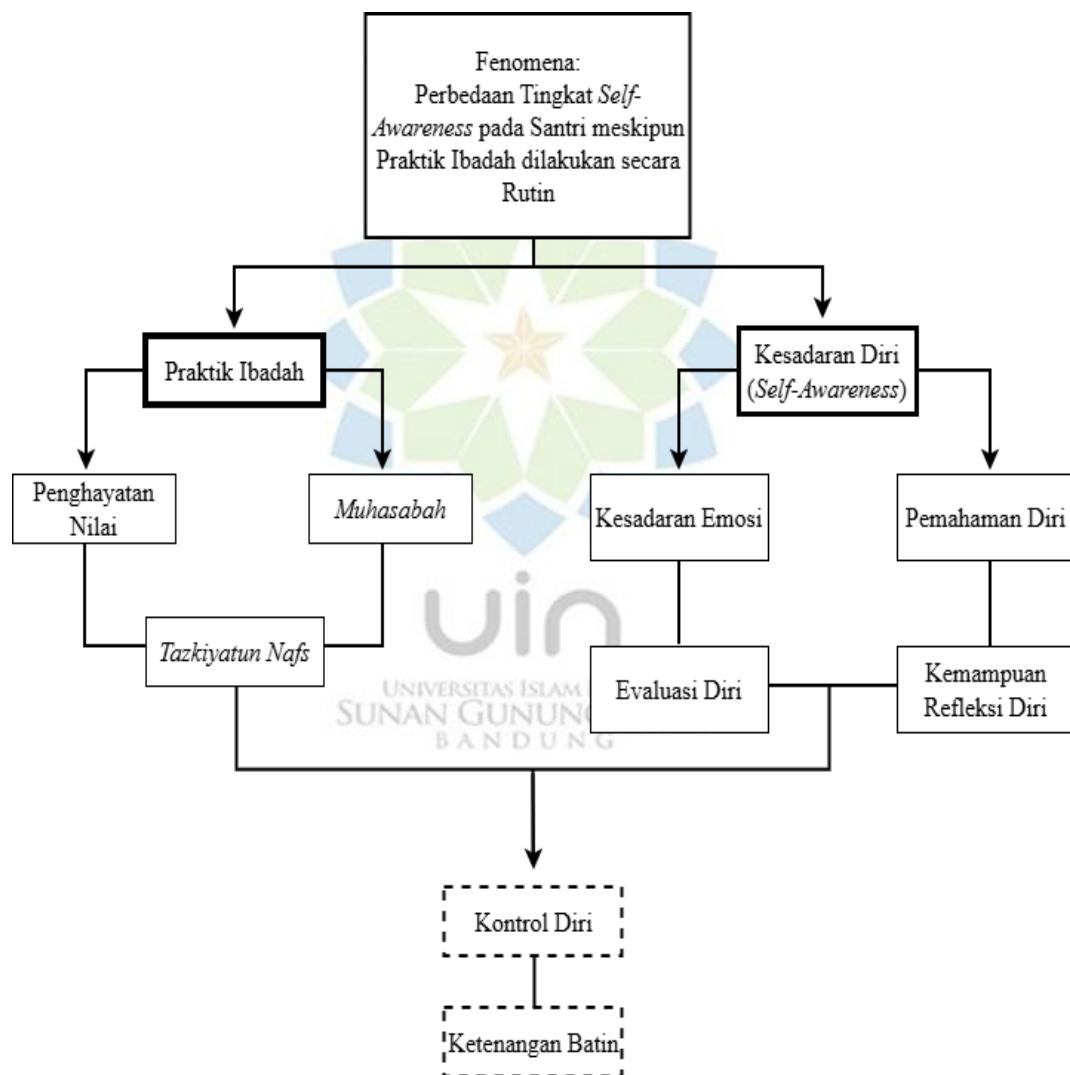
Artinya: “Telah menceritakan kepada kami Sufyan bin Waqi’ telah menceritakan kepada kami ‘Isa bin Yunus dari Abu Bakar bin Abu Maryam, dan telah mengkhabarkan kepada kami Abdullah bin Abdurrahman telah mengkhabarkan kepada kami ‘Amru bin ‘Aun telah mengkhabarkan kepada kami Ibnu Al Mubarak dari Abu Bakar bin Abu Maryam dari Dlamrah bin Habib dari Syaddad bin Aus dari Nabi Shallallahu ‘alaihi wa Salam beliau bersadabda: “Orang yang cerdas adalah orang yang mempersiapkan dirinya dan beramal untuk hari setelah kematian, sedangkan orang yang bodoh adalah orang yang jiwanya mengikuti hawa nafsunya dan berangan kepada Allah.”” (HR Tirmidzi no. 2383) (Basri, 2022).

Konsep ini menunjukkan bahwa kemampuan *muhasabah* merupakan bagian dari kecerdasan spiritual yang berkaitan erat dengan kesadaran diri (*self-awareness*). Hadis ini memperkuat asumsi peneliti bahwa ibadah pada hakikatnya merupakan latihan kesadaran yang mengintegrasikan dimensi spiritual dan psikologis secara simultan.

Dalam konteks perkembangan remaja, mekanisme tersebut menjadi semakin relevan karena masa remaja merupakan fase pembentukan identitas diri yang ditandai oleh perubahan biologis, emosional, sosial, dan kognitif. Santri kelas VIII SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* berada pada tahap perkembangan tersebut sehingga membutuhkan kemampuan mengenali dirinya agar mampu mengendalikan emosi, menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta mengambil keputusan secara lebih adaptif. Pembiasaan praktik ibadah yang dilakukan secara rutin di lingkungan *boarding school* diperkirakan menjadi salah satu pengalaman spiritual yang berkontribusi terhadap perkembangan kemampuan tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dibangun atas asumsi konseptual bahwa praktik ibadah sebagai variabel independen (X) memiliki hubungan dengan kesadaran diri (*self-awareness*) sebagai variabel dependen (Y). Hubungan tersebut dijelaskan melalui perspektif Ibn Qayyim al-Jawziyyah bahwa praktik ibadah merupakan proses *tarbiyah an-nafs* yang melahirkan *muhasabah* dan *tazkiyatun nafs*, sehingga membantu individu mengenali kondisi dirinya, mengevaluasi

perilaku, mengendalikan hawa nafsu, serta mengembangkan kesadaran diri (*self-awareness*). Adapun kontrol diri dan ketenangan batin dipahami sebagai implikasi konseptual dari berkembangnya kesadaran diri (*self-awareness*), namun tidak dijadikan variabel yang diuji secara statistik dalam penelitian ini. Berdasarkan kerangka berpikir tersebut, penelitian ini menguji secara empiris hubungan antara praktik ibadah dengan kesadaran diri (*self-awareness*) pada santri kelas VIII SMPIT Fithrah Insani Boarding School Cimaung Bandung.



Gambar 1.1 Kerangka Berpikir

Keterangan:

Garis tebal menunjukkan variabel yang menjadi fokus penelitian dan diuji secara empiris, yaitu praktik ibadah sebagai variabel independen dan kesadaran diri (*self-awareness*) sebagai variabel dependen. Garis tipis menunjukkan unsur-unsur konseptual yang membentuk atau menjelaskan masing-masing variabel, sedangkan garis putus-putus menunjukkan konsep teoritis yang tidak diukur dan tidak diuji secara statistik dalam penelitian ini, yaitu kontrol diri dan ketenangan batin.

Berdasarkan diagram kerangka berpikir di atas, penelitian ini berangkat dari fenomena adanya perbedaan tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) pada santri kelas VIII di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* meskipun praktik ibadah telah dilaksanakan secara rutin dalam lingkungan *boarding school*. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan ibadah yang sama belum tentu diikuti oleh tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) yang sama pada setiap individu. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara praktik ibadah dengan kesadaran diri (*self-awareness*) pada santri di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School*.

Praktik ibadah ditempatkan sebagai variabel independen (X) yang mencerminkan pelaksanaan aktivitas ibadah dalam kehidupan sehari-hari. Praktik ibadah tidak hanya berkaitan dengan pelaksanaan ritual keagamaan, tetapi juga mengandung unsur penghayatan nilai, *muhasabah*, dan *tazkiyatun nafs*. Penghayatan nilai membantu individu memahami makna dan tujuan ibadah yang dilakukan. *Muhasabah* mendorong individu melakukan evaluasi terhadap pikiran, perasaan, dan perilakunya, sedangkan *tazkiyatun nafs* berkaitan dengan upaya penyucian diri dan perbaikan akhlak secara berkelanjutan.

Kesadaran diri (*self-awareness*) ditempatkan sebagai variabel dependen (Y) yang menggambarkan kemampuan individu untuk mengenali dan memahami dirinya sendiri. Kesadaran diri (*self-awareness*) tercermin melalui kesadaran emosi dan pemahaman diri. Kesadaran emosi membantu individu mengenali kondisi emosional yang dialami, sedangkan pemahaman diri membantu individu mengenali karakteristik, potensi, serta keterbatasan yang dimiliki. Kedua aspek tersebut berkembang melalui evaluasi diri dan kemampuan refleksi diri yang

memungkinkan individu meninjau pengalaman serta perilaku yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.

Praktik ibadah yang disertai penghayatan nilai, *muhasabah*, dan *tazkiyatun nafs* diperkirakan dapat membantu individu mengembangkan kemampuan mengenali diri, memahami kondisi emosional, melakukan evaluasi diri, serta merefleksikan perilaku yang dimiliki. Melalui proses tersebut, individu berpeluang memiliki tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) yang lebih baik.

Kesadaran diri yang berkembang pada individu dapat berimplikasi pada terbentuknya kontrol diri dan ketenangan batin. Individu yang mampu memahami dirinya dengan baik cenderung lebih mudah mengendalikan perilaku, mengelola emosi, serta menjaga keseimbangan psikologis dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan. Namun, kontrol diri dan ketenangan batin tidak dijadikan variabel penelitian serta tidak diuji secara statistik. Kedua konsep tersebut hanya digunakan untuk menjelaskan kemungkinan implikasi yang dapat muncul dari berkembangnya kesadaran diri (*self-awareness*).

Berdasarkan kerangka berpikir tersebut, penelitian ini berfokus pada hubungan antara praktik ibadah sebagai variabel independen (X) dan kesadaran diri (*self-awareness*) sebagai variabel dependen (Y) pada santri kelas VIII SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* Cimaung Bandung.

E. Hipotesis

Berdasarkan kerangka berpikir yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini berangkat dari asumsi konseptual bahwa praktik ibadah memiliki keterkaitan dengan pembentukan kesadaran diri (*self-awareness*) pada siswa. Praktik ibadah yang dilakukan secara konsisten dipersepsikan tidak hanya sebagai aktivitas ritual, tetapi juga sebagai proses internal yang melibatkan refleksi diri, pengendalian perilaku, dan kesadaran terhadap makna tindakan. Proses tersebut secara teoritis berpotensi mendorong berkembangnya kemampuan individu dalam mengenali kondisi internal dirinya, baik dari aspek emosi, pikiran, maupun perilaku.

Dalam pendekatan kuantitatif, asumsi tersebut perlu diuji secara empiris melalui perumusan hipotesis yang dapat diuji secara statistik. Oleh karena itu, hipotesis dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. H_a : Terdapat hubungan yang signifikan antara praktik ibadah dengan kesadaran diri (*self-awareness*) pada santri kelas VIII di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* Cimaung Bandung.
2. H_0 : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara praktik ibadah dengan kesadaran diri (*self-awareness*) pada santri kelas VIII di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* Cimaung Bandung.

F. Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian mengenai kesadaran diri (*self-awareness*) telah banyak dilakukan dengan berbagai variabel yang memengaruhinya. Berbagai penelitian tersebut menunjukkan bahwa perkembangan kesadaran diri (*self-awareness*) dipengaruhi oleh faktor psikologis, emosional, sosial, maupun spiritual. Berikut ini adalah beberapa hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini:

Penelitian yang dilakukan oleh Hanik Lailatut Tarwiyyah (2022) menggunakan metode *literature review* untuk mengkaji pengaruh religiusitas terhadap kesadaran diri (*self-awareness*) pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa religiusitas memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran diri. Remaja dengan tingkat religiusitas yang tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memahami diri, mengendalikan perilaku, serta menentukan arah hidupnya. Hal ini menunjukkan bahwa nilai-nilai keagamaan berperan penting dalam pembentukan kesadaran diri (*self-awareness*) pada remaja (Lailatut Tarwiyyah, 2022).

Selanjutnya, penelitian oleh Hariadi Ahmad (2021) mengkaji hubungan antara kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa SMP. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kestabilan emosi dan kontrol diri siswa. Siswa yang memiliki emosi yang stabil cenderung mampu mengontrol diri dengan lebih baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa aspek emosional menjadi faktor penting dalam pembentukan kesadaran diri, karena kontrol diri merupakan bagian dari kemampuan mengenali dan mengelola diri (Ahmad Hariadi, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Nesia Mu'asyara dkk. (2024) menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk mengkaji peran kecerdasan emosional (*Emotional Quotient*) dan kecerdasan spiritual (*Spiritual Quotient*) dalam pengembangan diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki keseimbangan antara EQ dan SQ cenderung memiliki tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) yang tinggi, mampu membangun hubungan sosial yang baik, serta memiliki orientasi hidup yang lebih bermakna. Hal ini menegaskan bahwa integrasi aspek emosional dan spiritual berkontribusi terhadap peningkatan kesadaran diri (*self-awareness*) individu (Mu *et al.*, 2024).

Penelitian lain oleh Sambas Sugiarto dan Neviyarni Suhaili (2022) menyoroti pentingnya kesadaran diri (*self-awareness*) siswa dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok di sekolah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rendahnya kesadaran diri (*self-awareness*) siswa berdampak pada kurang optimalnya partisipasi dalam layanan bimbingan dan konseling. Sebaliknya, siswa dengan kesadaran diri (*self-awareness*) tinggi mampu memahami diri, mengambil keputusan secara mandiri, serta bertanggung jawab atas perilakunya (Sugiarto & Suhaili, 2022).

Selanjutnya, penelitian oleh Phendy Agust Saputra dan Yuli Asmi Rozali (2022) mengkaji pengaruh kesadaran diri (*self-awareness*) terhadap kedisiplinan dalam penerapan protokol kesehatan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif eksperimental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan antara kesadaran diri (*self-awareness*) dan kedisiplinan. Meskipun demikian, penelitian ini menemukan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) dan kedisiplinan yang rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa kesadaran diri (*self-awareness*) saja belum cukup untuk memengaruhi perilaku disiplin tanpa didukung faktor lain (Saputra & Rozali, 2022).

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut dapat diketahui bahwa kesadaran diri (*self-awareness*) dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti religiusitas, kestabilan emosi, kecerdasan emosional, serta kecerdasan spiritual. Berbagai

penelitian tersebut menunjukkan bahwa aspek psikologis dan spiritual memiliki kontribusi dalam membantu individu mengenali dirinya, mengontrol perilaku, serta memahami kondisi internal yang dimiliki.

Meskipun demikian, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan praktik ibadah dengan kesadaran diri (*self-awareness*) pada santri tingkat SMP berbasis *boarding school* masih relatif terbatas. Sebagian penelitian sebelumnya lebih banyak membahas religiusitas secara umum, kecerdasan emosional, kontrol diri, maupun faktor psikologis lain yang berkaitan dengan kesadaran diri (*self-awareness*). Selain itu, terdapat perbedaan pendekatan penelitian, karakteristik responden, dan konteks lingkungan penelitian yang digunakan.

Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya karena berfokus pada praktik ibadah sebagai variabel independen dan kesadaran diri (*self-awareness*) sebagai variabel dependen pada santri kelas VIII di SMPIT Fithrah Insani *Boarding School* Cimaung Bandung menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Penelitian ini juga dilakukan pada lingkungan *boarding school* yang memiliki sistem pembinaan spiritual lebih intensif melalui pembiasaan ibadah, kedisiplinan, dan aktivitas keagamaan yang terstruktur.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat melengkapi penelitian sebelumnya sekaligus memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian Tasawuf dan Psikoterapi, khususnya terkait hubungan praktik ibadah terhadap peningkatan kesadaran diri (*self-awareness*) pada remaja.