



## Efektivitas Pelatihan *Self-Awareness* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Taruna PIP Makassar

Muhammad Shadiq Syah<sup>1</sup>, Widyastuti<sup>2</sup>, Ahmad Ridfah<sup>3</sup>, Nursyam<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar. Indonesia

<sup>4</sup> Prodi Studi Nautika, Politeknik Pelayaran Barombong

Email: [shdqsyh@gmail.com](mailto:shdqsyh@gmail.com)<sup>1</sup> [widya\\_prasthya@yahoo.com](mailto:widya_prasthya@yahoo.com)<sup>2</sup> [ahmad.ridfah@unm.ac.id](mailto:ahmad.ridfah@unm.ac.id)<sup>3</sup> [nursyamrto@gmail.com](mailto:nursyamrto@gmail.com)<sup>4</sup>

### Info Artikel :

Diterima 21 September 2022

Direvisi 22 September 2022

Dipublikasikan 30 September 2022

### Keyword:

*Self awareness*

*Experiential learning*

*Discipline*

*Cadet*

### Kata Kunci:

Kesadaran diri

Pengalaman

Kedisiplinan

Taruna

### ABSTRACT

*Self-awareness is one of the factors that influence individuals in behaving, especially in complying with applicable rules and norms. This study aims to determine the effectiveness of self-awareness training to improve the discipline of Makassar PIP Cadets. The intervention in this study applies the experiential learning model to improve the discipline of cadets. The training participants totaled 21 cadets who were divided into two groups, namely 11 participants in the control group and 10 participants in the experimental group. The experimental design in this study was a pretest-posttest control group design. The data analysis technique used the Mann Whitney test, Wilcoxon, and additional analysis used the Friedman test with the help of the SPSS 26 for windows program. Based on the results of hypothesis testing using the Mann Whitney test,  $p = 0.043$  ( $p < 0.05$ ) which means that the first hypothesis in this study was accepted, namely self-awareness training is effective for increasing cadet discipline. While the results of the Wilcoxon test showed a significance value of  $p = 0.02$  ( $p < 0.05$ ), which means that the second hypothesis was accepted, namely that there was a significant increase in scores in the experimental group after being given self-awareness training. The implication of this research refers to the cadets to make self-awareness training as a solution in improving cadet discipline.*

### ABSTRAK

Kesadaran diri menjadi salah satu faktor yang memengaruhi individu dalam berperilaku, terutama dalam menaati aturan dan norma yang berlaku. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pelatihan self awareness untuk meningkatkan kedisiplinan Taruna PIP Makassar. Intervensi dalam penelitian ini menerapkan model experiential learning untuk meningkatkan kedisiplinan taruna. Partisipan pelatihan berjumlah 21 taruna yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 11 partisipan kelompok kontrol dan 10 partisipan kelompok eksperimen. Rancangan eksperimen dalam penelitian ini adalah pretest-posttest control group design. Teknik analisis data menggunakan uji Mann Whitney, Wilcoxon, dan analisis tambahan menggunakan uji Friedman dengan bantuan program SPSS 26 for windows. Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan uji Mann Whitney diperoleh  $p=0,043$  ( $p<0,05$ ) yang artinya hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima, yaitu pelatihan self awareness efektif untuk meningkatkan kedisiplinan taruna. Sedangkan hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi  $p=0,02$  ( $p<0,05$ ) yang artinya hipotesis kedua diterima, yaitu terjadi kenaikan skor yang signifikan pada kelompok eksperimen setelah diberikan pelatihan self awareness. Implikasi penelitian ini merujuk pada pihak ketarunaan untuk menjadikan pelatihan self awareness sebagai salah satu solusi dalam meningkatkan kedisiplinan taruna.



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2019 by author.

### Koresponden:

Nursyam,

Email: [nursyamrto@gmail.com](mailto:nursyamrto@gmail.com)

## Pendahuluan

Perguruan tinggi merupakan pendidikan jenjang menengah yang mencakup program diploma, sarjana, magister, doktor, dan profesi serta spesialis yang diselenggarakan berdasarkan kebudayaan bangsa Indonesia. Salah satu perguruan tinggi di Indonesia adalah Politeknik Ilmu Pelayaran (PIP) Makassar. Politeknik Ilmu Pelayaran Makassar adalah lembaga pendidikan tinggi yang menyelenggarakan pendidikan vokasi di bidang pelayaran, diarahkan untuk menghasilkan lulusan yang profesional dan handal di bidang pelayaran. Sebutan untuk peserta didik yang terdaftar di PIP Makassar adalah Taruna (Peraturan menteri perhubungan No. 87 tahun 2015).

Taruna wajib mematuhi peraturan tata tertib taruna (Pertibtar), tidak hanya menjadi pedoman dalam kampus, tapi juga mengatur tata kehidupan taruna di luar kampus PIP Makassar. Tujuan dari pertibtar yaitu untuk membentuk karakter disiplin pada taruna. Bentuk kedisiplinan yang diterapkan dalam peraturan tata tertib taruna diantaranya adalah mengikuti apel pagi, siang, dan malam tepat waktu, menggunakan seragam yang telah ditentukan tiap kegiatan, mengerjakan tugas, dan memenuhi panggilan senior atau pengurus harian. Ketika taruna (i) melanggar peraturan yang telah diterapkan, taruna akan diberi sanksi sesuai dengan tingkat pelanggaran yang dilakukan

Taruna memiliki rutinitas yang telah terjadwalkan mulai dari bangun tidur hingga tidur kembali. Taruna mulai beraktivitas sebelum pukul 05:00 pagi hingga pukul 22:00 malam, bahkan di saat tertentu aktivitas berlangsung hingga pukul 00.00. Taruna diharuskan untuk tinggal di asrama, menggunakan atribut seragam dalam proses belajar mengajar, etika taruna dalam bersikap, bertutur kata dan berperilaku dengan koridor ketat pada senior, instruktur, dosen dan staf. Rutinitas ini menunjukkan bahwa PIP menerapkan gaya pendidikan semi militer.

Rutinitas di lingkungan kampus sudah dilakukan dengan baik guna meningkatkan kedisiplinan taruna, dimulai dengan perencanaan, pengelompokan, penerapan,

pengawasan, evaluasi, hukuman, dan penghargaan. Namun faktanya kedisiplinan belum merata pada seluruh taruna. Rosnani, Tjahjanto, Alberto, Muhayyng, dan Iswanto (2018) menemukan bahwa terdapat beberapa taruna yang kurang disiplin dalam manajemen waktu, bersikap, beribadah, dan perizinan keluar masuk kampus. Hal ini juga didukung dengan data pelanggaran taruna 2015-2017 dari pusat pembangunan karakter taruna dan hasil observasi peneliti yaitu, tahun 2015 terdapat 69 taruna yang tidak dapat menyelesaikan pendidikan dikarenakan melanggar aturan dan sakit. Tahun 2016 terdapat 31 taruna(i) yang tidak dapat melanjutkan proses pendidikan dan aktivitas taruna dan dua taruni mengundurkan diri, tahun 2017 terdapat 26 taruna yang tidak dapat mengikuti aktivitas taruna dan 4 orang taruna di drop out. Hal ini didukung dengan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti mulai tanggal 20 September- 20 November 2020, terdapat beberapa taruna yang terlambat masuk kampus, keluar kampus tanpa izin, dan taruna yang kurang disiplin dalam bersikap.

Data diatas menunjukkan bahwa terdapat beberapa taruna yang kurang dalam kedisiplinan. Gitome, Katola, dan Nyabwari (2013) mengemukakan bahwa ketidakdisiplinan membuat individu kehilangan fokus pada tujuan pendidikan yang ingin dicapai. Individu yang tidak disiplin melanggar aturan tata tertib yang ada sehingga memengaruhi kelancaran dan ketertiban sistem sekolah. Maharani dan Mustika (2016) mengemukakan bahwa disiplin merupakan ketaatan atau kepatuhan individu terhadap peraturan, tata tertib, aturan, dan norma yang berlaku. Disiplin juga merupakan sikap kesediaan individu untuk mematuhi dan mentaati norma-norma peraturan yang berlaku di lingkungannya. Disiplin merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan diri dan berperilaku dengan baik terhadap impuls negatif yang muncul. Simsir dan Dilmac (2021) mengemukakan bahwa disiplin memiliki dua aspek yaitu *self control* dan *responsibility*. Individu dengan *self control* yang baik dapat menaati aturan berdasarkan keinginan dalam diri dan mempertimbangkan manfaat dari aturan yang dijalani. *Responsibility* yang dimaksud yaitu individu mampu menerima konsekuensi sebagai taruna,

melaksanakan tugas dengan benar, mengerjakan pekerjaan sendiri, dan menepati janji.

Permasalahan yang muncul disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu kurangnya kesadaran diri pada taruna akan pentingnya berdisiplin. Kedisiplinan, dapat membantu individu dalam beradaptasi dengan lingkungan, sehingga muncul keseimbangan diri dalam hubungan dengan individu lain. Kedisiplinan pada individu dapat ditingkatkan dengan adanya kesadaran dalam diri individu (*self awareness*). Tu'u (2004) mengemukakan bahwa salah satu faktor yang dapat memengaruhi kedisiplinan yaitu kesadaran diri. Dengan adanya kesadaran diri akan pentingnya kedisiplinan, individu akan dapat mengontrol perilakunya.

Hal ini didukung dengan hasil penelitian Maharani dan Mustika (2016) yang mengemukakan bahwa terdapat hubungan positif antara *self awareness* dengan disiplin, semakin tinggi *self awareness* individu maka semakin tinggi pula kedisiplinannya. Subjek dalam penelitian ini yaitu 60 siswa kelas VIII SMP Wiyatama Bandar Lampung. Peneliti dalam penelitian ini menyarankan agar pihak sekolah dapat meningkatkan dan melatih kesadaran diri siswa melalui penanaman nilai kedisiplinan, agar siswa dapat berkembang dengan optimal.

Penelitian Govanny, Christine, Patricia, dan Hartini (2021) mengemukakan bahwa terdapat hubungan positif antara *self awareness* dengan kedisiplinan. Subjek dalam penelitian ini yaitu 110 siswa SMK Telkom 2 Medan. Pengumpulan data dilakukan secara online dengan pemberian skala kedisiplinan dan skala *self awareness* melalui google form. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *self awareness* dan kedisiplinan, dengan nilai pearson correlation sebesar 0.596 dan Sig sebesar 0.000 ( $p < 0.05$ ). Sumbangan efektif *self-awareness* sebesar 35,5 persen mempengaruhi kedisiplinan.

Berdasarkan pemaparan di atas menunjukkan bahwa kedisiplinan dapat ditingkatkan dengan cara meningkatkan *self awareness* individu. Dengan demikian peneliti ingin melakukan pelatihan *self awareness* terhadap taruna PIP

Makassar. Penelitian serupa pernah dilakukan oleh Esmiati, Prihartanti, dan Partini (2020) dengan subjek penelitian yaitu 20 siswa SMK, menunjukkan hasil bahwa pelatihan *self awareness* dapat meningkatkan kedisiplinan siswa SMK. Keaslian dalam penelitian ini yaitu subjek yang diteliti, variabel disiplin diri, dan lokasi penelitian.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas pelatihan *self awareness* dalam meningkatkan kedisiplinan diri taruna. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat perbedaan antara kedisiplinan pada taruna yang mendapat pelatihan *self awareness* (kelompok eksperimen) dengan taruna yang tidak mendapatkan pelatihan *self awareness* (kelompok kontrol) dan Ada perbedaan kedisiplinan pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah perlakuan berupa pelatihan *self awareness*.

## Metode

Metode penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif eksperimental. Subjek dalam penelitian ini yaitu Taruna Politeknik Ilmu Pelayaran Makassar yang memiliki tingkat kedisiplinan rendah. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 21 Taruna PIP Makassar angkatan 41 yang ditentukan menggunakan teknik Purposive Sampling, dengan memilih taruna yang memiliki tingkat disiplin rendah. Kedisiplinan dalam penelitian ini diungkap menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Simsir dan Dilmac (2021), yaitu *self control* dan *responsibility*. Partisipan yang memiliki kedisiplinan rendah dibagi ke dalam dua kelompok secara acak, yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Desain penelitian yang digunakan yaitu *pretest-posttest control group design*. Seniati, Yulianto, dan Setiadi (2011) mengemukakan bahwa *pretest-posttest control group design* merupakan bentuk penelitian yang terdiri dari dua kelompok eksperimen dengan prosedur randomisasi dalam menentukan kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen. Kelebihan desain ini, yaitu lebih memungkinkan adanya kontrol terhadap validitas internal dan dapat menggunakan beberapa analisis statistik yang menjamin

diterimanya  $H_a$  dibanding  $H_0$ . Masing masing kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen diberikan pretest-posttest, namun yang diberikan perlakuan hanya kelompok eksperimen.

**Tabel 1.** Desain Penelitian Eksperimen

	Kelompok	$Y_{pre}$	X	$Y_{post}$
R	I			
	Kelompok	$Y_{pre}$	-	$Y_{post}$
	II			

Keterangan:

$Y_{pre}$ : Kelompok yang diberikan *pretest*

X : Kelompok yang diberikan perlakuan/pelatihan

$Y_{post}$ : Kelompok yang diberikan *posttest*

**Tabel 2.** Rancangan Intervensi

Har i	Sesi	Tahapan Interven si	Metode yang digunakan
I	Sesi I Pembukaan	Tahap 1	Game perkenalan (lempar bola)
		Tahap 2	Menampilkan kontrak pelatihan
	Sesi II LGD	Tahap 1	Mengisi lembar kerja individu
		Tahap 2	Diskusi
		Tahap 3	Presentasi
	Sesi III Mengenal emosi	Tahap 1	Ceramah
		Tahap 2	Simulasi dan games <i>emotions</i> (menyusun kartu emosi positif & negatif)
		Tahap 3	Mengisi <i>worksheet</i>
	Penutupan	Tahap 1	Pemberian tugas
		Tahap 2	Kesan dan pesan
II	Pembukaan	Tahap 1	<i>ice breaking</i> (mengikuti ucapan, bukan gerakan)
		Tahap 2	Membahas

		tugas rumah
Sesi IV Pengakuan diri yang akurat	Tahap 1	Mengenal diri (materi & <i>worksheet</i> )
	Tahap 2	Bertanya pada diri sendiri ( <i>worksheet</i> )
Sesi V Penutupan	Tahap 1	Kristalisasi (pembacaan naskah <i>closing</i> )
	Tahap 2	Pemberian kesan dan pesan

Rancangan intervensi yang digunakan dalam penelitian ini merujuk pada modul Esmiati, Prihartanti, dan Partini (2020). Modul yang digunakan telah dimodifikasi untuk menyesuaikan dengan subjek yang diteliti. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji Mann Whitney U Test dan Wilcoxon. Mann Whitney U Test digunakan untuk melihat pengaruh pelatihan kesadaran diri terhadap peningkatan kedisiplinan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Uji Wilcoxon digunakan untuk membandingkan nilai *pre-test* dan *post-test* guna mengetahui peningkatan kedisiplinan kelompok eksperimen. Nilai akhir kedua kelompok akan diukur menggunakan *SPSS 26 for windows*.

## Hasil dan Pembahasan

Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa seluruh partisipan kelompok eksperimen mengalami kenaikan skor setelah diberikan pelatihan. Hasil *post-test* pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa 5 (S, FIP, ZA, AA, MHH) taruna memiliki skor yang setara atau kurang dengan hasil *pre-test*, dan 4 (OS, PB, MRD, MFA) taruna mengalami kenaikan skor pada *post-test*.

**Tabel 3.** *Pre-test dan post-test partisipan Penelitian*

Kelompok	Inisial	Skor Pretest	Kategori	Skor Posttest	Kategori	Gain Skor
Eksperimen	Y	23	Rendah	50	Sedang	27
	YS	38	Rendah	50	Sedang	12

	FMM	40	Rendah	43	Rendah	3
	MJ	40	Rendah	43	Rendah	3
	AS	43	Rendah	45	Rendah	2
	FB	43	Rendah	52	Sedan	9
	MZ	44	Rendah	50	Sedan	6
	IGA	45	Rendah	52	Sedan	7
	JW	45	Rendah	56	Sedan	11
	MA	45	Rendah	51	Sedan	6
	Mean =	41	Mean =	49,2		
Kelompok	Inisial	Skor Pretest	Kategori	Skor Posttest	Kategori	Gain Skor
Kontrol	OS	33	Rendah	57	Sedan	24
	PB	33	Rendah	54	Sedan	21
	S	38	Rendah	33	Rendah	-5
	FIP	41	Rendah	36	Rendah	-5
	ZA	45	Rendah	45	Rendah	0
	MRD	45	Rendah	46	Rendah	1
	AA	46	Rendah	45	Rendah	-1
	MHH	46	Rendah	39	Rendah	-7
	MFA	46	Rendah	54	Sedan	8
	Mean =	41	Mean =	45,4		

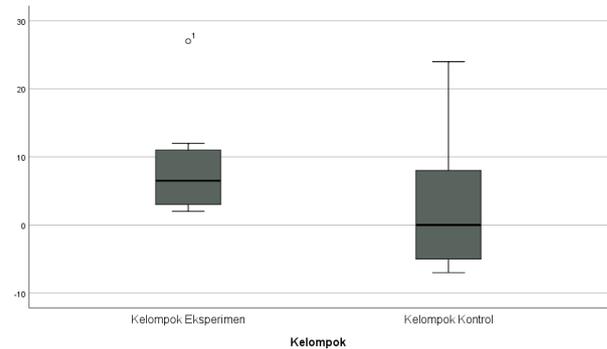
Tabel di atas menunjukkan nilai rata-rata *pretest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setara yaitu 41, sedangkan nilai rata-rata *posttest* kelompok eksperimen yaitu 49,2, dan kelompok kontrol dengan nilai 45,4. Selanjutnya dilakukan uji hipotesis menggunakan uji *MannWhitney* dan *Wilcoxon* dengan hasil sebagai berikut:

**Tabel 4.** Hasil uji mann whitney kelompok eksperimen dan control

	Post Test
Z	-1,717
Sig (1-tailed)	0,043

*Descriptives*

Group	N	Mean
Gain Score		
Eksperimen	10	12,10
Kontrol	9	7,67



**Gambar 1.** Grafik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Hasil analisis data diatas menunjukkan bahwa nilai Z sebesar -1,717 dan nilai *Asymp. Sig. (1-tailed)* sebesar 0,043, yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara gain skor pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang diberikan pelatihan *self awareness*.

**Tabel 5.** Hasil uji Wilcoxon kelompok eksperimen

	Pre Test-Post Test
Z	-2,807
Sig (1-tailed)	,002

*Descriptives*

Group	N	Mean
Eksperimen	Pre-test	40,60
	Post-test	49,20

Hasil analisis di atas menunjukkan bahwa nilai Z pada kelompok eksperimen sebesar -2,807 dan nilai *Asymp. Sig. (1-tailed)* sebesar 0,02, mean *pretest* sebesar 40,60 dan mean *posttest* sebesar 49,20. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terjadi perubahan skor yang signifikan pada kelompok eksperimen setelah diberikan pelatihan *self awareness*.

**Tabel 6.** Hasil uji Wilcoxon kelompok eksperimen

	Pre Test-Post Test
Z	-2,807
Sig (1-tailed)	,002

Z	-0,632		
Sig (1-tailed)	0,264		
<i>Descriptives</i>			
<b>Group</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	
Kontrol	<i>Pre-test</i>	9	41,44
	<i>Post-test</i>	9	45,44

Hasil analisis data di atas menunjukkan bahwa nilai Z pada kelompok kontrol sebesar -0,632 dan nilai *Asymp. Sig. (1-tailed)* sebesar 0,264, mean pretest sebesar 41,44 dan mean *posttest* sebesar 45,44. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perubahan skor yang signifikan pada kelompok kontrol setelah diberikan *pre-test* dan *post-test*.

## Pembahasan

Partisipan dalam penelitian ini adalah taruna PIP Makassar angkatan 41 yang memiliki tingkat kedisiplinan rendah. Partisipan berjumlah 138 taruna yang kemudian diberikan pretest untuk menjaring taruna yang memiliki tingkat kedisiplinan rendah. Hasil pretest menunjukkan bahwa 21 taruna memiliki kedisiplinan rendah. Kemudian 21 taruna dibagi secara acak menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Seluruh partisipan mengikuti alur penelitian, kecuali dua taruna (AV & MT) dalam kelompok kontrol yang izin untuk tidak melanjutkan sebagai partisipan penelitian dengan alasan keluarga.

Pelatihan *self awareness* merujuk pada modul Esmiati, Prihartanti, dan Partini (2020) yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Modul dimodifikasi pada sesi II (menampilkan video & *shering* dampak negatif perilaku disiplin) dan sesi VI (mengekspresikan diri), kedua sesi tersebut diubah menjadi sesi LGD. Pelaksanaan LGD dibagi menjadi tiga tahapan, yaitu tahap pengerjaan lembar individu yang menyebabkan partisipan harus melakukan identifikasi kasus yang telah diberikan secara mandiri. Tahap kedua yaitu diskusi kelompok, pada tahap ini menjadikan partisipan harus mengekspresikan diri dengan cara melakukan

sharing terkait kasus yang diberikan yaitu mengungkap fenomena, penyebab, dampak, dan bagaimana cara mengatasi fenomena dalam kasus. Tahap terakhir adalah presentasi, perwakilan dari tiap kelompok maju untuk mempresentasikan hasil diskusi kelompok.

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat keefektifan pelatihan *self awareness* dalam meningkatkan kedisiplinan taruna yang mendasarkan pada evaluasi reaksi dan hasil analisis data. Pelatihan *self awareness* adalah suatu kegiatan yang dirancang untuk melatih individu dalam mengenal diri dengan baik. Dalam pelatihan ini, partisipan mempelajari beberapa keterampilan untuk mengenal diri mereka, yaitu dengan cara mengenali emosi yang muncul; menganalisis diri secara akurat; lebih percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki.

Pada pelatihan *self awareness*, partisipan melalui tahap pembelajaran berupa pengenalan emosi, pengakuan diri secara akurat, analisis diri, dan pengekspresian diri. Dalam tahapan tersebut, partisipan mendapatkan pengetahuan melalui metode ceramah, melakukan diskusi, dan games. Selama proses penyampaian informasi saat pelatihan, terjadi tahap retention, dimana partisipan menyimpan informasi yang disampaikan dalam ingatan kemudian menggunakannya saat dibutuhkan. Selanjutnya, saat partisipan melakukan diskusi terjadi tahap production, dimana partisipan berdiskusi terkait pengetahuan yang telah didapatkan dari ceramah. Setelah melalui dua tahapan di atas, partisipan diberikan pemahaman terkait manfaat informasi yang diberikan sehingga partisipan termotifasi untuk menerapkan informasi dan pengalaman yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Kelompok eksperimen diberikan pelatihan *self awareness* selama dua hari berturut-turut. Akhir pelatihan pada hari kedua, partisipan diberikan *posttest* untuk mengukur tingkat kedisiplinan taruna pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil analisis yang diperoleh melalui *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa kedisiplinan kelompok eksperimen meningkat setelah diberikan pelatihan *self awareness*. Sedangkan kelompok kontrol tidak mengalami perubahan skor yang signifikan setelah pemberian pelatihan pada kelompok eksperimen. Hasil uji

hipotesis menggunakan *Mann Whitney* menunjukkan nilai signifikansi  $p = 0,043$  ( $p < 0,05$ ), dengan kata lain terdapat perbedaan skor yang signifikan antara *post-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sehingga hipotesis pertama diterima. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Esmiati, Prihartanti, dan Partini (2020) bahwa pelatihan *self awareness* dapat meningkatkan kedisiplinan. Hasil serupa dalam penelitian Sudarmono, Apuanor, dan Kurniawati (2017) mengemukakan bahwa terdapat pengaruh kesadaran diri terhadap kedisiplinan.

Evaluasi reaksi diperoleh hasil yang menunjukkan respon positif pada partisipan terhadap pelaksanaan pelatihan. Hasil yang didapatkan adalah 12 partisipan memberikan penilaian pelatihan dengan skor 5 dengan kata lain sangat baik, 5 partisipan memberikan penilaian 4 atau baik, dan 1 partisipan memberikan skor 3 atau sedang. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan *self awareness* dapat dikategorikan berhasil dalam membangun respon partisipan yang baik dalam mengikuti pelatihan. Pada aspek materi, seluruh partisipan memberikan respon positif pada lembar evaluasi. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan dalam pelatihan *self awareness* dinilai sangat menarik oleh seluruh partisipan.

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* pada *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen menunjukkan nilai signifikansi  $p = 0,02$  ( $p < 0,05$ ), dengan kata lain terjadi kenaikan yang signifikan pada skor kedisiplinan kelompok eksperimen setelah diberikan pelatihan. Sedangkan hasil uji *Wilcoxon* pada *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol menunjukkan nilai signifikansi  $p = 0,264$  ( $p > 0,05$ ), yang artinya tidak terjadi perubahan skor yang signifikan pada kelompok kontrol sehingga hipotesis kedua diterima. Hal ini didukung dengan hasil penelitian Noviyana (2009) yang menyatakan bahwa kedisiplinan dipengaruhi oleh kesadaran diri sebanyak 21,8%, yang artinya kesadaran diri cukup berpengaruh dalam meningkatkan kedisiplinan. Dalam penelitian Saputri (2021) juga menyatakan bahwa kedisiplinan dipengaruhi oleh *self awareness* dengan tingkat korelasi yang

tergolong tinggi dan jumlah  $r$  hitung sebesar 0,914.

## Kesimpulan

Hasil uji hipotesis pertama menunjukkan bahwa *post-test* pada kelompok eksperimen mengalami kenaikan skor yang signifikan dibanding kelompok kontrol, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama diterima. Uji hipotesis kedua menunjukkan bahwa terdapat kenaikan skor yang signifikan pada *post-test* kelompok eksperimen setelah diberikan pelatihan, sehingga hipotesis kedua diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian pelatihan *self awareness* efektif untuk meningkatkan kedisiplinan taruna. Berdasarkan pembahasan di atas, menunjukkan bahwa seluruh rangkaian pelatihan yang diterapkan berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan kedisiplinan taruna.

Implikasi penelitian ini merujuk pada taruna, pihak ketarunaan, dan peneliti selanjutnya. Taruna diharapkan dapat menerapkan materi dan lembar kerja yang telah diberikan untuk mencapai kesadaran diri yang baik. Dengan lebih mengenal diri sendiri, menjalankan kedisiplinan dengan potensi maksimal yang dimiliki. Lembar kerja yang telah diberikan dapat membantu taruna mengenali emosi, pengenalan diri yang akurat, dan lebih percaya pada diri sendiri. Pihak ketarunaan diharapkan untuk mengembangkan serta menjadikan pelatihan *self awareness* sebagai salah satu solusi dalam meningkatkan kedisiplinan taruna. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan jumlah partisipan agar mendapatkan hasil yang lebih maksimal.

## Referensi

- Esmiati, A. N., Prihartanti, N., & Partini, P. (2020). Efektivitas pelatihan kesadaran diri untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(1), 85-95.
- Govanny, J. L., Patricia, R., & Hartini, S. (2021). Kedisiplinan ditinjau dari *self-awareness* pada siswa kelas xi di smk

- telkom 2 Medan. *Journal of Research in Business, Economics, and Education*, 3(1), 1530-1539.
- Gitome, J. W., Katola, M. T., & Nyabwari, B. G. (2013). Correlation between students' discipline and performance in the Kenya certificate of secondary education. *International Journal of Education and Research*, 1 (8), 1 – 10.
- Maharani, L., & Mustika, M. (2016). Hubungan *self awareness* dengan kedisiplinan peserta didik kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung (penelitian korelasional bidang BK pribadi). *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(1), 57-72.
- Menteri Perhubungan. (2015). *Berita negara republik indonesia*. Makassar: KEMENHUB
- Noviyana, N. (2009). *Pengaruh self awareness terhadap disiplin kerja Pegawai Negeri Sipil di Kantor Dinas Kesehatan Kabupaten Blitar* (Doctoral dissertation, Surabaya). Diakses dari <http://digilib.uinsby.ac.id>.
- Rosnani, R., Tjahjanto, R., Alberto, A., Muhayyang, M., & Iswanto, F. N. (2018). Pendidikan karakter disiplin taruna di PIP Makassar. *VENUS*, 6(12), 20-39.
- Saputri, S. (2021). *Hubungan antara kesadaran diri (self awareness) dengan disiplin belajar pada siswa kelas VIII di MTS Negeri 2 Kota Jambi* (Doctoral dissertation: Jambi). Diakses dari <http://repository.unja.ac.id>.
- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. (2011). *Psikologi eksperimen*. Jakarta: PT. Indeks.
- Simsir, Z., & Dilmac, B. (2021). The mediating roles of grit and life satisfaction in the relationship between self-discipline and peace: Development of the self-discipline scale. *Journal Current Psychology*, 1-11.
- Sudarmono, S., Apuanor, A., & Kurniawati, E. H. K. (2017). Pengaruh kesadaran diri terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas IX SMPN 9 Sampit. *Jurnal Paedagogie Media Kependidikan, Keilmuan dan Keagamaan*, 5(2), 78-84.
- Tu'u, Tulus. (2004). *Peran disiplin pada perilaku dan prestasi siswa*. Jakarta: PT. Grasindo.