



# PELATIHAN EMOTIONAL SPIRITUAL UNTUK MENINGKATKAN KESADARAN DIRI REMAJA DI SMP N 2 KARANGANYAR

<sup>1</sup>Novita Tri Jayanti, <sup>2</sup>Woro Ayu Priyangraeni, <sup>3</sup>Lisnawati Ruhaena

<sup>1,2,3</sup>Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email: <sup>1</sup>S300210015@student.ums.ac.id, <sup>2</sup>S300210027@student.ums.ac.id, <sup>3</sup>lr216@ums.ac.id

## ABSTRAK

Tantangan yang dihadapi siswa saat ini sangat besar dikarenakan pengaruh lingkungan dan perkembangan teknologi yang begitu pesat. Karena perkembangan teknologi khususnya media sosial dan pengendalian diri serta daya spiritual yang lemah mengakibatkan tingkat kesadaran diri siswa menurun yang terlihat dari meningkatnya perilaku negatif remaja. Dalam mengatasi hal tersebut, maka pelatihan emosional spiritual dengan metode project based learning dirancang untuk dapat meningkatkan kesadaran diri siswa. Subyek penelitian adalah 32 siswa kelas VIII D di SMP Negeri 2 Karanganyar yang berada di rentang usia 13-14 tahun. Metode Pelatihan disampaikan dengan menggunakan multimedia, diawali dengan games pengenalan, lectured (ceramah), discussion, dan refleksi melalui project poster. Pada hasil rata-rata (mean) pretest didapatkan hasil sebesar 54,031 dan 57,000 untuk hasil rata-rata posttest. Hasil analisis data menunjukkan nilai t sebesar -5,094 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa pelatihan emotional spiritual dapat meningkatkan kesadaran diri siswa.

**Kata kunci :** Pelatihan, Emotional, Spiritual, Kesadaran diri

## 1. Pendahuluan

Perkembangan sistem pendidikan dan pengembangan karakter saat ini menjadi perhatian pemerintah agar dapat ditingkatkan oleh setiap satuan pendidikan atau sekolah, mengingat semakin banyaknya tantangan yang dapat menurunkan nilai-nilai positif maupun karakter dalam diri siswa. Pendidikan karakter menjadi hal penting dan utama agar siswa dapat berkembang dan mencapai potensi terbaiknya, terutama penguatan dalam aspek spiritual dan emosional agar tidak semakin merebak perilaku-perilaku penyimpangan sosial yang dilakukan oleh remaja atau pelajar. Perkembangan teknologi yang tidak dapat dibendung menjadi salah satu pendorong siswa melakukan tindakan dan perilaku yang kurang terpuji dan hal tersebut menjadi keprihatinan yang dirasakan oleh sebagian besar lapisan masyarakat diantaranya guru, orang tua, maupun praktisi atau kelompok yang peduli terhadap pendidikan. Pengaruh lingkungan remaja yang mendominasi, didukung dengan kemajuan sosial media menjadi pintu masuk yang sangat mudah bagi berkembangnya perilaku negatif dikalangan remaja. Adanya sebagian besar remaja yang mengikuti aktifitas tanpa tahu kebermanfaatannya, kemudian mencapai tujuan dengan menggunakan cara yang instan dan kurang tepat, menandakan karakter remaja belum sesuai dengan harapan.

Melihat berbagai fenomena terkait dengan kebebasan bermedia sosial, ketergantungan terhadap gadget, kurangnya perhatian serta pengawasan orang tua, kontrol diri dan pengendalian emosi yang lemah, serta rendahnya daya spiritual remaja dikhawatirkan dapat membentuk karakter negatif siswa-siswi. Untuk itulah sekolah sebagai wadah pembentuk karakter harus memiliki strategi dalam melatih kecerdasan emosional spiritual agar siswa mampu meningkatkan kesadaran diri dan terhindar dari penyimpangan perilaku sehingga dapat membawa perubahan positif dalam diri siswa serta efektif dalam mencetak karakter yang unggul. Hal tersebut

tentunya tidak hanya menjadi penanganan dan tanggung jawab guru BK (Bimbingan konseling) saja, namun seharusnya menjadi tanggung jawab bersama yang dimulai dari stakeholder sekolah, orang tua, masyarakat, maupun pemerintah sebagai pihak-pihak yang terlibat dalam pembentukan perilaku siswa. Oleh karena itu dalam pengembangan karakter, sekolah harus mampu bekerjasama dengan orangtua sehingga peran keluarga bagi siswa tidak hanya sekedar formalitas tetapi lebih pada pendampingan dan penanaman kejujuran, kasih sayang, pengendalian diri, tanggungjawab, saling menghormati/menghargai, kerjasama, kesopanan serta ketekunan.

Pengalaman belajar yang didesain untuk pengembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik selama ini ternyata masih kurang menyentuh diri siswa. Kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler yang diberikan sekolah juga tidak cukup berpengaruh terhadap pembentukan karakter yang diinginkan. Hal tersebut terjadi karena adanya kecenderungan siswa yang kurang menghargai diri sendiri maupun orang lain, mudah putus asa, memiliki stabilitas psikis rendah dan emosi yang tidak stabil, menjadi bukti tidak adanya keseimbangan antara kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional, dan kecerdasan spiritual, sehingga diperlukan upaya dalam mengintegrasikan ketiganya. Pengembangan kognitif pada penggalian potensi siswa dirasa kurang, karena masih banyak ditemui siswa yang belum mengenal tentang dirinya sendiri, baik dalam hal kekurangan, kelebihan serta bakat yang dia miliki. Berdasarkan berbagai permasalahan tersebut perlu adanya pembahasan secara khusus dan berkelanjutan tentang bagaimana meningkatkan kesadaran diri melalui sebuah pelatihan emosional spiritual agar tujuan pendidikan pada ranah afektif dapat tercapai. Sekaligus mengembangkan sebuah teknik dan metode yang tepat dalam menangani permasalahan pada siswa agar tetap merasa nyaman dan tidak tertekan, serta memunculkan sikap positif.

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengendalikan dan mengelola segala dorongan perasaan dari dalam dirinya. Emosi yang stabil menjadikan perilaku seseorang menjadi baik, sehingga tujuannya dapat tercapai. Dalam memunculkan emosi yang stabil tersebut, melalui beberapa proses dan tahapan. Tidak semata-mata lahir dari dalam dirinya (Goleman, 2000). Kecerdasan spiritual adalah sesuatu yang memberikan makna dan nilai dari apa yang telah dilakukan. Makna dan nilai diperoleh berdasarkan keyakinan yang diimaninya. Biasanya untuk memiliki keimanan tersebut bersumber dari doktrin keyakinan seseorang kepada sesuatu yang dianggap benar dan menjadi pedoman hidupnya. Kemampuan spiritual biasanya ditandai dengan kemampuan seseorang dalam mengendalikan hawa nafsunya karena tidak sesuai dengan nilai-nilai yang ada dalam keyakinannya. Kecerdasan spiritual membuat individu lebih kreatif, luwes, berwawasan luas, berani, optimis, dan fleksibel. Mendorong siswa tidak mudah putus asa ketika mengalami kegagalan terhadap apa yang ia lakukan. Kecerdasan spiritual juga sebagai landasan bagi seseorang untuk memfungsikan aspek kognitif dan afektif secara efektif. Melalui penelitian ini, peneliti mencoba menggali, menganalisis dan mendeskripsikan pentingnya kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual dalam meningkatkan kesadaran diri remaja. Pada penelitian (Halu et al., 2022) menyimpulkan hasil adanya pengaruh training Emotional Spiritual Building signifikan pada mahasiswa universitas Muhammadiyah Buton dengan hasil korelasi sebesar 0,320, besaran sumbangsih pengaruh Training ESQ terhadap kecerdasan spiritual 10% sedangkan sisanya pada variabel yang lain. Maka penulis akan mencoba menggunakan pelatihan emotional spiritual guna meningkatkan kesadaran diri remaja.

Kesadaran diri yaitu mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu

pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolok ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat. (Daniel Goleman, 1999) Kesadaran diri merupakan kemampuan agar dapat memilah-milah perasaan serta agar mampu mengenal, bahkan mampu memahami hal yang sedang kita rasakan dan mengetahui penyebab munculnya perasaan tersebut serta pengaruh perilaku individu (Astuti et al., 2019) Dari berbagai hasil penelitian, telah banyak terbukti bahwa kecerdasan emosi memiliki peran yang jauh lebih signifikan dibanding kecerdasan intelektual (IQ). Kecerdasan otak (IQ) berperan sebatas syarat minimal meraih keberhasilan, namun kecerdasan emosional yang sesungguhnya mengantarkan seseorang menuju puncak prestasi. Terbukti, banyak orang yang memiliki kecerdasan intelektual tinggi, terpuruk ditengah persaingan. Sebaliknya, banyak yang mempunyai kecerdasan intelektual biasa-biasa saja, justru sukses menjadi bintang-bintang kinerja, pengusaha-pengusaha sukses, dan pemimpin-pemimpin diberbagai kelompok (Pramanasari & Arifin, 2015). Menurut Goleman (Daniel Goleman, 1999) mengemukakan bahwa ada dasar kecakapan emosi salah satunya yaitu kesadaran diri, mengetahui apa yang dirasakan, menggunakan emosi untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolok ukur yang realistic dan kemampuan diri yang kuat. Kemampuan mengenali emosi dan mengelola emosi itulah sebagai bentuk kesadaran diri yang muncul dalam berperilaku. Hati Nurani emosional menjadi pembimbing manusia terhadap apa yang harus ditempuh dan apa yang harus diperbuat, yang artinya setiap manusia mampu melakukan pengambilan keputusan untuk dirinya.

Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi kesadaran diri, salah satunya adalah religiusitas. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Septiani, 2021) dengan judul "Hubungan religiusitas dengan kesadaran diri mahasiswa program studi

bimbingan penyuluhan Islam (konseling UAI” menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara religiusitas dengan kesadaran diri, hal ini disebabkan karena dimensi religiusitas dapat meningkatkan kesadaran diri, lebih peka sebagaimana agama adalah untuk menata kehidupan manusia agar lebih baik, bahagia dan selamat dunia akhirat. Hasil asesmen kebutuhan dan fenomena yang terjadi dikalangan remaja ditemukan bahwa siswa siswi di SMP N 2 Karanganyar memiliki kendala kurangnya kesadaran diri, hal itu ditunjukan dari belum optimal dalam mengenali potensi diri, jati diri, mudah putus asa serta kurang percaya diri. Berdasarkan uraian di atas, maka kami tertarik melakukan pelatihan untuk meningkatkan kesadaran diri remaja, untuk itu mengangkat judul “Pelatihan Emotional Spiritual Untuk Meningkatkan Kesadaran Diri Remaja”.

## 2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan setelah mencari informasi dan asesmen kebutuhan dan melalui melalui beberapa tahapan. Tahap kedua adalah pelaksanaan pelatihan pada siswa kelas VIII D SMP N 2 Karanganyar. Kegiatan diawali dengan pra-pelatihan dengan melakukan pre-test pada tanggal 30 November 2022 guna mendapatkan data tingkat kesadaran diri siswa. Pre-test disebarakan secara langsung. Kegiatan diikuti oleh 32 siswa.

Setelah pengisian pre-test, kegiatan berikutnya dilakukan hari kamis, 05-09 Desember 2022 dengan acara pelatihan emosional spiritual dilakukukan 4 hari setelah pre-test. Pelatihan dimulai ditanggal 05 Desember 2022 dengan pengkondisian peserta hingga proyek sampai tanggal 09 Desember 2022.

Tabel 1.1 Rundown acara pelatihan

Hari, Tanggal	Pukul	Kegiatan	Pengisi Acara
Senin, 05 Desember 2022	13.00-13.15	Pengkondisian peserta	Woro Ayu Priyanggraeni
	13.15-13.20	Pembukaan dan Doa	Woro Ayu Priyanggraeni
	13.20-13.40	Personal Indroduction Games Interaktif (Lempat bola)	Woro Ayu Priyanggraeni
	13.40-14.10	Materi 1 Hakekat manusia	Novita Tri Jayanti
	14.10-14.40	Materi 2 Siapa aku ?	Novita Tri Jayanti
Selasa- Kamis 06- 08 Desember 2022	13.00-14.00	Dialog poster diri	Woro Ayu Priyanggraeni Novita Tri jayanti
Jum'at 09 Desember 2022	13.00-14.00	Refleksi, Evaluasi dan penutup kegiatan	Woro Ayu Priyanggraeni Novita Tri Jayanti

Kegiatan pelatihan dibuka dengan pembacaan doa serta dilanjutkan dengan personal introduction melalui games lempar bola oleh Woro Ayu Priyanggraeni. Pada kegiatan personal introduction atau perkenalan diri ini peserta atau siswa -siswi dibagi menjadi 2 kelompok berdasarkan hitungan ganjil genap, sehingga setiap kelompok terdiri dari 16 siswa kemudian setiap kelompok membentuk satu lingkaran yang mana aturan permainan adalah

masing-masing kelompok saling melempar bola sejumlah anggotanya, bagi siswa yang mendapat lemparan bola harus menangkap bola tersebut kemudian menyebutkan nama, hobby, dan cita-citanya sampai semua anggota mendapatkan kesempatan melempar bola dan melakukan . personal introduction atau perkenalan diri agar selama kegiatan pelatihan siswa-siswi bisa saling mengenal, lebih nyaman dengan para pemateri dan dapat mengikuti kegiatan dengan baik.

Acara selanjutnya adalah pemberian materi 1 dan 2 oleh Novita Tri Jayanti, yaitu materi bertema hakekat manusia dan siapa aku? Pemaparan materi berupa ppt dan pemutaran film pendek, pada sesi ini siswa diajak untuk mengingat kecintaan pada orang tua dan hakekat hidup. Siswa diajak menonton pemutaran film yang dikemas sebaik mungkin, seperti: pemutaran film tentang hakekat kehidupan dan perjuangan orangtua. Dengan memahami hakekat hidup dan makna pengorbanan orang tua yang telah melahirkan dan membesarkan dari bayi sampai dewasa dengan penuh kasih sayang tercurahkan. Pemutaran film menginspirasi peserta tentang hakekat hidup dan ajal, kemudian pentingnya memiliki tujuan hidup dan bagaimana hubungan diri dengan lingkungan sekitar tempatnya hidup diri serta lebih dekat dengan Tuhan dengan merenungkan apa saja yang telah diperbuat selama ini tidak hanya disia-siakan untuk kesenangan sesaat dan sering lupa dalam mensyukuri nikmat yang telah diberikan serta bagaimana menyikapi hidup yang akan datang nanti., sebagai upaya meningkatkan kecerdasan spiritual dan kesadaran diri pada siswa.

Materi ke 2 dengan judul Siapa Aku? diberikan melalui kegiatan setiap peserta menuliskan kelebihan dan kekurangan yang dimiliki pada stiky notes kemudian semua peserta menempelkan di papan tulis sesuai daftar yang telah ditentukan, yaitu daftar kelebihan dan daftar kekurangan. Setelah semua stiky notes tertempel pada daftar setiap siswa bisa mengamati dan membaca daftar tulis kelebihan dan kekurangan semua siswa atau temanya. Hal ini diharapkan bermanfaat dalam menuntun kesadaran siswa terhadap pengembangan dirinya sesuai dengan potensi yang dimiliki serta menumbuhkan kesadaran diri untuk menerapkan nilai-nilai yang positif

dalam perilaku keseharian sesuai dengan kelebihan dan kekurangan yang terdapat dalam dirinya. Materi siapa aku ? ini juga menjadi bentuk inspirasi peserta agar lebih berintrospeksi diri, menyadari potensinya untuk kemudian mengembangkan diri sehingga hal ini dapat membentuk dan meningkatkan kesadaran diri peserta.

Projek pelatihan tidak hanya berhenti pada paparan materi namun juga dikuatkan juga dengan penugasan membuat poster diri kemudian dipresentasikan pada dua hari berikutnya dimana setiap peserta mempresentasikan hasil poster yang berisi gambaran tentang dirinya, kegiatan yang bertema dialog poster diri ini memberikan kesempatan pada peserta menjelaskan tentang gambaran diri, sifat, karakter, dan bakat, minat, maupun kemampuan yang terdapat dalam dirinya. Pada dialog poster diri ini peserta dapat saling bertanya terkait poster gambaran diri, apa yang menarik, dan apa yang menginspirasi. Sehingga kegiatan ini dapat menjadi media peserta saling berbagi potensi diri dan tentang bagaimana lingkungan atau orang lain memandang dirinya sehingga akan dapat meningkatkan kecerdasan emosional dan kesadaran tentang diri pada siswa.

Setelah projek penugasan dalam pelatihan spritual emosional selesai, kegiatan ditutup dengan refleksi dan evaluasi, refleksi singkat yang berupa kegiatan setiap menuliskan pada selambar kertas tentang apa saja hal-hal yang telah diperoleh selama pelatihan dan juga menuliskan evaluasi tentang kejadian maupun peristiwa yang tengah atau baru saja terjadi di lingkungan, khususnya lingkungan kelas atau sekolah mereka, apakah kejadian tersebut baik atau buruk, dan bagaimana seharusnya tindakan yang harus dilakukan siswa agar kejadian atau peristiwa tersebut tidak terulang.





Gambar 1.1 Kondisi siswa saat Materi



Gambar 1.2. Hasil Dialog Poster diri



Gambar 1.3 Kondisi siswa saat Refleksi

Berdasarkan penyebaran angket pre-test dan post-test dapat diolah data untuk menemukan mean. Pada hasil rata-rata (mean) pre-test didapatkan hasil sebesar 54,031 dan 57,000 untuk hasil rata-rata post-test seperti pada tabel berikut :

**Tabel 2.1 Hasil Pengukuran Subjek Pre-test dan**

No	Post-test	
	Pre test	Post test
1	59	61
2	48	50
3	45	51
4	48	52
5	50	51
6	46	47
7	59	57
8	53	61
9	53	54
10	54	61
11	50	51
12	51	54
13	54	59
14	59	60
15	57	55
16	54	62
17	54	55
18	50	61

19	55	61
20	46	47
21	55	63
22	56	52
23	45	48
24	60	62
25	70	70
26	49	50
27	52	55
28	56	60
29	61	65
30	60	65
31	56	60
32	64	64
<b>MEAN</b>	<b>54,031</b>	<b>57,000</b>

Setelah itu hasil pengukuran akan diuji apakah terdapat perubahan atau perbedaan secara signifikan atau tidak, untuk itu dilakukan uji t test, dan sebelumnya dilakukan uji normalitas terlebih dahulu.

**Uji Normalitas**

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui data berdistribusi normal ataukah tidak sebagai uji prasyarat guna melakukan uji analisis paired sample t Test. Berikut ini hasil uji normalitas data pretest dan posttest kesadaran siswa dalam tabel berikut :

**Tabel 2.2 Hasil Uji Normalitas data Pretest dan Posttest kesadaran diri remaja**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRE TEST	0,085	32	0,200*	0,966	32	0,405
POST TEST	0,161	32	0,035	0,954	32	0,188

Berdasarkan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa nilai signifikansi untuk nilai pretest sebesar 0,200, dan hasil posttest sebesar 0,035, maka nilai signifikansi pretest dan posttest berdistribusi normal sedangkan uji normalitas dari Shapiro-Wilk menunjukkan nilai pretest dan posttest berdistribusi normal

dengan nilai signifikansi sebesar 0,405 dan 0,188 ( $p > 0,05$ ), sehingga bisa dinyatakan data hasil kesadaran diri siswa berdistribusi normal. Selanjutnya akan dilakukan analisis apakah peningkatan tersebut signifikan atau tidak dengan dilakukan uji efektifitas pelatihan dengan analisis Uji Paired Sample Test.

## Uji Efektifitas Pelatihan

Tabel 2.3 Hasil Uji t-test Paired Sample Test

		Std. Deviation	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	PRE TEST - POST TEST	3,297	-5,094	31	0,000

Berdasarkan uji paired sample t test yang ditunjukkan oleh tabel 2.3 diperoleh hasil  $t = -5,094$  dengan signifikansi  $0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara kesadaran diri remaja sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan Pelatihan Emotional, Spiritual. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pelatihan emotional, spiritual dapat meningkatkan kesadaran diri pada siswa.

### 3. Pembahasan

Pada pelatihan ini dilakukan beberapa materi yang diberikan diantaranya materi tentang hakekat manusia, siapa saya? pemberian materi tentang hakekat manusia digunakan metode ceramah, tanya jawab dan analisis mandiri siswa. Materi ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam memahami tentang hakekat manusia dalam kehidupan, tujuan serta tentang memahami potensi yang ada pada diri. Pentingnya memahami tentang hakekat manusia menurut pandangan Martin Buber yang mengatakan bahwa pada hakikatnya manusia tidak bisa disebut 'ini' atau 'itu'. Menurutnya manusia adalah sebuah eksistensi atau keberadaan yang memiliki potensi namun dibatasi oleh kesemestaan alam (Khasinah, 2013).

Hasil pelatihan ini menunjukkan kesesuaian dengan penelitian terdahulu pada hasil penelitian (Yudi Ali Akbar et al., 2018) memperoleh hasil signifikan  $0,029$  yang berarti bahwa adanya hubungan antar variabel religiusitas dengan self awareness dengan derajat keeratan hubungan yang rendah antar keduanya. Dalam materi ini diharapkan pula dapat meningkatkan kesadaran diri dengan semangat motivasi yang dihasilkan dari

pemahaman tentang hakekat manusia. Seperti dalam hasil penelitian (Handayani et al., 2021) terdapat pengaruh kecerdasan emosional pada aspek kesadaran diri terhadap prestasi belajar siswa kelas VIII SMP At-Tawwabiin. (Azka Holida, 2019) dalam penelitian yang dilakukan tentang pengaruh pelatihan emotional spiritual terhadap kecerdasan emosional pada mahasiswa menunjukkan bahwa hasil pelatihan ESQ dapat mempengaruhi kecerdasan emosional. Proses internalisasi nilai-nilai agama yang disampaikan oleh trainer sangat mempengaruhi pola pikir mahasiswa, melalui pengertian-pengertian setiap materi permainan yang dilakukan antara trainer dan mahasiswa disertai dengan maksud dari setiap permainan dan yang paling penting adalah sesi perenungan yang mengajak mahasiswa untuk berpikir, merenung dan introspeksi diri yang akan melahirkan kesadaran dari setiap mahasiswa untuk berbuat yang terbaik di dunia dan akhirat. Sehingga melalui proses tersebut mahasiswa dapat mengerti makna hidup yang sesungguhnya

Materi kedua disampaikan dengan tujuan agar siswa mampu memahami potensi, kekurangan serta kelebihan yang ada pada dirinya. *Self awareness* bisa dikatakan suatu keadaan ketika kita membuat diri sendiri sadar mengenai emosi yang sedang terjadi dan juga pikiran-pikiran kita mengenai emosi yang sedang kita alami. Pada hasil penelitian (Dahlan Thalib, 2020) menghasilkan hubungan kecerdasan emosional dan spiritual berpengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa. Pelatihan yang terdiri dari dua materi dan menghasilkan hasil yang berupa projek terkait dengan kesadaran diri siswa. Dalam kajian literature sudah teruji efektifitasnya. Emotional spiritual dalam memahami hakekat



manusia dapat menumbuhkan motivasi dan pemahaman diri serta skesadaran diri siswa. Dan mampu menghasilkan karya tentang pemahaman diri siswa dalam wujud poster potensi diri. Pembelajaran sikap sarat dengan kesadaran akan nilai-nilai yang berlaku pada diri dan lingkungan. Dengan kata lain, guru harus belajar secara kontekstual dan memperhatikan sistem norma, sehingga ia akan menjadi guru yang efektif ketika membimbing dan mengkonseling (Flurentin, 2012)

Hasil analisis kuantitatif Berdasarkan paparan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa pelatihan emotional spiritual yang dilakukan secara langsung pada remaja di SMP N 2 Karanganyar dapat memberikan pengaruh pada kesadaran diri siswa. Oleh karena itu penulis memberikan rekomendasi kepada sekolah untuk mengupayakan peningkatan kesadaran diri dengan pemberian materi mengenai emotional dan spiritual. Pengabdian masyarakat mengenai pelatihan emotional spiritual masih memiliki banyak keterbatasan. Sehingga peneliti memberikan saran kepada penelitian selanjutnya agar dapat mempersiapkan kegiatan pelatihan lebih secara matang. Rekomendasi juga diberikan kepada pihak sekolah untuk memberikan pelatihan terkait dengan pengembangan nilai spiritual kepada siswa agar tidak hanya materi secara akademis saja tetapi juga diberikan penguatan spiritual didalamnya. Peneliti juga menyarankan kepada orangtua dan siswa untuk dapat meningkatkan nilai spiritual karena berpengaruh pada perilaku siswa baik dirumah maupun disekolah.

#### 4. Simpulan

---

Pengabdian masyarakat yang dilakukan melalui Pelatihan Emotional Spiritual untuk

meningkatkan kesadaran diri remaja terbukti dapat meningkatkan kesadaran diri siswa, khususnya pada remaja jenjang SMP. Materi mengenai hakekat manusia dan siapa aku ?, mampu menumbuhkan kesadaran diri pada siswa. Siswa dapat mengenali potensi diri, kelebihan serta kekurangan yang ada pada dirinya yang diwujudkan dalam projek poster tentang diri.

Pengabdian masyarakat mengenai pelatihan emotional spiritual dalam upaya meningkatkan kesadaran diri siswa memiliki keterbatasan yaitu kurang optimal nya waktu dan pengkondisian peserta saat pelaksanaan pelatihan, sehingga kami memberikan saran kepada pelatihan selanjutnya agar dapat menyiapkan pelatihan secara optimal dan lebih mengembangkan metode yang lain. Rekomendasi juga diberikan kepada pihak sekolah untuk memberikan pelatihan terkait dengan pengembangan nilai spiritual kepada siswa agar tidak hanya materi secara akademis saja tetapi juga diberikan penguatan spiritual didalamnya. Serta dalam pembelajaran guru bisa mengenalkan tentang berbagai emosi dalam menyikapi pembelajaran, untuk membuat siswa merasa nyaman dalam pembelajaran. Penulis juga menyarankan kepada orangtua dan siswa untuk dapat meningkatkan nilai spiritual karena berpengaruh pada perilaku siswa baik dirumah maupun disekolah.

#### 5. Persantunan

---

Terima kasih kami ucapkan kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta sebagai instansi yang membantu penulis melakukan pengabdian masyarakat. Terima kasih juga kami ucapkan kepada SMP N 2 Karanganyar atas kesempatan dan izin untuk melakukan penelitian ini.

#### 6. Referensi

---

Astuti, J. P., Mayangsari, M. D., Rika, D., & Zwagery, V. (2019). Hubungan Kesadaran Diri Dengan Flow Akademik Pada Siswa Di Daerah Lahan Gambut. In *Jurnal Kognisia* (Vol.

2, Issue 2).

- Azka Holida, R. (2019). *Pengaruh Pelatihan Emotional Spiritual Quotient (Esq) Terhadap Kecerdasan Emosional Pada Mahasiswa*.
- Dahlan Thalib, M. (n.d.). *Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Spiritual Peserta Didik Terhadap Motivasi Belajar Pada MAN 2 Kota Pare-pare*. 18(2), 221–237.
- Daniel Goleman. (1999). *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Flurentin, E. (2012). Latihan Kesadaran Diri (Self Awareness) Dan Kaitannya Dengan Penumbuhan Karakter. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 1 (2), 9–18.
- Halu, U., Kendari, O., & Malik, M. (2022). Pengaruh Training Emotional Spritual Quotient Terhadap Kecerdasan Spiritual Mahasiswa Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Buton Sukring. *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 18 (2), 20–30.
- Handayani, D., Septhiani, S., Raya No, J., Jagakarsa, K., Jakarta Selatan, K., & Khusus Ibukota Jakarta, D. (2021). *Pengaruh Kecerdasan Emosional Aspek Kesadaran Diri Terhadap Prestasi Belajar Matematika*. 05(02), 1352–1358.
- Khasinah, S. (2013). Hakikat Manusia Menurut Pandangan Islam dan Barat. In *Jurnal Ilmiah DIDAKTIKA Februari: Vol. XIII* (Issue 2).
- Pramanasari, A., & Arifin, Z. (2015). Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Membina Kecerdasan Emosional dan Spiritual Siswa Berkebutuhan Khusus. In *Nadwa | Jurnal Pendidikan Islam* (Vol. 9, Issue 1). <http://journal.walisongo.ac.id/index.php/nadwa>
- Septiani Manurung, Y., Jeconiah, J., & Oktavia, V. (n.d.). *Hubungan Religiusitas dengan Self-Awareness Siswa Sma Bodhicitta Buddhis School Medan*. <http://e-journal.stie-kusumanegara.ac.id>
- Yudi Ali Akbar, M., Maulida Amalia, R., & Fitriah, I. (2018). *Hubungan Religiuitas dengan Self Awareness Mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam (Konseling) UAI*, *Jurnal Al-Azhar IIndonesia* (Vol. 4, Issue 4).