



PENGARUH KONSELING KELOMPOK ADLERIAN UNTUK MENINGKATKAN SELF-WARENESS ANAK DI PANTI ASUHAN MUHAMMADIYAH KOTO BARU

THE EFFECT OF ADLERIAN GROUP COUNSELING ON IMPROVING SELF-AWARENESS IN CHILDREN AT THE MUHAMMADIYAH KOTO BARU ORPHANAGE

Indri Syarifah¹, Masril²

¹Universitas Mahaputra Muhammad Yamin

²Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar

Email: ¹ Indrisyarifah05@guru.sma.belajar.id

How to Cite :

Syarifah, I., Masril. (2025). Pengaruh Konseling Kelompok Adlerian Untuk Meningkatkan Self-Wareness Anak Di Panti Asuhan Muhammadiyah Koto Baru. *Sengkuni Journal: Social Sciences and Humanities*, 6(2). DOI: <https://doi.org/10.37638/sengkuni.6.2.185-188>

ARTICLE HISTORY

Received [24 November 2025]

Revised [29 November 2025]

Accepted [05 December 2025]

Published [30 December 2025]

KEYWORDS

Adlerian Group
Counseling, Self-
Awareness, Orphanage
Children, Behavioral
Improvement,
Psychosocial
Development

**This is an open access
article under the [CC-
BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license**



ABSTRAK

Penelitian ini berawal dari fakta bahwa terdapat anak-anak di Panti Asuhan Muhammadiyah Koto Baru yang memiliki tingkat kesadaran diri yang rendah. Konselor sekolah merupakan salah satu pihak yang berupaya membantu siswa meningkatkan kesadaran diri mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji tingkat kesadaran diri di antara anak-anak di Panti Asuhan Muhammadiyah Koto Baru dan mengevaluasi efektivitas konseling kelompok Adlerian dalam meningkatkan kesadaran diri mereka. Penelitian ini merupakan studi pra-eksperimental dengan desain One-Group Pre-Test Post-Test. Sampel penelitian terdiri dari delapan anak dari Panti Asuhan Muhammadiyah Koto Baru yang diidentifikasi memiliki kesadaran diri yang rendah. Teknik pengumpulan data melibatkan skala kesadaran diri. Data dianalisis menggunakan uji t berpasangan dengan bantuan Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 25 dan uji N-Gain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesadaran diri anak-anak sebelum menerima konseling kelompok Adlerian (pre-test) berada pada kategori rendah, dan setelah menerima konseling kelompok Adlerian (post-test), meningkat menjadi kategori sedang. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan kesadaran diri sebelum dan setelah intervensi konseling kelompok. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok Adlerian efektif dalam meningkatkan kesadaran diri anak-anak di Panti Asuhan Muhammadiyah Koto Baru. Berdasarkan hasil ini, disarankan agar konselor sekolah mengembangkan lebih lanjut layanan bimbingan dan konseling, terutama konseling kelompok Adlerian, untuk membantu meningkatkan kesadaran diri anak-anak di panti asuhan.

ABSTRACT

This research originated from the fact that there are children at the Muhammadiyah Orphanage Koto Baru who have low self-awareness.

The school counselor is one of the parties who strives to help students improve their self-awareness. The purpose of this study is to examine the level of self-awareness among children at the Muhammadiyah Orphanage Koto Baru and to assess the effectiveness of Adlerian group counseling in enhancing their self-awareness. This research is a pre-experimental study using the One-Group Pre-Test Post-Test design. The research sample consisted of eight children from the Muhammadiyah Orphanage Koto Baru who were identified as having low self-awareness. Data collection techniques involved a self-awareness scale. Data were analyzed using a paired t-test with the assistance of the Statistical Product and Service Solution (SPSS) version 25 and the N-Gain test. The findings of the study showed that the self-awareness of the children before receiving Adlerian group counseling (pre-test) was in the low category, and after receiving Adlerian group counseling (post-test), it increased to the moderate category. This indicates a difference in self-awareness before and after the group counseling intervention. Therefore, it can be concluded that Adlerian group counseling is effective in improving the self-awareness of children at the Muhammadiyah Orphanage Koto Baru. Based on these results, it is recommended that school counselors further develop guidance and counseling services, especially Adlerian group counseling, to help improve the self-awareness of children in orphanages.

PENDAHULUAN

Self-awareness atau kesadaran diri merupakan salah satu aspek kunci yang menentukan keberhasilan individu dalam memahami esensi dirinya, membangun hubungan sosial yang fungsional, dan menjalani kehidupan dengan penuh makna. Kemampuan ini bukan sekadar refleksi internal, melainkan fondasi bagi seluruh kecerdasan emosional (emotional intelligence) seseorang (Goleman, 1996). Pada fase perkembangan remaja, kesadaran diri memainkan peran yang sangat penting dalam mengarahkan proses pencarian identitas, mengelola gejala emosi, dan mengurangi konflik di antara teman sebaya (Suzanna et al., 2024). Remaja yang memiliki self-awareness yang matang mampu mengenali tiga aspek utama dirinya: mengenali pikiran (memahami pola pikir dan dampaknya), menyadari kekuatan dan kelemahan (melihat potensi dan keterbatasan secara objektif), serta memiliki kepercayaan diri yang teguh terhadap nilai diri (Goleman, 1996).

Sebaliknya, remaja dengan tingkat self-awareness yang rendah sangat rentan mengalami krisis identitas, kesulitan mengelola tekanan sosial, dan memiliki kecenderungan untuk menunjukkan perilaku yang tidak adaptif (Widiatmoko & Ardini, 2018). Fenomena ini, jika tidak ditangani, berisiko menimbulkan dampak jangka panjang seperti gangguan penyesuaian sosial, rendahnya partisipasi akademik, dan bahkan keputusan terhadap masa depan. Oleh karena itu, pengembangan self-awareness melalui pendekatan konseling yang tepat merupakan strategi intervensi yang sangat krusial dalam mendukung perkembangan optimal remaja. Lebih dari sekadar keterampilan psikologis internal, self-awareness juga berfungsi sebagai keterampilan protektif yang signifikan. Penelitian menunjukkan bahwa kesadaran diri yang kuat mampu mengendalikan perilaku berisiko dan konflik digital pada remaja, membantu mereka mengenali dan mengelola emosi saat berinteraksi di dunia maya (Windaningrum et al., 2025). Selain itu, self-awareness juga terbukti berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran kesehatan, seperti dalam pencegahan anemia remaja, menunjukkan fungsi praktisnya dalam mendorong perilaku positif sehari-hari (Windaningrum et al., 2025).

Sayangnya, tidak semua remaja berkesempatan mengembangkan self-awareness secara maksimal. Remaja yang tinggal dan dibesarkan di panti asuhan, misalnya, sering kali menghadapi hambatan serius dalam memperoleh perlakuan dan bimbingan yang memadai dalam perkembangan kesadaran diri mereka. Meskipun mereka memiliki orang tua pengganti (pengasuh), kehangatan, kepedulian, dan dukungan afeksi yang mereka terima jelas berbeda dengan apa yang diperoleh remaja yang tinggal bersama orang tua kandung (Erango & Goshu, 2015) Ketiadaan figur orang tua kandung atau pengasuhan yang minim afeksi menyebabkan remaja mengalami krisis kasih sayang, merasa ditolak, dan kehilangan dukungan emosional, yang merupakan akar dari kesulitan memahami diri sendiri secara utuh.

Faktor-faktor yang secara empiris memengaruhi rendahnya self-awareness pada kelompok ini meliputi: lingkungan keluarga (ketiadaan afeksi), pengalaman hidup (latar belakang luka psikologis seperti penelantaran, kemiskinan, dan konflik), dan interaksi sosial yang menantang. Remaja panti asuhan umumnya memiliki latar belakang pengalaman yang penuh luka psikologis, yang secara negatif memengaruhi cara pandang mereka terhadap diri sendiri. Dalam interaksi sosial, banyak dari mereka merasa minder atau terasing di lingkungan sosial, termasuk di sekolah, akibat stigma status mereka sebagai anak panti. Ketiga faktor ini saling berkait, berkontribusi terhadap rendahnya self-awareness yang dimanifestasikan melalui rasa tidak percaya diri, penarikan diri, dan kesulitan membentuk konsep diri yang sehat.

Fenomena ini semakin diperkuat dengan kondisi sosial-ekonomi saat ini, di mana panti asuhan tidak hanya memelihara anak yatim atau piatu, tetapi juga mulai banyak menitipkan anak dari kalangan dhuafa (golongan yang hidup dalam zona kemiskinan dan ketidakberdayaan). Anak-anak dari kalangan dhuafa ini bahkan lebih rentan mengalami permasalahan terkait self-awareness karena mereka masih memiliki orang tua lengkap, sehingga alasan mereka ditiptkan di panti seringkali lebih sulit diterima diri.

Fenomena rendahnya self-awareness tidak hanya tergambar dalam literatur tetapi juga tercermin nyata dalam kondisi lapangan. Hasil wawancara yang dilakukan di Panti Asuhan Muhammadiyah Koto Baru mengungkap bahwa sebagian anak asuh mengalami hambatan serius dalam konteks sosial dan pribadi.

Salah seorang pengurus panti (RNF, 32) menyampaikan bahwa remaja cenderung menyembunyikan status mereka sebagai anak panti dari teman sekolah karena rasa tidak percaya diri. Mereka enggan mengajak teman bermain atau belajar di panti, menunjukkan adanya perasaan malu, keterasingan, dan keraguan terhadap identitas diri.

Gambaran ini diperkuat oleh dua anak asuh, NS (16) dan ARM (18). NS, seorang anak yatim, mengaku tidak pernah terbuka tentang statusnya sebagai penghuni panti kepada guru maupun teman. Ia merasa rendah diri ketika jurusan keahliannya direndahkan orang lain. Pengalaman masa lalu—seperti minimnya kunjungan dari orang tua (hanya dua kali dalam lebih dari tiga tahun) dan keterbatasan ekonomi—membuat NS merasa tidak berharga dan cenderung menarik diri. Ia bahkan menyalahkan orang tua yang menitipkannya di panti. Sikap ini adalah indikasi kuat dari self-awareness yang rendah, di mana seseorang seharusnya mampu merasa bangga dengan apa yang dijalani dan menghadapi segala keterbatasan dengan keyakinan diri, bukan menyalahkan keadaan.

Sementara itu, ARM (18) mengungkap kekecewaannya terhadap orang tua dan pengurus panti yang dianggap kurang menghargai usahanya. Ia merasa bahwa orang

hanya mengingat kesalahannya, bukan prestasinya, mencerminkan kebutuhan validasi eksternal yang tinggi dan ketidakmampuan menerima diri secara utuh. Yang lebih mengkhawatirkan, ARM merasa tak punya kendali atas pendidikan dan masa depannya karena terlalu banyak keputusan diambil oleh orang lain. Pemikiran seperti ini, yang menunjukkan hilangnya rasa memiliki arah hidup dan ketidakberdayaan, merupakan manifestasi klasik dari rendahnya self-awareness yang tidak terkelola.

Rendahya self-awareness pada remaja panti asuhan yang tidak ditangani secara sistematis berisiko menimbulkan dampak jangka panjang yang merugikan. Oleh karena itu, peningkatan self-awareness melalui bantuan profesional seperti konseling sangat diperlukan. Salah satu pendekatan yang relevan adalah Konseling Kelompok Adlerian.

Pendekatan Adlerian, yang dikembangkan oleh Alfred Adler, berfokus pada pemahaman menyeluruh terhadap individu (holistik) serta membantu klien untuk memahami gaya hidup (life style), memperkuat rasa memiliki (belonging), dan kontribusi sosial (social interest). Konseling kelompok Adlerian sangat tepat diterapkan karena secara langsung mengatasi masalah-masalah yang berkaitan dengan penelantaran, penolakan, dan pengabaian isu utama yang dialami remaja panti asuhan. Melalui pendekatan yang menekankan pada pemberdayaan diri dan interaksi sosial yang positif, konseling kelompok Adlerian dinilai relevan untuk: 1) Menciptakan Ruang Aman: Anggota kelompok yang memiliki permasalahan serupa dapat berbagi pemahaman dan pengalaman, memperkuat dukungan sosial. 2) Membangun Rasa Memiliki: Memperkuat social interest dan perasaan menjadi bagian yang berharga dari suatu kelompok. 3). Mendorong Pemaknaan Ulang: Membantu remaja memahami dan mengenali diri mereka secara mendalam, membangun kembali tujuan hidup, dan memproses pengalaman negatif secara konstruktif.

Dengan demikian, konseling kelompok Adlerian menjadi strategi intervensi yang krusial untuk mengubah pandangan negatif remaja panti asuhan terhadap diri sendiri yang diakibatkan oleh penolakan atau pengabaian orang tua biologis, serta meningkatkan self-awareness mereka secara optimal. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan penting dalam praktik layanan bimbingan dan konseling di lembaga sosial, menawarkan solusi terukur untuk mengatasi krisis identitas dan harga diri remaja yang paling rentan.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif eksperimen. (Suharsimi, 2013) Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang bertujuan untuk melihat ada atau tidaknya efek atau dampak dari sesuatu perlakuan yang diberikan pada subjek. Hal Senada yang dikatakan (Sugiyono, 2011) bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian yang digunakan oleh peneliti untuk mengetahui pengaruh perlakuan sesuatu terhadap sesuatu yang lain dalam kondisi yang dikendalikan. Maka dalam penelitian eksperimen peneliti melakukan percobaan terhadap suatu objek sehingga perlakuan tersebut memberikan pengaruh terhadap objek tersebut. Desain penelitian yang digunakan adalah Pre Experimental Designs One- Group Pre-Test-Post-Tes Designs, merupakan sebuah kelompok percobaan diukur tingkat variabel dependennya (pre-test) lalu diberikan treatment atau percobaan kemudian dilakukan pengukuran kembali. Dalam (Yusuf, 2013) dijelaskan bahwa rancangan One Groups Pretest Posttest Designs terdiri dari satu kelompok.

Penelitian ini dilaksanakan di Panti asuhan Muhamadiyah Koto baru, Adapun alasan peneliti memilih sekolah tersebut karena peneliti menemukan fenomena di lapangan sesuai dengan masalah yang peneliti kemukakan yaitu rendahnya Self-Awereness anak panti asuhan, Selanjutnya waktu pada penelitian ini adalah selama 2 bulan yaitu bulan april hingga bulan juli 2025. populasi penelitian terdiri dari 55 orang siswa, dengan 21 siswa berjenis kelamin putra dan 34 siswa berjenis kelamin putri. Populasi ini menjadi dasar penentuan sampel penelitian yang diambil sesuai dengan kebutuhan rancangan eksperimen. Dalam menentukan sampel terlebih dahulu siswa diberikan angket self- awareness kemudian diolah dan menentukan sampel dengan cara diambil hasil terendah, sedang, tinggi, hal ini disebabkan karena pelaksanaan Konseling kelompok tidak hanya diperuntukkan kepada anak panti asuhan bermasalah atau remaja yang memiliki self- awareness rendah akan tetapi diberikan kepada seluruh remaja sebagai fungsi pencegahan terjadinya masalah. Jumlah sampel adalah sebanyak 8 orang untuk diberikan eksperimen dengan konseling kelompok adlerian.

Analisis data dilakukan dengan teknik Paired sampel t-test yaitu: pengujian yang berguna untuk membandingkan selisih dua rata-rata dari dua sampel yang berbeda dengan asumsi data berdistribusi normal, yaitu melihat perbedaan means antara pre-test dan post-test dengan taraf signifikan 5%. Dan N-gain untuk mengetahui seberapa efektif konseling kelompok Adlerian untuk meningkatkan self- arenessanak panti asuhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain One Group Pre-test–Post-test yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok pendekatan Adlerian dalam meningkatkan self-awareness anak panti asuhan. Sampel penelitian terdiri dari delapan orang remaja yang tinggal di Panti Asuhan Muhammadiyah Koto Baru. Penentuan sampel didasarkan pada studi pendahuluan mengenai tingkat self-awareness anak panti, di mana delapan anak teridentifikasi memiliki self-awareness kategori rendah.

Pengukuran awal (pre-test) dilakukan menggunakan skala self-awareness untuk mengetahui kondisi sebelum intervensi diberikan. Menunjukkan bahwa seluruh responden berada pada kategori rendah meskipun dengan variasi skor yang berbeda-beda. Skor FW adalah 98, MR 86, MRP 100, OM 94, AS 101, SPI 97, ES 102, dan MSA 94. Total skor self-awareness adalah 772 dengan rata-rata 96,5, yang berada dalam kategori rendah. Klasifikasi self-awareness memperkuat temuan tersebut, yaitu bahwa 100% responden berada pada kategori rendah, dengan rentang skor 71–102. Tidak ada peserta yang masuk kategori sedang, tinggi, atau sangat tinggi.

Jika ditinjau berdasarkan aspek-aspek self-awareness, yang meliputi aspek mengenali pikiran, mengenali kelebihan-kekurangan diri, dan kepercayaan diri, ketiga aspek tersebut juga berada pada kategori rendah. Rata-rata pada aspek mengenali pikiran adalah 36, aspek mengenali kelebihan-kekurangan diri sebesar 32, dan aspek kepercayaan diri sebesar 28. Secara keseluruhan, nilai rata-rata aspek adalah 32 yang termasuk kategori rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan, para peserta belum memiliki kemampuan optimal dalam mengenali proses berpikir, memahami kekuatan dan kelemahan diri, serta belum memiliki kepercayaan diri yang memadai.

Setelah diberikan layanan konseling kelompok Adlerian, responden kembali diukur menggunakan skala yang sama, menunjukkan adanya peningkatan skor pada

seluruh peserta. FW memperoleh skor 125 (kategori sedang), MR 122 (sedang), MRP 129 (sedang), OM 137 (kategori tinggi), AS 115 (sedang), SPI 119 (sedang), ES 133 (sedang), dan MSA 136 (tinggi). Total skor meningkat menjadi 1016, dengan rata-rata 127, yang termasuk dalam kategori sedang. Klasifikasi menunjukkan bahwa 2 orang (25%) berada pada kategori tinggi, sedangkan 6 orang (75%) berada pada kategori sedang. Tidak ada peserta yang tetap berada pada kategori rendah atau sangat rendah seperti sebelum perlakuan. Perubahan kategori ini menunjukkan adanya perkembangan signifikan setelah sesi konseling berlangsung.

Analisis per aspek juga menunjukkan peningkatan yang jelas. Aspek mengenali pikiran meningkat dengan rata-rata skor 45 (kategori tinggi), aspek mengenali kelebihan-kekurangan diri meningkat menjadi 42 (kategori tinggi), sedangkan aspek kepercayaan diri mencapai rata-rata 41 (kategori sedang). Temuan ini mengindikasikan bahwa konseling Adlerian lebih dominan meningkatkan kemampuan peserta dalam memahami pikiran serta kelebihan dan kekurangan diri dibandingkan aspek kepercayaan diri.

Tabel. 1. Perbandingan antara Pre-test dengan Post-test

No	kode siswa	pretest		posttest		peningkatan skor
		skor	ketagori	skor	kategori	
1.	FW	8	rendah	125	sedang	naik 27
2.	MR	6	rendah	122	sedang	naik 36
3.	MRP	00	rendah	129	sedang	naik 29
4.	OM	4	rendah	137	tinggi	naik 43
5.	AS	01	rendah	115	sedang	naik 14
6.	SPI	7	rendah	119	sedang	naik 22
7.	ES	02	rendah	133	sedang	naik 31
8.	MSA	4	rendah	136	tinggi	naik 42
Jumlah		772		1016		244
rata-rata		96,50		127		30,5

Hasil perbandingan pada Tabel 4.1 menunjukkan bahwa setiap responden mengalami peningkatan skor, dengan rentang kenaikan 14–43 poin. Peningkatan tertinggi diperoleh OM (naik 43 poin), dan terendah oleh AS (naik 14 poin). Secara keseluruhan, skor total meningkat dari 772 pada pre-test menjadi 1016 pada post-test, sehingga terdapat selisih 244 poin, dengan rata-rata peningkatan 30,5 poin.

Tabel 2. Hasil Klasifikasi Perbandingan Pretest dan Posttest

No.	Skor	Kategori	Pre-test		Post-test	
			f	%	f	%
1	167-195	Sangat tinggi				
2	135- 166	Tinggi			2	25
3	103-134	Sedang			6	75
4	71-102	Rendah	8	100		

5	39-70	Sangat rendah				
Jumlah			8	100%	8	100%

Pada klasifikasi pre-test–post-test (Tabel 4.2), seluruh peserta yang sebelumnya berada pada kategori rendah (100%), pada saat post-test berpindah ke kategori sedang (75%) dan tinggi (25%). Artinya, tidak ada peserta yang tetap berada di kategori rendah setelah perlakuan, menunjukkan pengaruh positif dari konseling Adlerian.

Perkembangan berdasarkan aspek self-awareness, yang menunjukkan pergeseran signifikan dari kategori rendah ke kategori sedang dan tinggi. Sebagai contoh, FW meningkat dari skor 33 (rendah) menjadi 42 (tinggi), MRP dari 33 menjadi 43 (tinggi), dan MSA dari 31 menjadi 45 (tinggi). Sementara itu, peserta seperti MR, AS, dan SPI meningkat ke kategori sedang. Perubahan ini menegaskan bahwa intervensi memberikan dampak pada seluruh aspek self-awareness, meskipun tingkat peningkatannya bervariasi pada setiap individu.

Sebelum melakukan uji hipotesis, dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas.

1. Uji Normalitas menggunakan Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa nilai signifikansi pre-test sebesar 0,284 dan post-test sebesar 0,694, keduanya $> 0,05$. Artinya, data pre-test dan post-test berdistribusi normal.
2. Uji Homogenitas menunjukkan nilai signifikansi 0,110 $> 0,05$, sehingga data dinyatakan homogen dan memiliki varians yang sama.

Dengan demikian, data memenuhi syarat untuk dilakukan uji hipotesis menggunakan uji t. Berdasarkan Tabel 4.12, nilai t hitung (t_0) diperoleh sebesar 8,766, sementara t tabel pada $\alpha 0,05$ dan df 8 adalah 1,895. Karena t hitung lebih besar daripada t tabel ($8,766 > 1,895$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat pengaruh signifikan konseling kelompok Adlerian terhadap peningkatan self-awareness anak panti.

Dengan demikian, intervensi terbukti efektif meningkatkan self-awareness responden secara statistik. Uji N-Gain digunakan untuk melihat seberapa besar peningkatan yang terjadi. Tabel 4.14 menunjukkan bahwa rata-rata N-Gain adalah 0,31 yang termasuk kategori sedang. Secara individual, terdapat variasi antara responden:

1. Kategori sedang: MR (0,33), MRP (0,31), OM (0,43), ES (0,33), MSA (0,42)
2. Kategori rendah: FW (0,28), AS (0,15), SPI (0,22)

Hasil N-Gain menunjukkan bahwa mayoritas peserta mengalami peningkatan pada kategori sedang, meskipun beberapa masih berada pada kategori rendah. Secara keseluruhan, layanan konseling Adlerian memberi dampak positif dan berada pada efektivitas tingkat sedang.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dijabarkan di atas, penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor self-awareness anak panti asuhan sebelum dan sesudah mengikuti layanan konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian. Pada pretest, skor rata-rata berada dalam kategori rendah dengan skor 772 dan rata-rata 96,5. Hal ini menggambarkan bahwa anak panti asuhan cenderung mengalami kesulitan mengenali pikiran, memahami kelebihan-kekurangan, serta memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Kondisi ini sesuai dengan temuan Erango & Goshu (2015) bahwa remaja panti asuhan sering menunjukkan self-awareness rendah akibat keterbatasan dukungan emosional, pengasuhan minim afeksi, dan perasaan ditinggalkan.

Lebih lanjut setelah mengikuti konseling kelompok Adlerian, skor posttest menunjukkan peningkatan menjadi kategori sedang dengan skor 1016 dan rata-rata 127. Perubahan ini mengindikasikan bahwa layanan konseling kelompok mampu memberikan ruang eksplorasi diri, membantu anak panti merefleksikan pengalaman hidup, dan menumbuhkan kesadaran akan potensi serta kekuatan mereka. Dalam kerangka teori Adlerian, dinamika kelompok memungkinkan anggota untuk membangun social interest dan mengembangkan pemahaman baru tentang diri melalui interaksi interpersonal (Corey, 2012). Peningkatan skor ini menandakan terjadinya proses reorientasi psikologis yang sejalan dengan tujuan intervensi. Secara praktis, perbedaan skor pretest dan posttest menunjukkan bahwa meskipun anak panti memiliki latar belakang psikososial penuh tantangan, mereka tetap memiliki kapasitas untuk meningkatkan self-awareness jika diberikan intervensi yang tepat. Goleman (1996) menyatakan bahwa kesadaran diri adalah fondasi regulasi emosi dan pengambilan keputusan, dan kemampuan ini dapat dikembangkan melalui latihan reflektif serta lingkungan sosial yang mendukung. Konseling kelompok Adlerian menyediakan kondisi tersebut dengan menciptakan suasana aman, kolaboratif, dan penuh empati.

Selanjutnya berdasarkan pada hasil uji paired t-test menunjukkan nilai signifikansi $< 0,05$, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima. Ini berarti terdapat pengaruh signifikan layanan konseling kelompok Adlerian terhadap peningkatan self-awareness anak panti asuhan. Nilai N-Gain yang berada pada kategori sedang mengindikasikan pengaruh moderat, menandakan layanan ini mampu menghasilkan perubahan positif namun masih memiliki ruang untuk penguatan. Secara metodologis, temuan ini membuktikan bahwa pendekatan eksperimen pretest–posttest berpengaruh digunakan untuk mengukur dampak intervensi dalam setting bimbingan dan konseling (Corey, 2012) Kemudian secara psikologis, hasil statistik ini menegaskan pentingnya intervensi berbasis kelompok bagi anak panti asuhan. Menurut Sonstegard, Bitter, & Pelonis (2004), konseling kelompok Adlerian memfasilitasi corrective emotional experience di mana anggota dapat merekonstruksi persepsi negatif tentang diri melalui dinamika sosial yang suportif. Peningkatan signifikan pada skor posttest mencerminkan tercapainya tujuan tersebut. Kategori N-Gain sedang menunjukkan adanya respon positif namun tidak ekstrem, yang bisa dipengaruhi oleh durasi perlakuan atau kompleksitas masalah psikologis anak panti.

Hasil ini juga selaras dengan konsep plasticity dalam psikologi perkembangan, bahwa self-awareness bukanlah kemampuan statis, melainkan dapat ditingkatkan melalui pembelajaran sosial dan refleksi pengalaman (Schunk et al., 2014). Dengan demikian, meskipun latar belakang anak panti penuh keterbatasan, intervensi Adlerian membuktikan bahwa mereka dapat mengembangkan kesadaran diri secara signifikan dalam waktu relatif singkat. Lebih lanjut jika dikaitkan dengan tujuan penelitian itu sendiri Tujuan utama penelitian ini adalah membuktikan pengaruh konseling kelompok Adlerian dalam meningkatkan self-awareness anak panti asuhan. Hasil penelitian menunjukkan tujuan tersebut tercapai, ditandai dengan adanya peningkatan skor posttest yang signifikan. Temuan ini memperkuat argumen bahwa konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian bukan hanya relevan secara teoretis, tetapi juga aplikatif dalam setting sosial seperti panti asuhan. Secara praktis, temuan ini memberikan implikasi bagi pembinaan anak panti.

Self-awareness diyakini menjadi aspek penting dalam kehidupan karena melibatkan kesadaran terhadap diri sendiri dalam menjalani kehidupan secara bermakna. Kurangnya self-awareness dapat berdampak negatif seperti menarik diri,

mudah cemas, kesulitan membangun relasi sosial, hingga munculnya konflik batin (Hurlock, 1996; Clemes & Bean, 2001). Konseling kelompok pendekatan Adlerian memiliki tujuan utama membantu individu tumbuh secara sosial dan pribadi melalui pengalaman dalam kelompok. Sementara konseling kelompok Adlerian menekankan pada pemahaman diri melalui konteks sosial dan penguatan social interest, yang sejalan dengan kebutuhan anak panti untuk membangun identitas diri serta rasa memiliki. Menurut Dreikurs & Mosak (1967), perasaan ditolak atau tidak berharga pada masa kanak-kanak dapat diperbaiki melalui interaksi kelompok yang suportif dan pemberian makna baru terhadap pengalaman hidup. Hasil penelitian ini juga mendukung peran konseling sebagai layanan preventif dan kuratif. Layanan ini tidak hanya mengatasi masalah psikologis yang sudah ada, tetapi juga memperkuat kemampuan regulasi diri anak panti untuk menghadapi tantangan masa depan. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya mencapai tujuan empirisnya, tetapi juga memperluas kontribusi praktik konseling dalam konteks sosial dan pendidikan.

Hasil penelitian ini menguatkan teori self-awareness Goleman (1996) yang menekankan pentingnya mengenali pikiran, menyadari kelebihan-kekurangan, dan memiliki kepercayaan diri sebagai inti kecerdasan emosional. Peningkatan skor posttest menunjukkan bahwa anak panti mulai mengembangkan ketiga aspek ini. Dalam konteks konseling Adlerian, hal ini menunjukkan keberhasilan intervensi dalam membantu klien mengidentifikasi life style yang kurang adaptif dan membangun pola pikir baru yang lebih sehat. Selain itu, hasil ini sejalan dengan pandangan Goleman (1996) bahwa sistem nilai, cara pandang, dan perilaku adalah faktor penting pembentuk self-awareness. Melalui konseling kelompok Adlerian, anak panti diajak mengeksplorasi ketiga faktor ini dalam dinamika kelompok, sehingga terjadi perubahan persepsi diri yang lebih positif. Konseling Adlerian menyediakan pengalaman sosial korektif yang memungkinkan anak merekonstruksi nilai diri berdasarkan penerimaan kelompok.

Secara integratif, temuan ini membuktikan hubungan erat antara pendekatan Adlerian dan pengembangan self-awareness. Konseling ini menekankan holistic understanding terhadap individu, termasuk konteks sosial, tujuan hidup, dan pengalaman masa lalu. Proses ini memungkinkan anak panti tidak hanya mengenali dirinya, tetapi juga membangun kembali arah hidup dengan pemahaman baru, sesuai dengan prinsip Adlerian bahwa manusia adalah makhluk sosial yang aktif membentuk makna hidupnya. Hasil penelitian ini juga konsisten dengan temuan Santi Sartika (2026) yang membuktikan efektivitas konseling kelompok Adlerian dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa SMK. Kesamaan keduanya terletak pada pemanfaatan dinamika kelompok untuk membangun pemahaman diri. Penelitian ini juga sejalan dengan Anisyah Dwi Annas (2017) yang menemukan peningkatan signifikan kepercayaan diri siswa introvert melalui pendekatan Adlerian. Kepercayaan diri adalah salah satu indikator utama self-awareness, sehingga kesamaan hasil ini memperkuat validitas temuan penelitian ini. Selain itu, penelitian ini mendukung studi Anisyah Dwi Annas (2017) Sundah (2015) yang membuktikan efektivitas konseling Adlerian untuk meningkatkan self-awareness siswa, meskipun formatnya menggunakan konseling individual.

Perbedaan pendekatan kelompok dalam penelitian ini memberikan nilai tambah karena menekankan dukungan sosial sebagai faktor kunci perubahan. Hasil ini juga melengkapi temuan Anisyah Dwi Annas (2017) Khoman tentang penerapan Solution-Focused Group Therapy untuk meningkatkan self-awareness remaja panti,

menunjukkan bahwa pendekatan Adlerian merupakan alternatif berpengaruh dengan basis teori yang berbeda. Kesamaan temuan dengan berbagai penelitian relevan menunjukkan bahwa hasil penelitian ini memiliki dasar empiris yang kuat. Hal ini menegaskan konseling kelompok Adlerian sebagai pendekatan yang dapat diadaptasi dalam berbagai setting pendidikan dan sosial untuk meningkatkan self-awareness individu dengan latar belakang psikososial berbeda.

Lebih lanjut dalam penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang sekaligus menjadi peluang pengembangan untuk penelitian selanjutnya. Salah satu faktor utama adalah jumlah pertemuan konseling kelompok Adlerian yang hanya dilakukan sebanyak enam kali. Keterbatasan waktu menyebabkan proses internalisasi materi dan refleksi diri pada anak panti belum sepenuhnya maksimal. Corey (2012) menekankan bahwa efektivitas konseling kelompok sangat dipengaruhi oleh durasi dan intensitas pertemuan karena perubahan pola pikir serta perilaku memerlukan proses berulang. Oleh sebab itu, penelitian berikutnya dapat memperpanjang jumlah sesi menjadi delapan hingga sepuluh kali untuk meningkatkan efektivitas layanan.

Selain itu, teknik Adlerian yang digunakan dalam penelitian ini masih terbatas pada diskusi kelompok, refleksi diri, dan encouragement. Padahal pendekatan Adlerian memiliki variasi teknik seperti early recollections, acting as if, dan spitting in the client's soup yang berpotensi mempercepat proses perubahan persepsi diri Anisyah Dwi Annas (2017) Penelitian lanjutan dapat mengeksplorasi kombinasi teknik yang lebih variatif agar pengembangan self-awareness pada al., anak panti lebih optimal. Begitu juga dengan ukuran sampel penelitian juga relatif kecil dan hanya melibatkan satu panti asuhan, sehingga hasil penelitian ini belum dapat digeneralisasikan secara luas. Penelitian mendatang dapat melibatkan beberapa panti asuhan dengan jumlah peserta yang lebih besar dan variasi usia untuk melihat konsistensi pengaruh pendekatan Adlerian pada populasi yang lebih beragam. Selain itu, penelitian ini belum melakukan follow-up jangka panjang pasca perlakuan sehingga tidak diketahui sejauh mana pengaruh peningkatan self-awareness bertahan. Peningkatan skor posttest peserta setelah mengikuti konseling kelompok Adlerian menunjukkan bahwa intervensi ini berhasil meningkatkan self-awareness anak-anak panti. Dalam teori Adlerian, konseling kelompok bertujuan membentuk rasa memiliki (sense of belonging) dan kebermaknaan hidup melalui hubungan sosial yang sehat. Proses konseling ini mendorong anak untuk mengenal diri, memahami emosi, serta meningkatkan kepercayaan diri dalam berinteraksi. Melalui dinamika kelompok, peserta belajar dari pengalaman satu sama lain dan memperoleh wawasan baru tentang diri mereka. Inilah yang menjelaskan mengapa sebagian besar peserta mengalami peningkatan skor self-awareness setelah intervensi, karena mereka mendapat ruang untuk refleksi dan pertumbuhan personal secara sosial dan emosional.

Namun, tidak semua peserta menunjukkan peningkatan yang signifikan, bahkan ada yang mengalami peningkatan rendah. Hal ini bisa disebabkan oleh faktor internal seperti kesiapan individu, kondisi psikologis yang belum stabil, atau keterbukaan dalam proses konseling. Bila dibandingkan dengan penelitian relevan seperti studi oleh Nursalim (2020), yang juga menggunakan konseling kelompok Adlerian dalam konteks remaja sekolah, ditemukan bahwa keberhasilan program sangat dipengaruhi oleh keterlibatan aktif peserta. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa peserta yang pasif atau tidak merasa aman dalam kelompok menunjukkan peningkatan yang minim. Maka dari itu, perbedaan hasil dalam penelitian ini bisa dijelaskan melalui tingkat partisipasi,

dinamika kelompok, dan kondisi psikologis masing-masing individu saat mengikuti konseling.

Menambahkan evaluasi tindak lanjut satu hingga tiga bulan setelah intervensi akan memberikan gambaran stabilitas hasil. Aspek lain yang dapat dikembangkan adalah integrasi dengan konteks lingkungan panti asuhan. Penelitian ini fokus pada dinamika kelompok anak panti tanpa banyak melibatkan pengasuh atau sistem pendukung lingkungan. Padahal, menurut teori ekologi Bronfenbrenner (1979), lingkungan sosial memiliki peran penting dalam menjaga keberlanjutan perubahan perilaku. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dapat menggabungkan pelatihan pengasuh atau kolaborasi program panti untuk memperkuat dampak konseling kelompok Adlerian secara lebih menyeluruh.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok Adlerian berpengaruh signifikan terhadap peningkatan self-awareness anak panti asuhan. Peningkatan skor posttest dan hasil uji statistik membuktikan pengaruh layanan ini dalam membantu anak mengenali pikiran, memahami kelebihan dan kekurangan, serta membangun kepercayaan diri. Hasil ini mendukung teori-teori utama self-awareness dan prinsip konseling Adlerian yang menekankan pemahaman holistik terhadap individu dalam konteks sosialnya. Intervensi ini juga memberikan implikasi praktis bagi layanan bimbingan dan konseling di panti asuhan.

Konseling kelompok Adlerian dapat menjadi strategi efektif dalam pembinaan psikologis anak panti dengan menyediakan ruang aman untuk eksplorasi diri, penerimaan sosial, dan pembentukan identitas yang sehat. Meskipun pengaruhnya berada pada kategori sedang, hasil ini membuktikan bahwa anak panti memiliki kapasitas berkembang jika difasilitasi dengan pendekatan yang tepat. Dengan dukungan teori dan penelitian relevan, temuan ini menegaskan bahwa konseling kelompok Adlerian bukan hanya pendekatan alternatif, tetapi strategi berbasis bukti (evidence-based practice) yang layak diimplementasikan untuk meningkatkan self-awareness anak panti asuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, N. K. T., & Wahyungsih, L. G. N. S. (2023). Faktor dukungan yang berpengaruh terhadap kesadaran diri (self-awareness) remaja cegah anemia di Kota Denpasar. *Manuhuju: Malahayati Nursing Journal*, 5(12).
- Aprilyaningtiyas, H. D., Pristiwanti, Y., & Laksana, E. P. (2023). Konsep dan Praktik Konseling Adlerian dalam Pendidikan. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 11(2), 101–112.
- Ardimen. (2022). Konseling kelompok berbasis regulasi diri untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(2), 115–122.
- Ardimen, A., Yulitri, R., & Gustina, G. (2019). Penerapan Metode Project-Based Learning Untuk Meningkatkan Penguasaan Metodologi Penelitian Bidang Konseling. *Lentera Pendidikan*, 22(1), 64–80.
- Ardimen, A., Masril, M., Hadiarni, H., Tas'adi, R., Dasril, D., Hardi, E., Jumiarti, D., Yulitri, R., Ramadhani, D. S., Rozalina, D., Roza, N. J., Desviana, R., & Nelisma, Y. (2023). Peningkatan kompetensi profesional konselor melalui pelatihan konseling berbasis riset bagi konselor sekolah menengah pertama. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2). <https://doi.org/10.36709/amalilmiah.v5i2.168>

- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. A Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar. (2005). *Dasar-dasar Psikometri*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chaplin, C.P. (2000). *Kamus Lengkap Psikologi*. Terjemahan oleh Kartini Kartono. Jakarta: Rajawali Press.
- Creswell, J.W. (2003). *Research Design: Qualitative, quantitative, and mix method approaches* (2nd Edition). California: SAGE Publication, Inc.
- Dreikurs, R., & Mosak, H. H. (1967). *The Techniques of Individual Psychology*. Chicago: Alfred Adler Institute.
- Erango, M.A., & Goshu, A.T. (2015). Parents Health and Social Life Matter for Self-Esteem of Child Orphans. *Psychology and Behavioral Sciences* 4 (3), 90-93.
- Fitriani, W., & Muiz, M. R. (2023). Urgensi analisis kebutuhan dalam pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah. *Jurnal Consulenza*, 6(2), 45–53.
- Firmansyah, Y., Masril, M., Fitriani, W., Ardimen, A., & Irman, I. (2023). Pengaruh layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(1),
- Gandaputra, A. (2009). Gambaran Self-Esteem Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi*, 7 (2), 72-90.
- Ghufron, M.N., & Risnawita, R. (2010). *Teori-teori Kepribadian*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Gibson, R.L., & Mitchell, M.H. (2011). *Bimbingan dan Konseling* (Edisi 7). Terjemahan oleh Yudi Santoso. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Goleman, D. (1996). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.
- Habsy, B. A., Mubarak, A. K., Saputri, W. E., & Firdaus, M. D. (2024). Refleksi Filosofis Pendekatan Adlerian dalam Konteks Multikultural. *Jurnal Tsaqofah*, 8(1), 45–58.
- Hardi, E., Ermayulis, D., & Masril, M. (2019). Pengaruh konseling kelompok menggunakan pendekatan Cognitive Behavior Therapy untuk meningkatkan kontrol diri siswa. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 1(2), 141–149.
- Harahap, J. S., & Silvianetri, S. (2022). Efektivitas konseling kelompok dalam mengatasi kecemasan menghadapi ujian pada siswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(2), xx–xx. Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar.
- Hayat, A. (2016). *Konsep Konseling: Berdasarkan ayat-ayat Alquran* (Jilid 2). Yogyakarta: LKiS.
- Hartati, H. (2016). Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STD berbasis pendidikan karakter untuk meningkatkan hasil belajar matematika siswa kelas VIII A SMP Negeri 4 Demak Tahun 2005/2006. Doctoral Dissertation, Universitas Negeri Semarang.
- Husnia, H., Masril, M., & Silvianetri, S. (2023). Efektivitas konseling kelompok pendekatan Adlerian untuk meningkatkan harga diri siswi di MAS TI Candung. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(1), 1786–1798. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
- Ikbal, M., & Nurjannah. (2016). Meningkatkan Self-Esteem dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy pada Peserta Didik. *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3 (1), 33-46.
- Imhonde, H.O. (2013). Self-Esteem, Gender, Family-Communication-Style and Parental Neglect as Predictors of Agressive Tendencies among Secondary

- School Adolescents. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 2 (3), 93-100.
- Irman. (2023). Penguatan keterampilan sosial melalui konseling kelompok berbasis kolaboratif. *Jurnal Ilmiah Konseling Indonesia*, 8(1), 45–53.
- Khoman, M., Patmonodewo, S., & Agustina. (2016). Penerapan Solution-Focused Brief Group Therapy (SFBGT) untuk Meningkatkan Self-Esteem pada Remaja Putri di Panti Asuhan X di Jakarta. Makalah.
- King, L.A. (2010). *Psikologi Umum*. Terjemahan oleh Brian Marwensdy. Jakarta: Salemba Humanika.
- Koffman, S. (2011). *Adlerian Therapy*. Washington D.C: Gonzaga University.
- Maharani, R., & Karneli, Y. (2025). Konseling Adlerian dan Dinamika Sosial Individu. *Jurnal Ristekdik*, 14(1), 55–67.
- Mappiare, A. (2006). *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*. Jakarta: Grafindo Persada.
- Masril. (2018). Efektivitas teknik permainan dalam konseling kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. *Jurnal Konseling Komprehensif*, 6(1), 33–41.
- Myrick, R. D. (2003). *Fundamentals of experimental designs for cationic and anionic collectors*.
- Nurkencana, W. (2011). *Evaluasi Pembelajaran: Prinsip, Teknik, Prosedur*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Oetari, A. Y., Nishafa, D. K., & Susanto, A. M. (2024). Efektivitas Konseling Adlerian dalam Meningkatkan Harga Diri Siswa. *Journal of Educational Advice*, 6(1), 22–30
- Putri, E. L., Ardimen, A., Tas'adi, R., & Gustina, G. (2018). Efektivitas layanan konseling kelompok dalam meningkatkan empati siswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 5(1), 1–10. <https://doi.org/10.52657/jfk.v5i1.792>
- Rahmawati, S., Dasril, D., Irman, I., & Yulitri, R. (2023). Students' competency as candidates of guidance and counseling counselors in the implementation of group guidance services. *Journal of Islamic Educational Studies (JIES)*, 8(2), 145–156. Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar.
- Rhahima, R., Neviyarni., & Daharnis. (2015). Penerapan Konseling Kelompok Adlerian untuk Mengurangi Perasaan Rendah Diri Siswa. *Jurnal Konselor*, 4 (1), 42-49.
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja* (Edisi 11, Jilid 1). Terjemahan oleh Benedictine Widiasinta. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S.W. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2014). *Motivation in Education: Theory, Research, and Practice*. Boston: Pearson.
- Setiawan, F. F., Hanim, W., & Marjo, H. K. (2024). Implementasi Konseling Adlerian dalam Penguatan Karakter Siswa di Sekolah Menengah. *Insight: Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling*, 10(1), 67–76.
- Sherina, M.S., Rampal, L., Loh, J.W., Chan, C.L, Teh, P.C., & Tan, P.O. (2008). Self-Esteem and it's Associated Factors Among Secondary School Students in Klang District Selangor. *Med J Malaysia* 63 (1), 26-30.
- Shertzer, B., & Stone, S.C. (1980). *Fundamentals of Counseling*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Silvianetri. (2022). Konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam belajar. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(1), 20–27.
- Silvianetri, Reri, & Fitriani. (2022). Peningkatan kebahagiaan remaja di panti asuhan melalui konseling kelompok. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, 4(2), 78–87.
- Soedarsono, S. (2012). *Psikologi Kesadaran Diri*. Jakarta: Rineka Cipta

- Sonstegard, M.A., Bitter, J.R., & Pelonis, J.R. (2004). *Adlerian Group Counseling and Therapy Step-by-Step*. New York: Brunner-Routledge.
- Sumari, M., Tharbe, I.H.A., Khalid, N., & Nor, A.M. (2014). *Teori Kaunseling dan Psikoterapi*. Kuala Lumpur: Universiti Malaya.
- Sundah, A. (2015). *Keefektifan Konseling Adlerian dengan Teknik Encouragement Reflection untuk Meningkatkan Self-awareness Siswa SMP*. Disertasi tidak diterbitkan. Malang: Pascasarjana Universitas Negeri Malang.
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suharsimi, A. (2013). *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryabrata, S. (2000). *Pengembangan Alat Ukur Psikologi*. Yogyakarta: Andi.
- Sweeney, T.J. (1989). *Adlerian Counseling: A practical approach for a new decade (Third Edition)*. Muncie: Accelerated Development Inc.
- Tas'adi, R. (2011). Urgensi tes psikologi dalam layanan penempatan dan penyaluran di SMA. *Ta'dib*, 14(1), xx–xx. STAIN Batusangkar.
- Tas'adi, R., Ardimen, A., Hadiarni, H., & Tanjung, R. F. (2024). Analysis of counselor task commitment as a professional characteristic in junior and senior high schools in West Sumatra. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 12(2), 44–51. <https://doi.org/10.29210/11110900>
- Usman, H., & Akbar, P.S. (2000). *Pengantar Statistik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wagner, H.H., & Elliot, A. (2010). *Adlerian Adventure Based Counseling to Enhance Self-Esteem in School Children*. Proceeding Seminar University of Missouri, Saint Louis.
- Widiatmoko, M. W., & Ardini, F. M. (2018). Pendekatan konseling analisis transaksional untuk mengembangkan kesadaran diri remaja. *MENDIDIK: Jurnal Kajian Pendidikan dan Pengajaran*, 4(2), 99–108.
- Widiyanto, M.A. (2013). *Statistika Terapan: Konsep & aplikasi SPSS/LISREL dalam penelitian pendidikan, psikologi & ilmu sosial lainnya*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Windaningrum, F. Y., Hazim, H., & Maryam, E. W. (2025). Psychoeducation on developing self-awareness to prevent cyber-influence conflict among adolescents. *UMSIDA Preprints Server*.
- Yuliasari, H. (2022). Pelatihan konselor sebaya untuk meningkatkan self-awareness terhadap perilaku berisiko remaja. *Jurnal Psikologi Insight*, 4(1).
- Yusuf, A.M. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. Padang: UNP Press.