



**Pengembangan Buku Cerita Pendek Sebagai Media Biblioterapi Untuk
Meningkatkan *Self Awareness* Siswa
(Studi *Research and Development* Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1
Saketi)**

**Alya Azzahra Budiman¹, Putri Dian Dia Conia², Raudah Zaimah
Dalimunthe³**

Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu
Pendidikan, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

Received: 10 September 2026
Revised: 15 September 2026
Accepted: 01 Oktober 2026

Abstract

Penelitian ini bertujuan mengembangkan buku cerita pendek sebagai media biblioterapi untuk meningkatkan *self awareness* siswa kelas VII SMP Negeri 1 Saketi. Metode penelitian yang digunakan adalah *Research and Development* dengan model ADDIE yang meliputi lima tahap, yaitu analisis, desain, pengembangan, implementasi dan evaluasi. Teknik pengumpulan data melalui angket, wawancara, dan studi pustaka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *self awareness* siswa berada pada kategori rendah 13%, sedang 68%, dan tinggi 19%. Produk buku cerita pendek yang dikembangkan memperoleh hasil validasi ahli dengan rata-rata penilaian sebesar 84% dan dinyatakan dalam kategori “sangat layak”. Hasil uji coba terbatas menunjukkan adanya peningkatan skor pre-test dan post-test dengan rata-rata gain sebesar 28,83%. Selain itu, hasil respon siswa pada penilaian produk memperoleh persentase kelayakan sebesar 83% pada kategori sangat layak. Berdasarkan data tersebut, buku cerita pendek layak digunakan sebagai media biblioterapi untuk meningkatkan *self awareness* siswa kelas VII.

Keywords: *Self awareness*, Pengembangan media, Buku cerita pendek

(*) Corresponding Author: alyaazzb@gmail.com

How to Cite: Budiman, A., Conia, P., & Dalimunthe, R. (2026). PENGEMBANGAN BUKU CERITA PENDEK SEBAGAI MEDIA BIBLIOTERAPI UNTUK MENINGKATKAN SELF AWARENESS SISWA. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 12(10.D), 259-267. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/14616>

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang penuh dinamika, ditandai oleh perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang berlangsung secara bersamaan. Pada fase ini, individu mulai membangun identitas diri, mempertanyakan nilai-nilai yang diyakini, dan mencari makna dari pengalaman hidup yang dialaminya. Santrock (2003) mendefinisikan masa remaja berlangsung mulai sekitar usia 10-13 tahun hingga 18-22 tahun. Pada masa ini, remaja menghadapi perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional, yang meliputi perkembangan fungsi seksual, kemampuan berpikir abstrak, serta pencapaian kemandirian. Santrock membedakan masa remaja kedalam dua tahap utama, yaitu remaja awal dan remaja akhir. Masa remaja awal (*early adolescence*) yang umumnya berlangsung pada usia sekolah menengah pertama. Tahap ini ditandai dengan munculnya sebagian besar perubahan pubertas yang mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis remaja. Sementara itu, remaja akhir (*late adolescence*) dimulai

sekitar usia 15 tahun keatas ditandai minat terhadap karier, hubungan romantis, serta eksplorasi identitas diri.

Ditengah kompleksitas masa remaja, kecerdasan emosional menjadi salah satu elemen psikologis yang menentukan keberhasilan individu dalam menghadapi tuntutan kehidupan. Sebagaimana dikemukakan oleh Goleman (2009) kecerdasan emosional merujuk pada kemampuan memahami perasaan sendiri, kemampuan memahami perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri maupun dengan orang lain. Komponen utama kecerdasan emosional yang dijelaskan oleh Goleman meliputi kesadaran diri (*self awareness*), pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Dari kelima komponen tersebut *self awareness* atau kesadaran diri menjadi elemen yang paling utama karena tanpa kemampuan mengenali emosi dan kondisi diri sendiri, seseorang tidak akan mampu mengelola aspek-aspek emosional lainnya secara efektif.

Menurut Ramadhini, Aprilia & Lesmana (2025) kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenali dan memahami emosi, kekuatan, kelemahan, nilai-nilai, dan dorongan batin seseorang. Lebih lanjut, Sugiarto & Suhaili (dalam (Rokayah, Hodijah, & Halimah, 2025) menjelaskan bahwa *self-awareness* mengacu pada kemampuan seseorang untuk memahami emosi, pikiran, prinsip, dan bagaimana hal-hal tersebut mempengaruhi tindakan mereka. Siswa yang memiliki *self-awareness* yang optimal menunjukkan kemampuan dalam pengendalian diri, mengambil pilihan yang bijak, dan menunjukkan tanggung jawab sosial yang signifikan. Dengan kata lain, individu yang memiliki kesadaran diri yang baik mampu memahami sepenuhnya perasaan, kemampuan, keterbatasan, kebutuhan, dan motivasi dalam dirinya.

Kesadaran diri memiliki peran penting dalam kehidupan individu. Menurut Wafa (dalam Nanda & Fitriyana, 2022) kesadaran diri berperan dalam mengelola berbagai jenis emosi, sehingga membantu dalam mengembangkan hubungan sosial serta dalam mengatur diri sendiri dalam upaya memenuhi kebutuhan sehari-hari, sehingga berpotensi untuk meningkatkan kemungkinan untuk mengatasi setiap tantangan secara efektif. Selain itu, menurut Sugiarto & Suhaili (dalam (Rokayah, Hodijah, & Halimah, 2025) dengan mengembangkan kesadaran diri, individu memperoleh kemampuan untuk membuat pilihan yang sadar. Hal tersebut menjadi dimensi yang penting dalam kehidupan yang menumbuhkan kebebasan dalam pengambilan keputusan dan berperilaku, serta rasa tanggung jawab. Menurut Kurniasari, Dalimunthe & Conia (2024) kemampuan *self awareness* yang terbaik dapat diamati pada peserta didik yang mengenali kemampuan mereka melalui kelebihan dan keterbatasan mereka. Sebaliknya, peserta didik yang kurang memiliki *self awareness* beresiko lebih tinggi terlibat dalam perilaku menyimpang.

Untuk mencapai tingkat kesadaran diri yang baik, individu harus mengidentifikasi kesalahan mereka dan kemudian mengambil langkah untuk menerima pertanggungjawaban atas kesalahan tersebut. Proses pembelajaran dari pengalaman disini adalah mendorong rasa percaya diri yang sehat terhadap keterampilan diri. Kesadaran diri dapat meningkatkan pengendalian diri seseorang terhadap kehidupan mereka. Selain itu, mereka dapat mengembangkan kemampuan untuk membuat keputusan yang bijak (Nanda & Fitriyana, 2022). Sejalan dengan itu, Hafizah (2021) menyatakan bahwa tingkat kesadaran diri dikalangan remaja

memiliki perbedaan antar individu. Perbedaan ini dapat dipengaruhi oleh keadaan pertumbuhan dan perkembangan yang dialami setiap orang. Meskipun demikian, remaja masih terus berproses pada pertumbuhan dan perkembangan, sehingga memungkinkan bagi mereka untuk menjadi individu yang sadar terhadap dirinya. Remaja dengan kesadaran diri yang baik umumnya memiliki keterampilan yang kuat dalam mengelola dan menilai emosi yang berkaitan dengan perasaan (*affect*), perilaku (*behavior*), dan pemikiran (*cognition*). Menurut Galderis (dalam Aafiyah, Yuliana, Sudrajat, Arifinaza & Fadhlurrahman, 2026) mengatakan bahwa *self awareness* memungkinkan individu untuk mengidentifikasi kekuatan dan keterbatasan mereka sendiri dan berfungsi sebagai arah dalam hidup mereka. Ketika seseorang lebih mengenal dirinya sendiri, mereka dapat lebih efektif memilih tujuan hidup yang mencerminkan keyakinan dan kemampuan mereka, dan hal itu juga dapat meningkatkan koneksi sosial dan kesejahteraan mental mereka.

Secara global, kondisi kesehatan mental remaja tengah menghadapi tantangan yang semakin serius. UNICEF (2021) menyatakan bahwa setidaknya 1 dari 7 anak muda yang berusia antara 10-19 tahun di seluruh dunia menderita gangguan mental yang tidak ditangani dengan baik. Selain itu, *World Health Organization* WHO (2025) menyatakan bahwa depresi, kecemasan, serta gangguan perilaku merupakan faktor penyebab utama munculnya penyakit dan kecacatan di kalangan remaja. Kondisi tersebut diperparah dengan meningkatnya tekanan akademik, dampak penggunaan media sosial yang tidak terkendali, serta minimnya kemampuan regulasi emosi di kalangan generasi muda. Kondisi kesehatan mental di kalangan remaja di Indonesia juga sangat mengkhawatirkan. Hasil riset data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) menyatakan bahwa lebih dari 19 juta penduduk berusia di atas 15 tahun tercatat mengalami gangguan mental emosional, dan sekitar lebih dari 12 juta penduduk diantaranya mengalami depresi. Fenomena tersebut banyak dialami kalangan remaja yang belum memiliki kemampuan emosional dan kemampuan kesadaran diri yang optimal. Maka dari itu, situasi ini menjadi indikasi penting bagi bidang pendidikan untuk mengambil langkah yang lebih serius dalam mengintegrasikan pengembangan kecerdasan emosional khususnya kesadaran diri pada proses pembelajaran.

Berdasarkan temuan di lapangan, informasi mengenai *self-awareness* bagi remaja sekolah menengah pertama masih terbatas. Melihat kondisi tersebut, diperlukan upaya pemberian bimbingan mengenai pemahaman *self awareness* atau kesadaran diri bagi remaja di sekolah melalui layanan bimbingan dan konseling. Salah satu pendekatannya adalah dengan menggunakan teknik biblioterapi. Biblioterapi adalah metode yang menggunakan bacaan sebagai sarana untuk memahami diri sendiri dan mengelola emosi. Melalui keterhubungan dengan cerita, pembaca diajak melalui perjalanan wawasan emosional dan penjabaran pikiran yang mendalam. Pada tahap awal, pembaca mungkin menemukan bagian-bagian cerita yang mencerminkan pengalaman kehidupan pribadi mereka. Proses ini memberikan ruang yang lebih mendalam untuk merefleksikan, sekaligus mendorong jalan yang strategis untuk mengelola diri menjadi lebih adaptif (Fadhilah & Qorny, 2025). Oleh karena itu, menurut Rokayah, Hodijah & Halimah (2025) menjelaskan bahwa pentingnya *self awareness* sebagai dasar dalam pengembangan karakter, khususnya ketika menghadapi tantangan sosial dan moral di kalangan remaja saat ini.

Bibliotherapy merupakan salah satu pendekatan yang khas dan efektif dalam bidang kesehatan mental dan pemahaman diri. Dalam praktiknya, biblioterapi mengombinasikan dua unsur mungkin tampak tidak biasa, yaitu buku dan proses terapi. Namun, dibalik konsep yang sederhana ini, terdapat potensi besar untuk membantu individu dalam menghadapi tantangan emosional, psikologis, bahkan fisik yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Ketika individu yang teridentifikasi mengalami gangguan emosional, mereka dapat diberikan buku dengan konten yang sesuai terhadap permasalahan yang sedang dihadapi (Shofiah, 2024). Menurut Jack & Ronan (dalam Setiowati, 2011) biblioterapi muncul dari gagasan bahwa membaca dapat mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang. Dapat dikatakan bahwa bahan bacaan akan membentuk sudut pandang, pola pikir, dan respon seseorang terhadap berbagai situasi. Oleh karena itu, melalui proses membaca dan merefleksikan isi cerita, individu diajak untuk bercermin pada pengalaman tokoh dan menghubungkannya dengan kehidupannya sendiri.

Peneliti telah melaksanakan studi pendahuluan melalui wawancara dengan wakasek kesiswaan dan sarana dan prasarana di SMPN 1 Saketi. Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat beberapa sejumlah siswa yang terlihat memiliki kesadaran diri yang rendah. Terlihat dalam mengenali kekuatan dan kelemahan diri siswa dikatakan belum sepenuhnya maksimal. Selain itu, terlihat bahwa siswa dengan kesadaran diri berpengaruh terhadap motivasi belajarnya. Siswa dengan kesadaran diri rendah mereka cenderung kurang bersemangat, hal ini juga dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti penggunaan media sosial, pergaulan yang luas, serta kurangnya pengawasan di rumah yang berdampak dalam kesadaran diri siswa. Berdasarkan latar belakang yang diperoleh, diketahui bahwa di SMP Negeri 1 Saketi belum tersedia media yang dapat mendukung terlaksananya layanan bimbingan dan konseling, serta saat ini belum tersedia alokasi layanan bimbingan dan konseling di kelas. Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian sekaligus mengembangkan media layanan berupa buku cerita pendek dengan penelitian yang berjudul “Pengembangan buku cerita pendek sebagai media biblioterapi untuk meningkatkan *self awareness* siswa”. Pengembangan buku ini dirancang untuk membantu mengembangkan *self awareness* siswa.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian dan pengembangan dapat didefinisikan sebagai cara ilmiah untuk meneliti, merancang, memproduksi, dan menguji validitas produk yang telah dihasilkan (Sugiyono, 2022). Pada penelitian ini termasuk dalam penelitian pengembangan atau *research and development* (R&D). Metode R&D dapat juga diartikan sebagai proses pengkajian sistematis terhadap desain, pengembangan, serta evaluasi program, evaluasi proses, dan evaluasi produk pembelajaran. Produk harus memenuhi standar validitas, kepraktisan, dan efektivitas (Risal, Hakim, & Abdullah, 2022). Menurut Brog and Gall (Sugiyono, 2022) menjelaskan bahwa penelitian dan pengembangan dipahami sebagai suatu metode dan proses yang bertujuan untuk memvalidasi dan mengembangkan produk.

Desain *Research dan Development* yang digunakan dalam penelitian ini adalah model ADDIE yang dikembangkan oleh Robert Maribe Branch pada tahun 2009. Model ADDIE terdiri dari lima tahapan yaitu analisis, desain,

pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan *purposive sampling*, karena mengacu pada kriteria penelitian, yaitu siswa kelas VII SMP Negeri 1 Saketi yang memiliki kategori tingkat *self awareness* rendah pada hasil pre-test instrumen *self awareness*.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini mencakup penyebaran angket, wawancara dan tinjauan pustaka. Menurut Hikmawati (2020) angket digunakan sebagai teknik pengumpulan data dengan cara menyajikan daftar pertanyaan secara tertulis kepada responden untuk memperoleh jawaban. Angket diberikan untuk mengukur tingkat kesadaran diri (*self awareness*) sebelum dan sesudah penggunaan produk. Sedangkan, angket yang diberikan kepada para ahli sebagai instrument validasi untuk menilai kelayakan produk berdasarkan indikator yang telah ditetapkan sebelumnya. Kedua jenis angket ini disusun menggunakan skala likert dengan menghapus pilihan jawaban tengah, karena berpotensi dipilih responden dengan ragu-ragu. Sedangkan, angket yang diberikan kepada para ahli digunakan sebagai instrumen validasi untuk menilai kelayakan produk berdasarkan indikator yang telah ditetapkan sebelumnya. Pilihan jawaban instrumen menggunakan skala likert dengan 4 skor pilihan jawaban, yaitu skor 4 sangat setuju, skor 3 setuju, skor 2 tidak setuju dan, skor 1 sangat tidak setuju.

Menurut Hamzah (2019) analisis data merupakan tahapan yang paling penting dalam penelitian karena berdasarkan analisis data, peneliti dapat mengolah data mentah menjadi temuan penelitian yang sesuai dengan prinsip-prinsip ilmiah. Untuk mengetahui penilaian validasi ahli terdapat beberapa alternatif yang dapat dijadikan pilihan pada setiap jawaban instrumen, dikategorikan empat skor penilaian yaitu skor 4 (sangat sesuai), 3 (sesuai), 2 (tidak sesuai), dan skor 1 (sangat tidak sesuai). Selanjutnya, menentukan kategori kelayakan produk mengacu pada kriteria uji kelayakan produk yang dikembangkan oleh Slamet (2022), yaitu : pada interval 81-100% (sangat layak), 61-80% (layak), 41-60 (Sedang), 21-40 (Rendah) dan 1-20 (sangat tidak layak).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah awal yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu dengan melakukan analisis kebutuhan dengan melakukan wawancara serta menyebarkan angket yang telah disusun berdasarkan teori Daniel Goleman. Hasil data yang diperoleh menunjukkan gambaran *self awareness* siswa kelas VII di SMPN 1 Saketi, sebagai berikut:

Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
Tinggi	30	19%
Sedang	106	68%
Rendah	21	13%

Berdasarkan hasil analisis data tersebut memberikan gambaran bahwa tingkat kesadaran diri siswa berada menunjukkan variasi yang cukup signifikan. Sebanyak 21 siswa dengan persentase 13% berada pada kategori rendah mengindikasikan adanya siswa yang membutuhkan perhatian khusus dalam pengembangan kesadaran diri. Sedangkan mayoritas 106 siswa dengan persentase 68% berada

kategori sedang yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kesadaran diri yang cukup. Selain itu, 30 siswa dengan persentase 19% pada kategori tinggi menandakan bahwa sebagian siswa memiliki kemampuan kesadaran diri yang baik. Oleh karena itu, peneliti terdorong mengembangkan produk yang berupa media cerita pendek yang dirancang sebagai sarana inovatif untuk meningkatkan *self awareness* siswa.

Media cerita pendek yang dikembangkan menggunakan pendekatan model ADDIE yang mencakup lima tahapan yaitu: analisis, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Pengembangan media ini melalui uji kelayakan produk yang dilakukan bersama ahli yang bertujuan untuk menentukan tingkat kelayakan produk sebelum diimplementasikan kepada subjek. Validasi uji kelayakan dilakukan oleh ahli media dan materi, bahasa, serta praktisi. Hasil penilaian validasi uji kelayakan oleh ahli media dan materi memperoleh skor penilaian sebagai berikut:

Aspek Penilaian	Skor Penilaian	Kategori
Media dan Materi	75%	Layak
Bahasa	88,88%	Sangat Layak
Praktisi	89,58%	Sangat Layak
Total Skor	84%	Sangat Layak

Berdasarkan tabel kelayakan uji validasi ahli, dapat disimpulkan bahwa produk yang dikembangkan termasuk dalam kategori “sangat layak” berdasarkan kriteria yang ditetapkan oleh Slamet (2022). sehingga produk yang dikembangkan layak digunakan. Selain itu, para ahli juga memberikan sejumlah komentar dan saran yang berguna sebagai bahan evaluasi bagi peneliti dalam melakukan revisi dan perbaikan.

Selanjutnya, produk yang telah melalui tahap uji kelayakan dilakukan uji coba secara terbatas kepada 8 peserta didik yang termasuk dalam kategori sampel penelitian. Uji coba terbatas dilakukan untuk melihat perbandingan dari skor *pretest* dan *post-test* yang diperoleh siswa. Serta uji coba terbatas dilihat pada angket respon siswa terhadap kelayakan produk. Angket tersebut digunakan untuk mengetahui sejauh mana siswa menilai buku cerita pendek yang dikembangkan layak digunakan sebagai media pembelajaran dan konseling.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan pada siswa kelas VII di SMPN 1 Saketi menunjukkan bahwa sebagian siswa berada dalam tingkat *self awareness* (kesadaran diri) yang rendah. Adapun hasil persentase berada dalam kategori rendah sebesar 13%, kategori sedang 68%, dan kategori tinggi 19%. Sehingga diperlukan adanya pemberian layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kesadaran diri siswa. Peneliti terdorong untuk mengembangkan media berupa buku cerita pendek sebagai sarana penunjang untuk menumbuhkan kesadaran diri siswa.

Proses pengembangan media buku cerita pendek menggunakan model ADDIE yang melalui lima tahapan mulai dari *analysis*, *design*, *development*, *implementation*, dan *evaluate*. Pembuatan buku cerita pendek melewati proses validasi oleh ketiga orang ahli pada bidang yang berbeda, yaitu ahli media dan materi, ahli bahasa, serta ahli praktisi. Penilaian validasi ahli memperoleh hasil rata-rata keseluruhan sebesar 84% hingga hasil tersebut menempatkan produk yang dikembangkan pada kategori “sangat layak” untuk digunakan. Setelah melalui tahap kelayakan ahli, kemudian buku cerita pendek diuji coba terbatas. Hasil uji coba terbatas menggunakan perhitungan *gain* dengan persentase peningkatan sebesar 28,83% serta hasil yang diperoleh berdasarkan respon siswa memperoleh rata-rata skor dengan persentase kelayakan sekitar 83% pada kategori sangat layak. Berdasarkan hasil data yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa media buku cerita pendek yang dikembangkan dikatakan layak digunakan sebagai upaya dalam layanan bimbingan dan konseling pada siswa kelas VII SMPN 1 Saketi.

REFERENSI

- Aafiyah, S. A., Yuliana, L., Sudrajat, F. W., Arifianza, A. R., & Fadhlurrahman, M. R. (2026). Pelatihan Self Awareness Bagi Remaja. *Subserve: Community Service and Empowerment Journal*, 4(1), 26-30.
- Ahyar, J. (2019). *Apa Itu Sastra: Jenis-Jenis Karya Sastra dan Bagaimanakah Cara Menulis dan Mengapresiasi Sastra*. Yogyakarta: Deepublish.
- Al-Faruq, M. S., & Sukatin. (2020). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: CV. Budi Utama.
- Cahyaningsih, D. S. (2021). *Pertumbuhan Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Trans Info Media.
- Fadhilah, L., & Qorny, W. A. (2025). *Biblioterapi*. Jakarta: PT Bukuloka Literasi Bangsa.
- Fatimah, A. N., & Azzahra, S. E. (2024). Meningkatkan Self-Awareness Siswa SMP Melalui Bimbingan Konseling Islami dengan Metode Client-Centred. *Jurnal Pendidikan Berkarakter*, 2(1), 254-261.
- Goleman, D. (1999). *Emotional Intelligence, Mengapa EI lebih penting daripada IQ terj Hermaya*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Hafizah, R. (2021). Profi; Self-Awareness Remaja. *Journal of Education and Counseling*, 2(1), 158-166.
- Hamzah, A. (2019). *METODE PENELITIAN & PENGEMBANGAN (Research & Development) Uji Produk Kuantitatif dan Kualitatif Proses dan Hasil Dilengkapi Contoh Proposal Pengembangan Desain Uji Kualitatif dan Kuantitatif*. Malang: Literasi Nusantara.
- Hikmawati, F. (2020). *Metodologi Penelitian*. Depok: PT RajaGrafindo Persada.
- Jeconiah, J., Oktavia, V., Wasuki, & Manurung, Y. S. (2021). Hubungan Religiusitas dengan Self-Awareness SMA Bodhicitta Buddhis School Medan. *Journal of Research in Business, Economic, and Education*, 3(1), 1522-1529.
- Khasanah, M. F. (2022). Pengaruh Layanan Bimbingan Klasikal Terhadap Peningkatan Socia Needs dan Esteem Needs dengan Teman Sebaya. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(6), 9394-9403.
- Kokasih, E. (2008). *Apresiasi Sastra Indonesia*. Jakarta: Nobel Edumedia.

- Kurniasari, R., Dalimunthe, R. Z., & Dia Conia, P. D. (2024). Pengembangan Modul Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Self Awareness Siswa. *Journal on Education*, 6(4), 20894-20906.
- Nanda, D., & Fitriyana, R. (2022). Regulasi Emosi dan Kesadaran Diri Pada Masyarakat dalam Menanggapi Bantuan Sosial di Kelurahan Bekasi Jaya. *Jurnal Social Philantropic*, 1(2), 1-8.
- Nuryatin, A., & Irawati, P. R. (2016). *Pembelajaran Menulis Cerpen*. Semarang: Penerbit Cipta Prima Nusantara.
- Octavia, S. A. (2020). *Motivasi Belajar dalam Perkembangan Remaja*. Yogyakarta: Deepublish.
- Pranitasari, D., Afifah, N., Prastuti, D., Hermastuti, P., Syamsur, G., & Suryono, D. W. (2023). Self Control, Self Awareness dan Kejenuhan Belajar Pada Perilaku Cyberloafing Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring. *Media Manajemen Jasa*, 11(1), 56-68.
- Purnomo, H., Agustin, E. A., Priliana, W. K., Robert, D., Citrawati, N. K., Yanti, R. D., . . . Mangun, M. (2024). *Psikologi Remaja dan Permasalahannya*. Cilacap: PT Media Pustaka Indo.
- Qowimah, S. N., Almahira, K. J., Rahma, D. A., Satrio, A. B., Nuzul, H. M., Puteri, S. Y., . . . Andyarini, E. N. (2021). Hubungan Self Confidence dan Self Awareness dengan Komunikasi Efektif pada Mahasiswa Relationship between Self Confidence and Self Awareness with Effective Communication in Students. *Indonesian Pyschological Research*, 3(2), 109120.
- Ramadhini, N., Aprilia, N., & Lesmana, G. (2025). Meningkatkan Kesadaran Diri dan Kecerdasan Emosional Konselor BK: Strategi Pengembangan Pribadi yang Efektif . *Counselia: Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 6(1), 255-260.
- Risal, Z., Hakim, R., & Abdullah, A. R. (2022). *Metode Penelitian dan Pengembangan Research and Development (R&D) Konsep, Tori-teori, dan Desain Penelitian*. Malang: Literasi Nusantara Abadi.
- Rokayah, Y. S., Hodijah, S., & Halimah, L. (2025). Pengaruh Self Awareness Terhadap Perkembangan Karakter Siswa Kelas X MA Cikande Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Binagogik*, 12 (2), 171-177.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence Edisi Keenam: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sembiring, T. B., Irmawati, Sabir, M., & Tjahyadi, I. (2024). *Buku Ajar Metodologi Penelitian (Teori dan Praktik)*. Karawang: Saba Jaya.
- Setiowati, E. A. (2011). Mengembangkan Keterampilan Sosial dan Mengelola Emosi Bagi Anak melalui Biblioterapi. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi (SEMPSI)*, 19-27.
- Shofiah, V. (2024). *Pengembangan Kecerdasan Emosional*. Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Group.
- Slamet, F. A. (2022). *Model Penelitian Pengembangan (R n D)*. Malang: Institut Agama Islam Sunan Kalijogo Malang.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian & Pengembangan Research and Development*. Bandung: Alfabeta.

- Sulaiman, H., Purnama, S., Holilluloh, A., Hidayati, L., & Saleh, H. N. (2020). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja Pengasuhan Anak Lintas Budaya*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sulhan, N. A., Ardaniah, N. H., Nasrullah, & Rahmadi, M. S. (2024). Periodisasi Perkembangan Anak Pada Masa Remaja: Tinjauan Psikologi. *Behavior: Jurnal Pendidikan Bimbingan dan Psikologi*, 1(1), 9-36.
- Suzanna, E., Aqila, N., Mauliza, R., Nurisyahadah, A., & Maghfirah, R. (2024). Membangun Self Awareness Remaja dan Mengurangi Konflik Antar Teman Sebaya di Dayah Darul Falah. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS*, 2(5), 1689-1696.
- Tarsinih, E. (2018). Kajian Terhadap Nilai-nilai Sosial dalam Kumpulan Cerpen "Rumah Malam di Mata Ibu" Karya Alex R. Nainggolan Sebagai Alternatif Bahan Ajar. *Bhatera Indonesia: Jurnal Penelitian Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 3(2), 70-81.
- Z, S. (2009). *Treating Child and Adolescent Aggression Through Bibliotherapy*. New York: Springer Science .