



EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF TALK UNTUK MENINGKATKAN KESADARAN MORAL SISWA KELAS X SMA NEGERI 2 BAUBAU

Muhammad Nur Ahwan Zakir, Rosmawati Taherong

Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Buton, Baubau

Email: ahwanzakir02@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kesadaran moral siswa, mengetahui pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*, serta menguji peningkatan kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau melalui bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-eksperimental*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 41 siswa, diambil sampel sebanyak 10 siswa dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala *likert*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kesadaran moral siswa secara umum dari kategori sedang dengan persentase (54%) menjadi kategori tinggi dengan persentase (90%). Hasil analisis uji tes statistik uji *Wilcoxon* pada hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar $0,005 < 0,05$ atau ($p < 0,05$). Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu terdapat peningkatan signifikan dari nilai *pretest* kategori sedang dengan persentase (100%) meningkat menjadi kategori tinggi dengan persentase (90%), yang mengindikasikan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* efektif dalam meningkatkan kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Kesadaran Moral, *Self talk*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang berada pada masa transisi penting dalam perkembangan psikososial, moral, dan intelektual. Namun, kenyataan saat ini menunjukkan bahwa banyak remaja mengalami penurunan dalam hal kesadaran moral yang ditandai oleh meningkatnya perilaku menyimpang, seperti tawuran antar pelajar, perilaku tidak sopan terhadap guru, serta tindakan perundungan (*bullying*) di lingkungan sekolah. Fenomena ini menunjukkan adanya krisis moral yang cukup serius, sehingga memerlukan penanganan segera dari berbagai pihak, terutama lembaga pendidikan dan keluarga. Seperti diibaratkan oleh Hudi dkk. (2024), situasi ini layaknya kapal tanpa nahkoda di tengah lautan, mencerminkan kondisi remaja yang kehilangan arah dalam membedakan nilai baik dan buruk.

Kesadaran moral merupakan suatu kemampuan individu untuk memahami, membedakan, dan bertindak sesuai dengan prinsip benar dan salah berdasarkan norma sosial, hukum, agama, dan etika Widjaja dalam (Bakhtiar dkk., 2021). Kesadaran moral juga mencerminkan kematangan berpikir dan perasaan seseorang dalam mengambil keputusan moral secara mandiri tanpa paksaan. Dalam konteks ini, remaja yang memiliki kesadaran moral yang tinggi akan cenderung bertanggung jawab terhadap tindakan mereka,

memiliki empati, dan mampu hidup harmonis dalam masyarakat. Sebaliknya, rendahnya kesadaran moral pada remaja dapat berdampak negatif terhadap perkembangan karakter dan hubungan sosial di masa depan (Hasanah, 2020). Berdasarkan data dari Reckitt Benckiser Indonesia (dalam situs Mansajul Ulum), ditemukan bahwa 33% remaja di lima kota besar pernah melakukan hubungan seksual pranikah, dengan 58% di antaranya berada pada rentang usia 18-20 tahun. Selain itu, terdapat 3,9% atau sekitar 1,1 juta remaja yang menjadi korban narkoba. Di DKI Jakarta, laporan dari Pusat Pengendalian Gangguan Sosial mencatat bahwa 0,08% dari total 1,6 juta siswa terlibat dalam tawuran yang menyebabkan korban jiwa. Tidak hanya itu, KPAI (2024) juga menerima 141 laporan kekerasan terhadap anak, dan 35% di antaranya terjadi di lingkungan sekolah. Kasus perundungan di SMA Binus School Serpong menjadi contoh nyata bagaimana lemahnya kesadaran moral di kalangan pelajar, bahkan sampai menimbulkan proses hukum terhadap beberapa siswa.

Permasalahan serupa juga ditemukan di SMA Negeri 2 Baubau, berdasarkan hasil observasi dan wawancara peneliti dengan guru BK. Teridentifikasi bahwa masih banyak siswa yang menunjukkan perilaku tidak sesuai dengan norma, seperti berkata kasar kepada teman, bermain handphone saat proses

pembelajaran, memanggil teman dengan nama orang tua, serta sering terlambat masuk kelas. Meskipun layanan informasi tentang etika telah diberikan oleh guru BK, hasilnya belum cukup signifikan dalam mengubah perilaku siswa. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan akan pendekatan intervensi yang lebih mendalam, terstruktur, dan melibatkan proses internalisasi nilai moral dalam diri siswa.

Salah satu pendekatan yang dapat diterapkan adalah bimbingan kelompok, yang dinilai efektif dalam menangani masalah umum yang dihadapi siswa secara kolektif. Menurut Syamsu Yusuf (dalam Dewi Astuti, 2019), bimbingan kelompok memberikan kesempatan bagi siswa untuk saling berbagi pengalaman, merefleksikan diri, dan mendapatkan dukungan dari anggota kelompok lainnya. Dalam konteks pengembangan kesadaran moral, bimbingan kelompok dapat menjadi sarana untuk membangun pemahaman, tanggung jawab, dan empati siswa melalui interaksi yang positif dan terarah. Untuk meningkatkan efektivitas layanan ini, teknik *self talk* dapat digunakan sebagai metode reflektif yang mendorong siswa melakukan dialog internal secara positif.

Self talk adalah proses komunikasi internal dalam diri seseorang yang dapat memengaruhi pikiran, sikap, dan perilaku secara konstruktif. Teknik ini melatih siswa untuk menyadari pikiran negatif dan menggantinya dengan afirmasi positif, sehingga dapat membangun citra diri dan pengambilan keputusan yang lebih etis (Aslami dkk., 2021). Dalam konteks bimbingan kelompok, teknik *self talk* tidak hanya berfungsi sebagai alat refleksi diri, tetapi juga sebagai instrumen penguatan nilai-nilai moral dan kontrol diri. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Danang Susryanto menunjukkan bahwa penggunaan teknik ini dalam bimbingan kelompok mampu meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa secara signifikan, dengan nilai signifikansi 0,001 ($< 0,05$), yang menandakan efektivitas pendekatan tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab tiga rumusan masalah utama, yaitu: (1) Bagaimana gambaran awal kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau? (2) Bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau? dan (3) Seberapa efektifkah bimbingan kelompok menggunakan teknik *self talk* dalam meningkatkan kesadaran moral siswa?

Tujuan dari penelitian ini secara khusus adalah untuk: (1) Mengetahui gambaran umum kesadaran moral siswa kelas X di SMA Negeri 2 Baubau; (2) Mendeskripsikan pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* dalam meningkatkan kesadaran moral siswa; dan (3) Menguji efektivitas intervensi layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self talk* dalam meningkatkan kesadaran moral siswa di lingkungan pendidikan formal.

Kebaruan (novelty) dari penelitian ini terletak pada integrasi teknik *self talk* ke dalam layanan bimbingan kelompok dalam upaya peningkatan kesadaran moral siswa. Selama ini, teknik *self talk* lebih banyak diterapkan untuk mengatasi masalah pribadi seperti kecemasan atau komunikasi. Namun, studi ini memberikan pendekatan baru dengan mengarahkan teknik tersebut pada pembentukan karakter dan

internalisasi nilai moral di kalangan remaja. Selain itu, konteks penelitian di SMA Negeri 2 Baubau menambah kontribusi orisinal terhadap literatur yang masih terbatas dalam mengkaji penerapan *self talk* untuk pendidikan karakter di wilayah non-metropolitan Indonesia.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi teoritik terhadap pengembangan model bimbingan kelompok berbasis *self talk*, tetapi juga menjadi dasar empirik bagi sekolah dan konselor untuk merancang program intervensi moral yang lebih efektif, aplikatif, dan kontekstual sesuai kebutuhan siswa di lapangan.

METODE

Pendekatan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan model *pre-eksperimental one group pretest - posttest design* yang mengkaji keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* untuk meningkatkan kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau.

Tabel 1. Desain Penelitian *One Group Pretest-Posttest*

Pre test	Perlakuan	Post test
O1	X1	O2

Penelitian dilakukan di SMA Negeri 2 Baubau, Kecamatan Murhum, Kota Baubau. Waktu penelitian dilaksanakan pada 14 April 2025 sampai 14 Mei 2025.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau yang terdiri dari dua kelas, yaitu X.1 sebanyak 20 siswa dan X.2 sebanyak 21 siswa, dengan total 41 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Sampel ditetapkan sebanyak 10 siswa dari kedua kelas berdasarkan hasil pengisian skala kesadaran moral. Hasil skala menunjukkan bahwa 22 siswa memiliki tingkat kesadaran moral yang sedang dan membutuhkan penguatan. Dari jumlah tersebut, dipilih 10 siswa yang paling memenuhi kriteria untuk dijadikan sampel dalam penelitian ini.

Instrumen yang digunakan adalah skala Likert. Skala dalam penelitian ini menggunakan validitas isi (*content validity*), yaitu item dalam skala mencerminkan ciri atribut yang hendak diukur. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik kuantitatif dengan uji *non-parametrik Wilcoxon Signed Rank Test*. Uji ini digunakan untuk menguji signifikansi hipotesis komparatif dua sampel berpasangan dengan data berskala ordinal, guna mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* dalam meningkatkan kesadaran moral siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Gambaran kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau diperoleh dari data yang diambil peneliti melalui hasil pengisian instrumen *pretest*, berikut gambaran kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau:

Tabel 2 Gambaran Umum kesadaran Moral Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Baubau

Kategori	Kriteria	F	(%)
Tinggi	$153 \leq X$	19	46%
Sedang	$102 \leq X < 153$	22	54%
Rendah	$X < 102$	0	0%
Jumlah		41	100%

Profil kesadaran moral siswa kelas X.1 dan X.2 SMA Negeri 2 Baubau terbagi dalam tiga kategori: tinggi (46%, 19 siswa), sedang (54%, 22 siswa), dan rendah (0%). Mayoritas siswa berada pada kategori sedang, menunjukkan perlunya pematangan lebih lanjut. Penelitian ini berfokus pada 22 siswa dalam kategori sedang, dengan tujuan meningkatkan kesadaran moral mereka melalui bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*. Berdasarkan hasil *pretest* di atas peneliti hanya mengambil 10 siswa sebagai sampel dalam penelitian ini karena berdasarkan teori POP BK SMA bahwa anggota bimbingan kelompok beranggotakan 2 samapai 10 orang, sehingga peneliti mengambil 10 orang untuk dijadikan sampel yang berada pada kategori sedang yang perlu ditingkatkan.

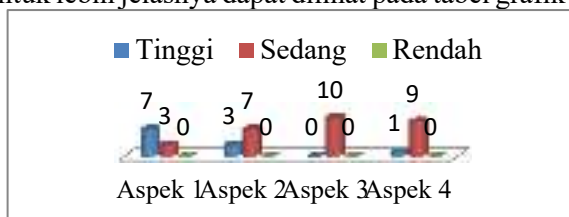
Hasil *pretest* kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau diperoleh pula dengan mengelolah hasil skala kesadaran moral. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3 Hasil *Pretest* Kesadaran Moral Siswa Kelas X SMA Negeri 2

Kategori	Kriteria	F	(%)
Tinggi	$153 \leq X$	0	0%
Sedang	$102 \leq X < 153$	10	100%
Rendah	$X < 102$	0	0%
Jumlah		10	100%

Tabel diatas menunjukan bahwa pada hasil *posttest* dengan kategori tinggi 0 siswa dengan persentasi(0%), kategori sedang terdiri dari 10 siswa dengan presentase (100%) dan kategori rendah terdiri 0 siswa dengan persentasi (0%). Sehingga pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* perlu diberikan untuk meningkatkan kesadaran moral siswa di SMA Negeri 2 Baubau.

Hasil *pretest* kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau berdasarkan aspek diperoleh pula dengan mengelolah hasil skala kesadaran moral. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel grafik ini:

Grafik 1. Hasil *Pretest* Berdasarkan Aspek Kesadaran Moral Sebelum Di Berikan Intervensi

Sebelum intervensi, mayoritas siswa berada dalam kategori sedang pada semua aspek: keagamaan (30%), hukum (70%), kesopanan (100%) dan kesusilaan (90%). Sementara itu kategori tinggi pada keagamaan (70%), hukum (30%) dan Kesusilaan (10%). Hal ini menunjukkan perlunya pemahaman lebih lanjut sebelum intervensi.

Penelitian ini menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* untuk meningkatkan kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau, adapun pelaksanaannya mengikuti tahapan dari bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. Tahapan Pelaksanaan Penelitian

Pertemuan	Kegiatan
Pertemuan 1	<i>Pretest</i>
Pertemuan 2	Pemberian <i>Treatment</i> Bimbingan kelompok dengan teknik <i>self talk</i> (Topik “Membangun keataan terhadap norma kesopanan”)
Pertemuan 3	Pemberian <i>Treatment</i> Bimbingan kelompok dengan teknik <i>self talk</i> (Topik “Membangun keataan terhadap norma kesusilaan”)
Pertemuan 4	Pemberian <i>Treatment</i> Bimbingan kelompok dengan teknik <i>self talk</i> (Topik “Ketaatan terhadap norma hukum di sekolah”)
Pertemuan 5	Pemberian <i>Treatment</i> Bimbingan kelompok dengan teknik <i>self talk</i> (Topik “Menginternalisasi norma keagamaan dalam kehidupan”)
Pertemuan 6	<i>Posttest</i>

Untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* untuk meningkatkan kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau peneliti melakukan *posttest*. Berikut hasilnya:

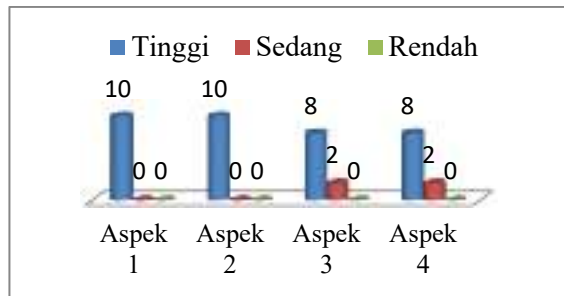
Tabel 5. Hasil *Posttest* Kesadaran Moral Siswa Kelas X SMA Negeri 2

Kategori	Kriteria	F	(%)
Tinggi	$153 \leq X$	9	90%
Sedang	$102 \leq X < 153$	1	10%
Rendah	$X < 102$	0	0%
Jumlah		10	100%

Tabel diatas menunjukan bahwa pada hasil *posttest* dengan kategori tinggi 9 siswa dengan persentasi(90%), kategori sedang terdiri dari 1 siswa dengan presentase (10%) dan kategori rendah terdiri 0 siswa dengan persentasi (0%). Sehingga dapat

disimpulkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* efektif meningkatkan kesadaran moral siswa di SMA Negeri 2 Baubau.

Hasil *posttest* kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau berdasarkan aspek diperoleh pula dengan mengelolah hasil skala kesadaran moral. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel grafik ini:



Grafik 2. Hasil *Posttest* Berdasarkan Aspek kesadaran moral Setelah Di Berikan Intervensi

Hasil *posttest* menunjukkan peningkatan signifikan pada setiap aspek. Pada keagamaan dan hukum, 100% siswa masuk kategori tinggi.. Pada kesopanan dan kesusilaan, 80% berada di kategori tinggi, dan 20% di kategori sedang, tanpa ada siswa dalam kategori rendah.

Hasil *pretest* pada 10 responden dengan nilai rata - rata skor adalah 138, sedangkan pada *posttest* nilai rata - rata skor 177. Hal ini menunjukkan terjadi peningkatan kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau setelah pemberian *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*.

Diketahui bahwa Hasil analisis uji *Test* statistik uji *Wilcoxon* pada hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan nilai *Asymp. Sig(2-tailed)* sebesar $0.005 < 0.05$ atau ($p < 0.05$), Berikut hasil tes statistic *pretest* dan *posttest* Uji *Wilcoxon signed-ranks*:

Tabel 6. *Test Statistics* Uji *Wilcoxon*

<i>Posttest - Pretest</i>	
<i>Z</i>	-2.803 ^b
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	.005

Data diatas menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* efektif untuk meningkatkan kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau.

Pembahasan

Penelitian ini diawali dengan pemberian *pretest* kepada peserta untuk mengukur tingkat awal kesadaran moral siswa sebelum intervensi dilakukan. *Pretest* ini dilakukan melalui instrumen angket yang telah divalidasi, mencakup aspek norma kesopanan, norma kesusilaan, norma hukum, dan norma keagamaan. Selanjutnya, dilakukan *treatment*

berupa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self talk* yang dirancang dalam empat sesi pertemuan. Setiap sesi difokuskan pada penguatan aspek-aspek moral dengan melibatkan kegiatan reflektif, diskusi kelompok, dan latihan afirmasi positif yang bertujuan menumbuhkan kesadaran diri dan pengendalian perilaku melalui dialog internal. Pelaksanaan *treatment* dilakukan secara sistematis dan berkesinambungan agar siswa mampu menginternalisasi nilai-nilai moral yang relevan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga terjadi peningkatan signifikan pada hasil *posttest* yang akan dibandingkan dengan hasil *pretest*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kesadaran moral siswa kelas X di SMA Negeri 2 Baubau. Hal ini dibuktikan melalui analisis statistik menggunakan uji *Wilcoxon*, yang menghasilkan nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* sebesar $0,005 (< 0,05)$, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* siswa sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Temuan ini memperkuat bahwa bimbingan kelompok dengan pendekatan teknik *self talk* efektif dalam menumbuhkan pemahaman siswa tentang perilaku yang sesuai dengan norma moral, serta mendorong perubahan sikap ke arah yang lebih positif.

Peningkatan kesadaran moral ini terlihat dari empat aspek utama, yaitu **ketaatan terhadap norma keagamaan, norma hukum, norma kesopanan, dan norma kesusilaan**. Pada aspek **ketaatan terhadap norma keagamaan**, siswa menunjukkan peningkatan yang terjadi dari persentase (70%) menjadi (100%) dalam menjalankan ibadah, menghormati agama orang lain, dan menjadikan nilai-nilai keagamaan sebagai pedoman dalam bersikap. Hal ini sejalan dengan pendapat Mulyasa (2021), yang menyebutkan bahwa pembentukan karakter spiritual dapat dikembangkan melalui internalisasi nilai-nilai religius yang dilandasi refleksi diri dan pembiasaan.

Selanjutnya, aspek **ketaatan terhadap norma hukum** mengalami peningkatan dari persentase (30%) menjadi (100%) yang ditandai dengan semakin patuhnya siswa terhadap aturan sekolah, seperti tidak terlambat masuk kelas, tidak membawa barang terlarang, dan menghargai proses belajar mengajar. Temuan ini diperkuat oleh hasil penelitian dari Yuniarti dan Wahyudi (2023), bahwa *internalisasi norma hukum pada siswa dapat diperkuat melalui pendekatan konseling berbasis kognitif reflektif*, di mana siswa dilatih untuk berpikir dan mengevaluasi konsekuensi dari setiap tindakan mereka.

Pada aspek **norma kesopanan**, terjadi peningkatan signifikan dari persentase (100%) dalam kategori sedang menjadi (80%) dalam kategori tinggi pada perilaku sopan siswa terhadap

guru dan teman sebaya. Siswa mulai menunjukkan perubahan dalam cara berbicara, bersikap, dan berinteraksi dengan lebih hormat dan santun. Ini mendukung teori yang dikemukakan oleh Hamid (2022), bahwa *kesopanan dalam diri siswa terbentuk melalui kebiasaan berperilaku baik dan penguatan dari lingkungan sosial, termasuk dalam setting bimbingan kelompok* yang menekankan interaksi positif..

Sementara itu, dalam aspek **ketaatan terhadap norma kesusilaan terjadi juga peningkatan dari persentase (10%) menjadi (80%) dalam kategori tinggi**, siswa menunjukkan penurunan perilaku menyimpang seperti berkata kasar, saling mengejek, atau bertindak tidak jujur. Mereka mulai memahami pentingnya menjaga integritas, empati, dan etika dalam berperilaku sehari-hari. Ini selaras dengan pernyataan Nurhalimah dan Gunawan (2022), bahwa *kesadaran kesusilaan merupakan hasil dari proses refleksi moral yang dilakukan secara konsisten dan terarah, dan dapat ditumbuhkan melalui teknik seperti self talk yang bersifat introspektif*.

Secara umum, teknik *self talk* dalam bimbingan kelompok berperan penting dalam membantu siswa merefleksikan nilai-nilai yang telah mereka anut namun belum terinternalisasi secara utuh. Melalui dialog internal, siswa mampu menilai kembali perilaku yang telah dilakukan dan mengarahkan diri pada tindakan yang sesuai dengan nilai moral. Seperti dijelaskan oleh Aslami dkk. (2021), *self talk* mampu memunculkan kesadaran diri (*self-awareness*) yang menjadi fondasi dari perubahan sikap dan perilaku secara positif.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat temuan sebelumnya dan memberikan kontribusi empiris baru, khususnya dalam konteks pembentukan karakter siswa di tingkat SMA melalui intervensi bimbingan kelompok yang mengintegrasikan teknik *self talk*. Ini juga menunjukkan bahwa penguatan nilai moral tidak hanya dapat dicapai melalui ceramah atau informasi satu arah, tetapi juga melalui pendekatan partisipatif dan reflektif yang melibatkan siswa secara aktif dalam proses pengembangan dirinya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dalam penelitian ini, maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran awal kesadaran moral siswa yang dilihat dari hasil *pretest* menunjukkan bahwa kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau sebagian besar berada pada kategori sedang, dengan rincian 22 siswa (54%) berada dalam kategori sedang, 19 siswa (46%) dalam kategori tinggi, dan tidak ada siswa dalam kategori rendah (0%).

2. Bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* di kelas X SMA Negeri 2 Baubau melibatkan 10 siswa. Pelaksanaan treatment dilakukan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* selama empat sesi pertemuan yang dirancang secara sistematis untuk meningkatkan kesadaran moral siswa. Setiap sesi difokuskan pada satu aspek moral, yaitu norma kesopanan, norma kesusilaan, norma hukum di sekolah, dan norma keagamaan. Kegiatan dimulai dengan pembukaan, kontrak belajar, dan penjelasan materi yang dikemas secara interaktif, dilanjutkan dengan diskusi kelompok, pengisian lembar kerja *self talk*, dan refleksi diri. Teknik *self talk* digunakan untuk membantu siswa mengenali pikiran negatif yang mengarahkan pada perilaku moral yang kurang tepat, lalu menggantinya dengan afirmasi positif yang membangun kesadaran moral. Peneliti memandu siswa untuk mengeksplorasi pengalaman pribadi dan membangun respons yang lebih etis dalam situasi sosial yang mereka hadapi. Di akhirmenyeluruh untuk menilai perubahan perilaku serta menguatkan nilai-nilai moral yang telah dipelajari. Seluruh proses berlangsung dengan pendekatan partisipatif dan suportif, sehingga siswa merasa nyaman dan termotivasi untuk melakukan perubahan positif.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* efektif dalam meningkatkan kesadaran moral siswa kelas X SMA Negeri 2 Baubau yang dapat dilihat dari hasil . Hasil *posttest* mengungkapkan bahwa 90% siswa berada dalam kategori tinggi, sementara 10% berada dalam kategori sedang, yang menunjukkan peningkatan signifikan setelah empat pertemuan. Analisis uji statistik *wilcoxon* menunjukkan nilai *Asymp. Sig*(2-tailed) sebesar 0.005 ($p < 0.05$), yang mengindikasikan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* efektif untuk meningkatkan kesadaran moral siswa.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan, maka peneliti memberikan saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak lain:

1. Bagi pihak sekolah
Disarankan agar sekolah dapat mengintegrasikan layanan bimbingan kelompok berbasis teknik *self talk* sebagai bagian dari program pembinaan karakter siswa. Pendekatan ini terbukti efektif dalam membantu siswa mengenali dan mengubah pola pikir negatif menjadi positif, serta meningkatkan kesadaran moral mereka. Sekolah juga perlu memberikan ruang dan waktu khusus bagi guru BK untuk melaksanakan kegiatan bimbingan secara rutin dan terstruktur, terutama dalam aspek penguatan nilai-nilai moral, seperti kesopanan, kesusilaan, hukum, dan keagamaan.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan jangkauan subjek yang lebih luas serta durasi *treatment* yang lebih panjang, agar hasil yang diperoleh lebih mendalam dan menyeluruh. Selain itu, dapat pula dilakukan pengembangan pada aspek moral lainnya, seperti keadilan, tanggung jawab sosial, atau kepemimpinan etis. Peneliti juga disarankan untuk menggunakan pendekatan campuran (*mixed methods*) agar memperoleh data yang lebih kaya dari sisi kuantitatif dan kualitatif..

DAFTAR RUJUKAN

- Aslami, D. I., Simon, I., & Triyono, T. (2021). Pengembangan Buku Panduan Pelatihan Kesadaran Belajar Dengan Menggunakan Teknik *Self Talk* Dalam Bimbingan Kelompok Siswa Smp. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(5), 381–387. <https://doi.org/10.17977/Um065v1i52021p381-387>
- Aslami, L., Munir, M., & Widodo, A. (2021). *Pengaruh Teknik Self Talk terhadap Kesadaran Diri Siswa*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 6(2), 123-134. <https://doi.org/10.21009/JBKI.062.08>
- Azwar, S. (2012). Penyusunan Skala Psikologi. Dalam Edisi 2 (Hlm. 213). Pustaka Pelajar.
- Bakhtiar, M. I., Zahra, A. B., & Yusuf, A. (2021). Model Konseling Islam Berbasis Nilai Profetik Terhadap Moral Awareness Siswa. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*. <https://journal.iainstitute.com/konseling>
- Dewi Astuti, A. (2019). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Pemberian Tugas Terhadap Kesulitan Belajar Siswa Kelas X Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Galur Tahun Pelajaran 2018/2019. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(2). <https://doi.org/10.31316/G.Couns.V3i2.322>
- Hamid, M. (2022). *Pendidikan Karakter Kesopanan dalam Lingkungan Sekolah*. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 12(1), 67–76. Diterbitkan oleh Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hasanah, S. U. (2020). Pembinaan Kesadaran Moral Siswa Sma Oleh Guru Pendidikan Kewarganegaraan Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja. 4(1).
- Hudi, I., Purwanto, H., Miftahurrahmi, A., Marsyanda, F., Rahma, G., Aini, A., & Rahmawati, A. (2024). Menghadapi Krisis Moral Dan Etika Pada Generasi Muda Indonesia. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, Vol.1, Hal 233-241.
- Mewar, M. R. A. (2021). Krisis Moralitas Pada Remaja Di Tengah Pandemi Covid-19. *Perspektif*, 1(2), 132–142. <https://doi.org/10.53947/Perspekt.V1i2.47>
- Mulyasa, E. (2021). *Pendidikan Karakter: Strategi Mendidik Anak di Era Global*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nurhalimah, S., & Gunawan, H. (2022). *Refleksi Moral dan Kesusilaan dalam Pendidikan Menengah*. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 3(2), 110–122. Diterbitkan oleh Universitas Negeri Jakarta.
- Taherong, R. (2024). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Aplikasi TikTok Untuk Meningkatkan Karakter Moral Siswa Kelas VII SMP Negeri 4 Baubau. *Frame (Jurnal Ilmiah Mahasiswa)*, 3(01), 200-204.
- Yuniarti, S., & Wahyudi, A. (2023). *Penguatan Norma Hukum melalui Konseling Kognitif Reflektif*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Nusantara*, 8(1), 45–58. Diterbitkan oleh Universitas Negeri Malang.