

PENINGKATAN KESADARAN SISWA TENTANG TANGGUNG JAWAB SOSIAL MELALUI PENERAPAN TEKNIK SELF MANAGEMENT PADA PENDEKATAN GESTALT

Nadia Arista¹, Gusman Lesmana², Wardana Syahfitri³

^{1, 2, 3}Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Jl. Kapten Mughtar Basri No.3, Sumatera Utara, Indonesia
Email: nadiazarista87@gmail.com

Article History

Received: 10-01-2025

Revision: 21-01-2025

Accepted: 23-01-2025

Published: 24-02-2025

Abstract. This study examines the case of students' lack of awareness of social responsibility encountered in one of the students at the high school level who is the subject of this study. The subject was a 16-year-old female adolescent who experienced problems in arranging extracurricular schedules and doing schoolwork on time. Complaints prompted researchers to look for alternative treatments for how to manage extracurricular schedules and do assignments so that they do not collide with each other when they want to do it and on time. The alternative chosen by the researcher is to provide the application of self-management techniques to the gestalt approach. The method used in this study is Literature Systematic Review (LSR). The results of this study show that the influence of the application of self-management techniques on the gestalt approach is very effective in increasing students' awareness of social responsibility.

Keywords: Student awareness, Social responsibility, Self Management Techniques, Gestalt Approach

Abstrak. Penelitian ini mengkaji kasus kurangnya kesadaran siswa tentang tanggung jawab sosial di jenjang sekolah menengah atas dalam menjalankan ekstrakurikuler dan mengerjakan tugas sekolah dengan tepat waktu. Keluhan mendorong peneliti mencari alternatif penanganan untuk bagaimana caranya mengatur jadwal ekstrakurikuler dan mengerjakan tugas agar tidak saling bertabrakan saat ingin mengerjakannya dan tepat waktu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Literature Systematic Review (LSR)*. Peneliti mengumpulkan data dari berbagai sumber, seperti buku, jurnal, artikel, dan sumber lain yang relevan. Data tersebut kemudian dianalisa untuk menemukan sumber peningkatan kesadaran dan solusi dalam mengatasinya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh penerapan teknik *self manajement* pada pendekatan gestalt sangat efektif dalam meningkatkan kesadaran siswa dalam tentang tanggung jawab sosial.

Kata Kunci: Kesadaran siswa, Tanggung jawab sosial, Teknik *Self Management*, Pendekatan Gestalt

How to Cite: Arista, N., Lesmana, G., & Syahfitri, W. (2025). Peningkatan Kesadaran Siswa Tentang Tanggung Jawab Sosial Melalui Penerapan Teknik *Self Management* pada Pendekatan Gestalt. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 6 (1), 863-867. <http://doi.org/10.54373/imeij.v6i1.2558>

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kemampuan individu dalam perencanaan untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik aktif dalam mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, kepribadian, pengendalian diri, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan untuk dirinya sendiri dan

Masyarakat. Lembaga pendidikan formal berfungsi mendidik siswa melalui dua kegiatan yaitu proses pembelajaran (intra kulikuler) dan kegiatan organisasi (ekstra kulikuler). (Ihsan, 2013).

Proses pembelajaran yaitu kegiatan dari tidak tahu, tidak mengerti, tidak bisa menjadi tahu, mengerti dan bisa secara optimal. Kegiatan ekstrakurikuler yang ada disekolah banyak diikuti siswa dan siswi, membutuhkan kemampuan dalam mengatur atau memanajemen diri. Manajemen diri adalah bagaimana siswa dan siswi mengatur dan mengelola diri sendiri dalam hal yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan, waktu dan pencapaian tujuan diri (Juana, 2000). Menurut Prijosaksono (Satria, 2012), manajemen diri atau *self management* merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan sepenuhnya keberadaan diri secara keseluruhan (fisik, emosi, mental atau pikiran, jiwa maupun rohnya) dan realita kehidupannya dengan memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya. Manajemen diri dikemukakan oleh Suhartini (Suhartini, 1992) adalah suatu prosedur yang menuntut seseorang untuk mengarahkan atau mengatur tingkah lakunya sendiri. Sejalan dengan hal tersebut, Gie (1996) berpendapat bahwa manajemen diri adalah segenap kegiatan dan langkah dalam mengatur dan mengelolah dengan sebaik-baiknya sehingga mampu membawa kearah tujuan hidup.

Hasil observasi menunjukkan bahwa terdapat ketidakdisiplinan siswa dalam melaksanakan jadwal ekstrakurikuler dan mengerjakan tugas sekolah. Banyak siswa yang tidak hadir dalam kegiatan ekstrakurikuler dan juga tidak mengerjakan tugas sekolah dengan tepat waktu. Hal ini bisa disebabkan oleh tidak mampunya siswa dalam mengatur waktu yang dimiliki, sehingga siswa kesulitan untuk memilih kegiatan mana yang harus diutamakan untuk masa depannya.

Berdasarkan penjelasan di atas, kemampuan peserta didik dalam memutuskan pilihan-pilihan dan mengembangkan tujuan dirinya sendiri yang terdapat dalam pengertian manajemen diri yaitu kemampuan individu untuk mengendalikan sepenuhnya keberadaan diri secara keseluruhan (fisik, emosi, mental atau pikiran, jiwa maupun rohnya) dan realita kehidupannya dengan memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya (Satria, 2012). Tujuannya adalah untuk mengetahui sadar akan kemampuan dirinya, mengetahui tujuan dan langkah kedepannya dan bertanggung jawab atas setiap Keputusan atau pilihan yang telah dipilih dan dibuatnya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menemukan sumber peningkatan kesadaran dan solusi dalam mengatasinya.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Systematic Literatur Review* (SLR). Menurut Kithenham (2004), bahwa *Systematic Literatur Review* merupakan metode yang berupa mengidentifikasika, mengevaluasi, dan menginterpretasikan keseluruhan hasil penelitian, topik, ataupun fenomena yang menjadi kajian. Peneliti mengumpulkan data dari berbagai sumber, seperti buku, jurnal, artikel, dan sumber lain yang relevan. Data tersebut kemudian dianalisa untuk menemukan sumber peningkatan kesadaran dan solusi dalam mengatasinya. Peneliti menggunakan teknik analisis isi untuk menganalisis data yang diperoleh.

HASIL DAN DISKUSI

Peningkatan kesadaran siswa tentang tanggung jawab sosial melalui penerapan teknik *self manajemen* pada pendekatan gestalt bertujuan untuk memperoleh kesadaran dan bagaimana cara mengatur waktu dengan baik dan benar antara ekstrakurikuler dan tugas sekolah agar tepat waktu (Depie & Fatchurahman, 2017). Kebanyakan siswa lebih fokus pada salah satu kegiatan yang dipilih padahal ada tanggung jawab lain yang harus dipertanggung jawabkan. Kesadaran siswi sekolah menengah atas tersebut dapat ditingkatkan dengan melalui pendekatan gestalt karena dalam pendekatan gestalt bertujuan untuk memperoleh kesadaran. Kesadaran itu berupa pengetahuan tentang lingkungan, pengetahuan tentang pribadi seseorang, menerima seseorang, dan mampu menjalin hubungan. Menurut Corey (2013) tujuan utama pendekatan gestalt adalah membantu klien agar berani menghadapi berbagai macam tantangan maupun kenyataan yang harus dihadapi di dunia ini. Melalui pendekatan gestalt siswi tersebut memiliki kesanggupan untuk mengarahkan dirinya dan melakukan perubahan pribadi yang konstruktif.

Pandangan-pandangan lama yang dimiliki siswi tersebut yang membuatnya memiliki tanggung jawab sosial yang rendah dapat diubah dengan membentuk pandangan-pandangan baru untuk lebih bertanggung jawab atas apa yang dikerjakan dan dipilih oleh dirinya sendiri serta sedang apa yang siswi tersebut lakukan dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang siswi tersebut ikuti serta tanggung jawabnya dalam pekerjaan tugas sekolah. Dengan demikian, siswi termotivasi untuk mewujudkan pandangan-pandangan baru yang telah dibentuknya yaitu keinginan-keinginan yang akan dilaksanakan untuk meningkatkan kesadaran dirinya tentang tanggung jawab sosial tersebut dapat merubah dan memenegemen waktu yang baik dan benar serta tidak meninggalkan tanggung jawab yang ada dengan sebaik mungkin (Asmara, 2021).

Menurut Manz dan Sims (dalam Renn et al, 2011) tujuan *self management* adalah membuat perubahan yang melibatkan pikiran, perasaan dan perilaku klien (misal pola pikir yang konstruktif), dan membuat perubahan dalam lingkungan untuk mendukung klien dalam mencapai tujuannya. Tujuan *self management* bagi siswi adalah untuk mengurangi perilaku yang tidak pantas dan mengganggu (tidak menyelesaikan tugas sekolah dan tugas-tugas secara mandiri dan efisien. Jika siswi sekolah menengah atas tersebut harus mempunyai kemauan dan kesadaran serta tanggung jawab yang tinggi dalam mengatur dirinya secara baik dengan cara mengubah dan mengarahkan jalan pikirannya ke hal-hal yang baik dan bertanggung jawab yang tinggi maka siswi tersebut dapat secara rutin dan teratur dalam memanage waktu serta tanggung jawab yang benar. Hal tersebut sejalan dengan teori *self management* menurut Yates (1986) bahwa *self management* adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan perasaan dan pemikirannya serta segala kemampuan yang dapat menggapai tujuan. Dalam hal ini, tujuan siswi tersebut adalah untuk mengelola dirinya atau memanagement waktunya terhadap tanggung jawab sosial untuk memanagement waktu dalam ekstrakurikuler dan mengerjakan tugas dengan benar serta tidak akan adalagi yang ketinggalan atau tidak dikerjakan sama sekali.

Pendekatan gestalt memiliki beberapa teknik yang dapat dikembangkan dan diberikan untuk membantu siswi tersebut dalam mengatasi masalahnya. Salah satu teknik konseling yang dimaksud adalah teknik “saya bertanggung jawab atas ...” Menurut Kusumadewi (2014) teknik “saya bertanggung jawab atas” merupakan teknik yang dimaksud untuk membantu siswi tersebut agar mengakui dan menerima perasaan-perasaanya dari pada memproyeksikan perasaanya itu kepada orang lain, atau dengan kata lain teknik ini lebih menekankan pada kesadaran siswi tersebut. Teknik ini merupakan teknik yang bisa digunakan untuk membantu siswi tersebut agar menyadari bahwa dirinya memiliki kesanggupan untuk bertanggung jawab terhadap kewajibannya. Menurut Asnawi (2017) Dan rasa tanggung jawab harus dimiliki setiap orang dan kesadaran sosial yang tinggi karena dimanapun dan kapanpun tanggung jawablah yang besar perannya dan akan dipegang sampai kapanpun dan dimanapun.

Aspek-aspek manajemen diri atau *self management* dikemukakan oleh Prayue (dalam Rengginas, 2005), yang meliputi: a) mengenali diri secara menyeluruh. Didalam diri siswi tersebut pasti sudah bisa mengerti atau menilai tentang dirinya sendiri, b). mengidentifikasi dengan jelas tujuan yang ingin dicapai, mengidentifikasi yang ada dalam diri siswi tersebut bagaimana seseorang itu mempunyai rencana untuk menuju kearah sesuatu atau mengerah kepada suatu tujuan bahwa manusia pada hakikatnya ingin menuju kepada sesuatu yang baik dan benar, c) memahami pentingnya mencapai tujuan tersebut. Didalam diri siswi tersebut yang ingin mewujudkan tujuannya pasti sudah mengerti apa pentingnya tujuan itu bagi dirinya

sendiri. Mengontrol dan mengelola diri (tingkah laku dan emosi). Siswi tersebut harus bisa memahami diri sendiri dengan sepenuhnya dengan cara yang terpenting yaitu bagaimana dalam diri siswi tersebut bisa mengelola diri disaat emosi dan perbuatan/tingkah lakunya, e) melakukan evaluasi diri atas apa yang telah dilakukan dan memahami insentif-insentif yang akan diperoleh dari tindakan yang dilakukan atau konsekuensi yang telah dilakukan

KESIMPULAN

Kesimpulan dari hasil penelitian dan pembahasan dalam penelitian ini maka dapat disimpulkan sebagai berikut Penerapan Peningkatan Kesadaran Siswa Tentang Tanggung Jawab Sosial Melalui Penerapan Teknik Self Manajement Pada Pendekatan Gestalt sama-sama menunjukkan hasil yang baik dan dapat diikuti dengan baik oleh siswi tersebut dan memuaskan dan mendapatkan perubahan yang tepat dan akurat yang Dimana siswi tersebut dapat memanajement waktu dengan baik antara kegiatan ekstrakurikuler dan tugas tanggung jawab sosial dan bertanggung jawab tentang apa yang ia kerjakan dan ia pilih

REFERENSI

- Asmara, T. (2021). Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 4(1). <https://doi.org/10.24176/jpp.v4i1.6471>
- Asnawi, K.U. (2017). Konsep Konseling Gestalt Berbasis Islam Untuk Membantu Meningkatkan Bersosialisasi dan Adaptasi Siswa di Sekolah. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, Vol.14 No. 2 Juni 2017.
- Corey, G. 2013. *Teori & Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung:PT. Refika Aditama.
- Depie, D., & Fatchurahman, M. (2017). Konseling Kelompok Gestalt Dengan Reversal Technique Untuk Meningkatkan Pemahaman Tentang Self-Management Dalam Belajar Peserta Didik Kelas VIII di SMP. *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 19–25. <https://doi.org/10.33084/suluh.v2i2.537>
- Gie, T. L. (1996). *Strategi Hidup Sukses*. Jogjakkarta: Liberty.
- Ihsani, F. (2013). Hubungan Antara Siswa Mengikuti Organisasi Siswa Intra Sekolah Dan Kedisiplinan Belajar Dengan Prestasi Belajar Sosiologi Siswa Kelas X SMA Negeri 6 Surakarta Tahun Pelajaran 2012/2013, (2).
- Juana. (2000). Kesesuaian antara Konsep Diri Nyata dan Ideal dengan Kemampuan Manajemen Diri pada Mahasiswa Pelaku Organisasi. *Jurnal Psikologika*, 9(5), 65–76.
- Kusumadewi, R., Sedayanasa., Antari, M. (2014). Efektivitas Konseling Gestalt dengan Teknik "Saya Bertanggung Jawab Atas ..." untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Akademik Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol. 2 No. 1 2014.
- Rengginas. (2005). *Peran Manajemen Diri dan Kematangan Emosi dengan Pengambilan Keputusan*. UGM.
- Satria, H. (2012). *Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Motivasi Berwirausaha Pada Siswa SMK*. Naskah Publikasi.
- Suhartini, H. (1992). Pengaruh Metode Pengelolaan Diri Sendiri Terhadap Prestasi Kerja Praktek Harian. *Jurnal Psikologi*, 1, 25–3