

## PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI PENCEGAHAN BUNUH DIRI (PBD) TERHADAP *SELF-AWARENESS* REMAJA DI SMAN 1 DAWAN

Gusti Ayu Putu Mira Trisnayanthi\*<sup>1</sup>, Ni Made Dian Sulistiowati<sup>1</sup>,  
Meril Valentine Manangkot<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

\*korespondensi penulis, e-mail: ayumiyumi207@gmail.com

### ABSTRAK

Bunuh diri adalah tindakan melukai diri sendiri dengan sengaja untuk mengakhiri hidup, dan sering terjadi di kalangan remaja. Salah satu cara mencegahnya adalah dengan meningkatkan kesadaran diri (*self-awareness*) remaja, yang merupakan kemampuan memahami diri sendiri dan lingkungan sekitar. Peningkatan kesadaran diri dapat dicapai melalui edukasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi pencegahan bunuh diri terhadap kesadaran diri remaja di SMAN 1 Dawan, yang dilakukan dalam dua kali pertemuan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi eksperimental *one group pretest and posttest*. Teknik pengambilan sampel adalah *simple random sampling* dengan 27 siswa SMAN 1 Dawan sebagai responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner SAOQ (*Self-Awareness Outcome Questionnaire*). Hasil uji *paired t-test* menunjukkan  $p = 0,364$  ( $p > 0,05$ ) yang berarti tidak signifikan. Simpulannya, tidak ada pengaruh edukasi pencegahan bunuh diri terhadap kesadaran diri remaja di SMAN 1 Dawan. Pihak sekolah disarankan untuk lebih menonjolkan program konseling dan memberikan edukasi tentang kesehatan mental kepada siswa.

**Kata kunci:** bunuh diri, remaja, *self-awareness*

### ABSTRACT

Suicide is an act of self-harm that is done deliberately and is done to end life. Suicide is a phenomenon that often occurs in adolescents. One way to prevent suicide is to increase adolescent self-awareness. Self-Awareness is a condition where a person can have the ability to understand themselves and the environment around them. Increasing self-awareness can be done by providing education. This study aims to determine the effect of suicide prevention education on adolescent self-awareness at SMAN 1 Dawan. The provision of education was conducted twice a meeting. This type of research is quantitative research with a quasi experimental design of one group pretest and posttest. The sampling technique used simple random sampling with a total sample of 27 students of SMAN 1 Dawan. Data collection was carried out with the SAOQ (Self-Awareness Outcome Questionnaire) questionnaire. The results of the paired t-test obtained the results of  $p = 0,364$  ( $p > 0,05$ ) where it was found that the value was not significant. So it can be concluded that there is no effect of providing education (PBD) on adolescent self-awareness at SMAN 1 Dawan. Suggestions for the school are the need to highlight the counselling program and provide education about mental health to students.

**Keywords:** adolescent, self-awareness, suicide

## PENDAHULUAN

Kesehatan mental adalah salah satu topik yang belakangan sangat diperhatikan oleh masyarakat Indonesia. Hal ini menjadikan pemerintah juga menaruh fokus yang besar terhadap bidang ini secara khusus. Perihal alasan mengapa kemudian kesehatan mental yang menjadi penting, dijelaskan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang menyatakan bahwa seseorang yang sehat mental menunjukkan kesejahteraan yang tercermin melalui kesadaran diri, kemampuan untuk menghadapi tekanan kehidupan sehari-hari dengan efektif, produktif dalam pekerjaan, serta berkontribusi positif bagi sekitarnya (Kemenkes, 2022). Selain itu, Anwar & Julia (2021) menyatakan bahwa kesehatan mental adalah suatu keadaan psikologis yang menunjukkan kemampuan seseorang dalam melakukan pemecahan masalah atau penyesuaian diri. Kementerian Kesehatan menyebutkan bahwa seseorang dengan masalah kesehatan mental cenderung lebih menutup diri dan menarik diri dari lingkungan sekitar (Kemenkes, 2018).

Kesehatan mental merupakan masalah yang berhubungan erat dengan remaja. Remaja adalah usia peralihan individu dari anak-anak menuju dewasa. Menurut Kemenkes (2018), remaja merupakan seseorang yang dikategorikan ketika berusia 10-18 tahun. Remaja merupakan kelompok penduduk dengan jumlah yang cukup besar yaitu 20% dari jumlah penduduk keseluruhan. Pada data Badan Pusat Statistik (2023) disebutkan bahwa jumlah remaja berusia 15-19 tahun pada Februari 2022 di Indonesia sebanyak 22 juta jiwa. Pada masa remaja terjadi proses pertumbuhan fisik dan kognitif, dimana pada usia tersebut remaja mulai mengenal jati dirinya. Kegagalan dalam proses pembelajaran maupun hubungan dengan teman sebaya merupakan suatu proses yang sering dilewati pada remaja. Hal inilah yang menimbulkan beberapa masalah seperti masalah kesehatan mental pada remaja.

Pada usia remaja, perubahan emosional memiliki andil besar dalam memengaruhi keadaan mental seorang

remaja. Hal ini dibuktikan oleh sebuah penelitian yang dilakukan *World Health Organization* (WHO), dimana ditemukan satu dari enam remaja usia 10-19 tahun mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial termasuk peluang terjadinya paparan kemiskinan, atau kekerasan yang dapat membuat remaja rentan terhadap masalah kesehatan mental (WHO, 2021). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Agusthia *et al* (2023) para remaja biasanya memiliki risiko mengalami gangguan kesehatan mental dimulai dari usia 15 tahun. Hal ini menandakan bahwa kesehatan mental remaja terbentuk berdasarkan atas peristiwa tertentu yang terjadi dalam kehidupannya.

Saat ini terdapat fenomena yang cukup tinggi terkait upaya remaja menyelesaikan permasalahan yang dimilikinya, yaitu perilaku bunuh diri. Bunuh diri tersebut sendiri merupakan salah satu hal yang sering dikaitkan dengan masalah kesehatan mental. Menurut Putri & Tobing (2020), bunuh diri adalah tindakan sebagai respons terhadap upaya melindungi diri sendiri. Menurut WHO (2023) setiap tahunnya, lebih dari 700.000 orang meninggal karena bunuh diri. Bunuh diri dapat terjadi pada berbagai usia, tetapi pada tahun 2019 bunuh diri merupakan penyebab kematian tertinggi keempat pada individu yang berusia 15-29 tahun secara global. Menurut data Kemenkes (2022), Indonesia menempati urutan kelima tingkat bunuh diri tertinggi di Asia Tenggara.

Bunuh diri sangat berdampak pada orang di sekitar pelaku bunuh diri. Setiap kejadian bunuh diri akan sangat berdampak pada keluarga, kelompok, kota tempat kejadian, serta individu itu sendiri. Selain itu, kejadian bunuh diri akan memberikan dampak jangka panjang yang dirasakan pada kehidupan orang-orang selanjutnya (WHO, 2023). Keluarga akan mengalami duka serta trauma yang mendalam akibat kejadian tersebut. Oleh karena itu, dampak yang ditimbulkan cukup banyak, maka upaya pencegahan terkait bunuh diri perlu dilakukan dengan tepat.

*Self-awareness* pada remaja sangat

penting untuk ditingkatkan. Peningkatan *self-awareness* pada remaja dilakukan sebagai upaya preventif dalam mengurangi risiko bunuh diri. Menurut Djupri & Sulistia (2021), pendidikan atau edukasi memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat *self-awareness* remaja. Salah satu edukasi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *self-awareness* remaja terkait risiko bunuh diri pada remaja adalah dengan pemberian edukasi pencegahan bunuh diri.

Beberapa penelitian mengenai *self-awareness* sudah pernah dilakukan sebelumnya. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Yuliasari (2020) mengenai pelatihan konselor sebaya bertujuan untuk meningkatkan kesadaran diri terhadap perilaku berisiko pada remaja. Selain itu, terdapat studi oleh Tarigan pada tahun 2023 mengenai kampanye kesadaran diri (*self-awareness*) sebagai upaya untuk meningkatkan kesadaran mental remaja di Desa Paya Bakung. Hurriyati dan Fitri (2023) juga melakukan penelitian mengenai psikoedukasi pencegahan *bullying* untuk meningkatkan *self-awareness* pada remaja di SMP Muhammadiyah 1 Tanjung Enim Kabupaten Muara Enim. Tetapi penelitian tersebut hanya menganalisis variabel *self-awareness* dan hingga saat ini belum ada penelitian mengenai pengaruh edukasi pencegahan bunuh diri terhadap *self-awareness* remaja.

Studi pendahuluan dilakukan pada

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini telah disetujui oleh Komisi Etik Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dengan Surat Keterangan Laik Etik No: 029/III.3/KEP/RSW/2024. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan desain quasi eksperimental *one group pretest posttest* untuk mengetahui pengaruh edukasi pencegahan bunuh diri terhadap kesadaran diri remaja di SMAN 1 Dawan. Populasinya mencakup semua siswa kelas 10 dan 11 di SMAN 1 Dawan. Sampel diambil dengan teknik *simple random sampling*, menghasilkan 27 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

salah satu sekolah di Bali yaitu SMAN 1 Dawan. SMAN 1 Dawan merupakan sekolah yang berada di lingkungan Desa Gunaksa, Kecamatan Dawan, Kabupaten Klungkung yang dimana sebelumnya PPK Ormawa Himpunan Mahasiswa Ilmu Keperawatan pernah melakukan pengabdian masyarakat di desa tersebut. Pada saat pengambilan data yang dilakukan oleh mahasiswa PPK Ormawa, Kepala Desa mengatakan pada tahun 2022 terdapat kasus bunuh diri yang melibatkan remaja di Desa Gunaksa. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 46 siswa SMAN 1 Dawan didapatkan hasil bahwa sebanyak 21,7% siswa pernah memikirkan cara untuk bunuh diri. Selain itu, 6,5% siswa pernah melakukan percobaan bunuh diri, sebanyak 32,6% siswa merasa bahwa hidup mereka sudah tidak berharga. 47,8% siswa merasa bahwa mereka ingin menyerah dalam menghadapi hidup.

Melalui data tersebut, terlihat bahwa masih ada remaja yang belum memahami cara membantu temannya jika mengalami masalah hingga ingin melakukan bunuh diri. Selain itu, diketahui bahwa tingkat *awareness* remaja dalam mencegah perilaku melukai diri di SMAN 1 Dawan masih cukup tinggi. Tetapi, sekalipun *awareness* ini nampak tinggi di permukaan, dalam proses penyelesaian masalah siswa-siswanya terdapat sesuatu yang masih bersifat maladaptif.

Kriteria inklusi mencakup remaja berusia 15-18 tahun, siswa aktif di SMAN 1 Dawan, memiliki skor  $\geq 25$  pada kuesioner skala ide bunuh diri, dan bersedia menjadi responden yang dibuktikan dengan *informed consent*. Kriteria eksklusi mencakup remaja yang tidak menyelesaikan seluruh pertemuan dan yang tidak bersedia mengikuti penelitian.

Pengukuran kesadaran diri dilakukan dengan kuesioner *Self-Awareness Outcome Questionnaire* (SAOQ) dalam bahasa Indonesia yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Dari hasil uji kuesioner SAOQ, 35 pertanyaan dinyatakan valid dengan  $r$  tabel=0,361, sementara 1

pertanyaan gugur karena  $r_{hitung} < r_{tabel}$ . Uji reliabilitas dengan *Cronbach's Alpha* menunjukkan nilai 0,973. Berdasarkan uji

validitas dan reliabilitas, kuesioner SAOQ dapat digunakan sebagai alat ukur yang andal.

## HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dan narasi yang didasarkan

pada hasil analisis univariat dan bivariat sebagai berikut:

**Tabel 1.** Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin (n=27)

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Perempuan	14	51,90
Laki-laki	13	48,10
Jumlah	27	100,00

Hasil analisis karakteristik responden menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan, dengan jumlah 14 orang atau 51,9% dari total partisipan. Sebaliknya, jumlah responden laki-laki adalah 13 orang atau 48,1%. Meskipun terdapat perbedaan jumlah yang hampir seimbang antara responden perempuan dan laki-laki, data menunjukkan bahwa secara statistik, mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan. Persentase ini memberikan wawasan tambahan mengenai

perbedaan persepsi dan pengalaman antara remaja laki-laki dan perempuan terkait dengan isu yang diteliti. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dalam konteks penelitian ini, partisipasi remaja perempuan lebih dominan dibandingkan remaja laki-laki. Dominasi partisipasi perempuan ini dapat memengaruhi interpretasi data serta hasil penelitian, karena perspektif dan pengalaman yang dihadirkan oleh mayoritas responden perempuan mungkin lebih terwakili dalam temuan penelitian.

**Tabel 2.** Gambaran *Self-Awareness* Remaja Sebelum Diberikan Edukasi Pada Remaja SMAN 1 Dawan (n=27)

Variabel	Mean	Std. Deviasi	Min-Max	Persentase Nilai Min (%)
<i>Self-Awareness</i> sebelum diberikan edukasi	97,33	9,23	71-114	50,71

Berdasarkan hasil didapatkan hasil bahwa rata-rata *self-awareness* sebelum diberikan edukasi adalah sebesar 97,33 dengan standar deviasi 9,23 dimana

didapatkan nilai minimum sebesar 71 dan maksimum sebesar 114. Persentase nilai minimal yang diperoleh oleh responden pada data *pretest* yaitu sebesar 50,71%.

**Tabel 2.** Gambaran Skala *Self-Awareness* Remaja Sebelum Diberikan Edukasi Pada Remaja SMAN 1 Dawan (n=27)

Skala <i>Self-Awareness</i>	Mean	Std. Deviasi	Min-Max	Persentase Nilai Min (%)
Kesadaran emosi	32,63	3,17	24-39	50,00
Konsep diri	21,30	2,43	16-26	57,14
Kepercayaan diri	20,85	3,55	13-27	40,63
Keterbukaan	22,56	3,32	13-28	40,63

Pada penelitian ini diperoleh hasil rata-rata pada skala mengenai kesadaran emosi sebesar 32,63 dengan standar deviasi 3,17, dimana skor terendah pada skala ini adalah 24 dan tertinggi 39. Persentase nilai minimal pada skala kesadaran emosi adalah sebesar 50,00%. Pada skala mengenai konsep diri diperoleh hasil rata-rata sebesar 21,30

dengan standar deviasi 2,43 dengan skor minimal 16 dan maksimal 26. Persentase nilai minimal pada skala konsep diri adalah 57,14%. Pada skala kepercayaan diri diperoleh hasil rata-rata sebesar 20,85 dan standar deviasi sebesar 3,55 dengan rentang skor minimal yang diperoleh yaitu 13 dan maksimal 27. Skala kepercayaan diri

memiliki persentase sebesar 40,63%. Pada skala terakhir atau keterbukaan diperoleh nilai rata-rata sebesar 22,56 dengan standar deviasi sebesar 3,32 dan rentang skor

minimal sebesar 13 dan maksimal 28. Sama seperti skala kepercayaan diri, skala keterbukaan juga memiliki persentase nilai minimal sebesar 40,63%.

**Tabel 3.** Gambaran *Self-Awareness* Remaja Sesudah Diberikan Edukasi Pada Remaja SMAN 1 Dawan (n=27)

Variabel	Mean	Selisih Mean	Std. Deviasi	Min-Max	Persentase Nilai Min (%)
<i>Self-Awareness</i> sesudah diberikan edukasi	98,19	0,86	8,79	77-117	55,00

Didapatkan hasil bahwa rata-rata *self-awareness* sesudah diberikan edukasi adalah sebesar 98,19 dengan standar deviasi 8,79 serta nilai minimum 71 dan maksimum 114. Dimana nilai rata-rata sesudah diberikan edukasi mengalami peningkatan dari nilai sebelum diberikan edukasi sebesar 0,86.

Selain itu juga terdapat peningkatan pada nilai minimum sebanyak 6 poin dan nilai maksimum sebanyak 3 poin dari nilai sebelumnya. Pada data *posttest* diperoleh persentase nilai minimal sebesar 55% dimana nilai tersebut meningkat sebesar 4,29% dari persentase data *pretest*.

**Tabel 5.** Gambaran Skala *Self-Awareness* Remaja Sebelum Diberikan Edukasi Pada Remaja SMAN 1 Dawan (n=27)

Variabel	Mean	Selisih Mean	Std. Deviasi	Min-Max	Persentase Nilai Min (%)
Kesadaran emosi	33,00	0,37	2,56	29-39	60,42
Konsep diri	21,44	0,14	2,12	16-24	57,14
Kepercayaan diri	21,37	0,52	3,16	16-29	50,00
Keterbukaan	22,37	-0,19	3,42	12-28	37,50

Diperoleh hasil rata-rata kesadaran emosi sesudah diberikan edukasi yaitu 33,00 dengan standar deviasi 2,56 dan rentang skor 29 sampai 39. Dimana nilai ini meningkat sebesar 0,37 dari rata-rata sebelum diberikan edukasi. Pada skala konsep diri diperoleh hasil rata-rata 21,44 dan standar deviasi 2,12 dengan rentang skor yaitu 16 sampai 24. Pada skala konsep diri terdapat peningkatan rata-rata 0,14 dari sebelum diberikan edukasi. Pada skala ketiga atau kepercayaan diri diperoleh rata-rata 21,37 dan standar deviasi 3,16 dengan rentang skor minimum dan maksimum yaitu 16 hingga 29. Pada skala kepercayaan diri juga terdapat peningkatan skor rata-rata sebanyak 0,52 dari sebelum diberikan rata-rata. Sedangkan pada skala terakhir yaitu keterbukaan terdapat penurunan nilai rata-rata yang

diperoleh menjadi 22,37 dengan rentang skor 12 sampai 28 dan standar deviasi 3,42. Pada skala keterbukaan terdapat penurunan skor sebesar 0,19 dari sebelum diberikan edukasi. Terdapat peningkatan persentase nilai minimal pada tiga skala yaitu kesadaran emosi, konsep diri, serta kepercayaan diri. Pada skala keterbukaan mengalami penurunan skor sebesar 3,13% dari nilai sebelumnya.

Hasil uji normalitas yang dilakukan dengan uji *shapiro-wilk* didapatkan data ( $p > 0,05$ ) pada data yang menunjukkan data *self-awareness* sebelum dan sesudah diberikan edukasi terdistribusi normal. Data yang terdistribusi normal selanjutnya diuji dengan uji *paired simple t-test* dengan tingkat kepercayaan 95%. Hasil uji *paired t-test* disajikan pada tabel 6 berikut ini.

**Tabel 6.** Hasil Uji Pengaruh Pemberian Edukasi Pencegahan Bunuh Diri (PBD) Terhadap *Self-Awareness* Remaja

<i>Self-awareness</i>	t	df	P-value (sig 2-tailed)
Sebelum dan sesudah	- 923	26	0,36

Melalui uji *paired t-test* yang telah

dilakukan pada tabel 6 diperoleh hasil nilai

*p-value* sebesar 0,36 (*p-value* > 0,05) yang menunjukkan bahwa  $H_a$  ditolak. Selain melihat nilai signifikansinya, hasil pada uji *paired t-test* juga dapat dilihat dengan cara membandingkan *t*-hitung dan *t*-tabel. *T*-tabel yang digunakan dapat dicari dengan

menggunakan *degree of freedom* (*df*) dan juga nilai signifikan ( $\alpha/2$ ). Pada penelitian ini diperoleh *df* 26 dan nilai signifikan (0,05/2) yaitu 0,025 sehingga didapatkan *t*-tabel 2,056 dan *t*-hitung sebesar -923.

## PEMBAHASAN

Data karakteristik yang dibahas pada penelitian ini adalah jenis kelamin. Pada data *self-awareness* remaja yang sudah dikumpulkan diperoleh hasil bahwa mayoritas responden yang berpartisipasi pada penelitian ini adalah perempuan. Hasil ini berbanding terbalik dengan jumlah siswa laki-laki di SMAN 1 Dawan yang lebih banyak dari siswa perempuan. Pada data yang diperoleh oleh Badan Pusat Statistik (BPS) di Indonesia, jumlah remaja laki-laki yang berusia 15-19 tahun adalah sebanyak 11.432.945, sedangkan remaja perempuan lebih sedikit dengan jumlah 10.730.583 (Badan Pusat Statistik, 2022). Pada penelitian ini lebih banyak melibatkan responden perempuan karena memenuhi kriteria inklusi yang ditetapkan yaitu memiliki skor  $\geq 25$  pada kuesioner *suicide ideation scale* dimana semakin tinggi skor maka semakin tinggi juga tingkat kecenderungan untuk melakukan bunuh diri (skor total = 50). Hal tersebut sejalan dengan data yang diperoleh pada penelitian Pusporani *et al* (2023) dimana perkiraan bunuh diri pada remaja laki-laki sebesar 1,3-3,8% sedangkan pada perempuan sebesar 1,5-10,1%. Selain itu, pada penelitian yang dilakukan oleh Kerin *et al* (2023) menyatakan bahwa remaja perempuan memiliki tingkat ide bunuh diri yang lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki. Jika dilihat dari jenis kelamin responden, penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bachri & Utami (2021), dimana jumlah responden perempuan lebih banyak daripada responden laki-laki. Hal tersebut dapat menjadi faktor penyebab lebih banyaknya responden perempuan dari responden laki-laki. Data menunjukkan bahwa perbedaan jumlah antara responden perempuan dan laki-laki tidak terlalu besar, yang mengindikasikan bahwa remaja laki-

laki juga berisiko melakukan tindakan bunuh diri. Penelitian yang dilakukan oleh Febrianti & Husniawati (2021) menyatakan bahwa 0,8 remaja laki-laki dan 0,6 remaja perempuan memiliki ide bunuh diri.

Setiap responden yang setuju untuk berpartisipasi diberikan *pretest* sebelum dilanjutkan dengan pemberian edukasi. Hasil minimal *self-awareness* yang diperoleh sebelum diberikan edukasi adalah sebesar 50,71% dari total skor. Pada kuesioner *self-awareness* yang terdiri dari 4 skala yaitu kesadaran emosi, konsep diri, kepercayaan diri, dan keterbukaan. Dari 4 skala yang ada persentase tertinggi diperoleh pada skala konsep diri. Hal tersebut terlihat pada saat pengambilan data beberapa responden dapat menyampaikan persepsi mengenai dirinya dengan baik. Remaja dapat memiliki konsep diri yang tinggi karena pola asuh orang tua sehari-hari. Penelitian yang dilakukan oleh Apsarini dan Rina (2022) dikatakan bahwa pola asuh orang tua sangat berpengaruh terhadap tingginya konsep diri remaja. Konsep diri merupakan salah satu indikator yang memengaruhi tingginya *self-awareness* remaja yang dimana pada data sebelum diberikan edukasi, remaja sudah memiliki *self-awareness* yang cukup tinggi.

Kepercayaan diri dan keterbukaan memiliki persentase terendah dari 4 skala tersebut. Hal tersebut terlihat pada saat pengambilan data *pretest* beberapa responden masih terlihat canggung dan sering menyendiri. Beberapa responden tersebut hanya akan berbicara jika diberikan pertanyaan secara langsung dan sangat sulit berbaur dengan teman di sekitarnya. Kepercayaan diri menjadi salah satu indikator yang sangat berpengaruh terhadap *self-awareness* remaja. Hal tersebut karena dengan kepercayaan diri yang kurang, remaja akan menutup diri dan merasa bahwa

diri mereka tidak memiliki kelebihan. Remaja mengalami kepercayaan diri yang rendah akibat hambatan yang terjadi ketika bersosialisasi sehingga menyebabkan remaja cenderung lebih tertutup (Mardiah, 2023). Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andani dan Sarilah (2023) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu indikator yang sangat memengaruhi *self-awareness* remaja. Selain itu, pada penelitian Putri dan Ferry (2024) dijelaskan bahwa pandangan objektif mengenai kemampuan diri dan kepercayaan diri individu sangat berpengaruh terhadap *self-awareness* remaja. Dapat dikatakan bahwa kesadaran diri merupakan salah satu hal yang berpengaruh terhadap *self-awareness* remaja. Untuk meningkatkan *self-awareness* remaja diperlukan kepercayaan diri yang baik. Keterbukaan remaja juga menjadi salah satu indikator yang memengaruhi *self-awareness* remaja. Keterbukaan remaja sangat dipengaruhi oleh interaksi atau pendekatan yang terjadi antar individu (Maslan, 2024).

Hasil penelitian ini didapatkan peningkatan *self-awareness* menjadi 55,00% dimana terjadi peningkatan sebanyak 4,29% dari sebelum diberikan edukasi. Peneliti melakukan pemberian edukasi sebanyak dua kali pertemuan, dimana pertemuan pertama dilakukan dengan memberikan edukasi. Pertemuan kedua dilakukan pemberian kasus pada responden yang dibagi menjadi beberapa kelompok. Pada pertemuan pertama peneliti menggunakan media berupa *powerpoint* dan juga *booklet* yang dibagikan kepada semua responden. Sedangkan pada pertemuan kedua, peneliti membagikan kasus yang sudah dicetak kepada setiap kelompok. Penggunaan media *powerpoint* dan *booklet* digunakan agar proses penyerapan materi dapat lebih mudah. Hal ini terkait dengan penelitian oleh Salsabila *et al* (2019) yang menunjukkan bahwa pemberian edukasi melalui media berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan responden. Selain itu, pada penelitian yang sudah dilakukan oleh Illavina dan Kusumaningati (2022) juga

dikatakan pemberian edukasi menggunakan *powerpoint* memiliki pengaruh terhadap peningkatan pemahaman remaja. Penggunaan *booklet* juga dilakukan untuk membantu remaja agar mudah saat memahami materi dalam proses pemberian edukasi. Hal ini berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumawati dan Zulaekah (2021), dimana penelitian tersebut mengatakan bahwa pemberian edukasi menggunakan *booklet* berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman responden terhadap materi edukasi. Pada penelitian ini, peneliti memberikan materi dengan menggunakan media *powerpoint* dan juga *booklet* yang dibagikan kepada setiap responden penelitian.

Data *self-awareness* sesudah diberikan edukasi yang terdiri dari 4 skala diperoleh bahwa peningkatan persentase tertinggi ada pada skala kesadaran emosi, dimana nilai minimal yang didapat mengalami peningkatan dari sebelum diberikan edukasi sebesar 10,42%. Hal tersebut terlihat pada saat pemberian kasus pada pertemuan kedua, responden menjadi lebih aktif dan mengekspresikan emosinya dengan baik. Responden terlihat lebih leluasa dalam berinteraksi dengan sekitarnya. Skala kepercayaan diri masih berada pada skor rata-rata paling rendah pada data *self-awareness* sesudah diberikan edukasi namun terdapat sebesar 6,25% pada nilai maksimalnya. Kepercayaan diri terlihat pada pertemuan kedua, dimana responden dapat memberikan pendapat dengan lebih lugas kepada kelompoknya. Tetapi masih terdapat beberapa siswa yang tidak aktif dan sulit untuk berkomunikasi dengan teman kelompoknya. Kepercayaan diri yang kurang menyebabkan komunikasi responden menjadi terhambat. Hal tersebut berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh Damayanti dan Purnamasari (2019) yang menyatakan bahwa sulitnya berkomunikasi berpengaruh terhadap penyerapan serta penyampaian informasi sehingga terjadinya komunikasi yang tidak efektif beberapa responden dengan teman kelompoknya.

Edukasi merupakan suatu tindakan yang dilakukan untuk memengaruhi

individu atau kelompok agar terlaksananya perilaku hidup yang baik (Hasinurrahman, 2022). Pada penelitian ini, dilakukan pemberian edukasi pencegahan bunuh diri kepada responden yang memiliki indikasi ide bunuh diri yang memperoleh hasil bahwa tidak ada pengaruh edukasi terhadap *self-awareness* remaja. Pemberian edukasi pencegahan bunuh diri dilakukan sebagai usaha preventif dalam menurunkan angka risiko bunuh diri pada remaja (Fitri, 2023). Hal ini berbanding terbalik dengan yang dikatakan oleh Bachri & Utami (2021) yang menyatakan bahwa pemberian edukasi berpengaruh terhadap peningkatan *self-awareness* remaja.

Peneliti melaksanakan penelitian dalam dua kali pertemuan. Pertemuan pertama diisi dengan memberikan edukasi, sedangkan pertemuan kedua melibatkan pemberian kasus kepada responden yang dibagi menjadi beberapa kelompok. Awalnya, rencana penelitian adalah memberikan edukasi setiap minggu, namun karena keterbatasan waktu, pertemuan dilakukan dalam dua hari. Penelitian Widyaningrum dan Wulandari (2019) diperoleh hasil uji signifikan karena pemberian edukasi dilakukan selama tiga minggu. Kurangnya waktu dalam melakukan penelitian merupakan salah satu penyebab hasil uji pada penelitian menjadi tidak signifikan. Keterbatasan waktu pada penelitian ini terjadi karena sulitnya menentukan waktu pertemuan bersama responden yang memiliki jadwal sekolah yang cukup padat.

Hasil uji dalam penelitian ini tidak signifikan karena terjadi penurunan pada skala keterbukaan. Keterbukaan diri memiliki kaitan erat dengan kesadaran diri; semakin tinggi keterbukaan, semakin tinggi pula kesadaran diri remaja. Hal ini juga disebutkan pada penelitian yang sudah dilakukan oleh Mapala dan Setyawati (2022)

## **SIMPULAN**

Dari penelitian yang sudah dilakukan peneliti mengenai pengaruh pemberian edukasi (PBD) terhadap *self-awareness* remaja di SMAN 1 Dawan, dapat diambil

yang juga menyebutkan bahwa keterbukaan merupakan salah satu indikator yang memengaruhi *self-awareness* remaja. Skala keterbukaan pada penelitian ini mengalami penurunan karena kurangnya proses pendekatan personal (BHSP) yang dilakukan oleh peneliti kepada responden. Pada penelitian yang dilakukan oleh Cahyani *et al* (2023), strategi BHSP dilakukan sebanyak empat kali pertemuan sehingga terdapat peningkatan keterbukaan responden sedangkan pada penelitian ini hanya dilakukan pertemuan selama dua hari. Terjadinya penurunan skor pada skala keterbukaan merupakan salah satu penyebab diperolehnya hasil bahwa tidak ada pengaruh pemberian edukasi terhadap *self-awareness* remaja.

Penelitian ini menemukan bahwa tidak ada pengaruh pemberian edukasi terhadap kesadaran diri remaja di SMAN 1 Dawan, yang mungkin juga disebabkan oleh lingkungan edukasi yang kurang kondusif. Hal tersebut karena pemberian edukasi dilakukan di aula sekolah yang merupakan tempat terbuka dan banyak orang yang berlalu-lalang di sekitar aula sehingga mengganggu konsentrasi responden yang mengikuti penelitian. Hal tersebut juga disebutkan pada penelitian yang dilakukan oleh Husna (2020) yang menyatakan bahwa lingkungan akan sangat memengaruhi konsentrasi individu dalam menerima edukasi. Selain itu, pada penelitian yang dilakukan oleh Parhusip dan Hartono (2021) juga menyatakan bahwa lingkungan belajar memiliki pengaruh terhadap penyerapan siswa terhadap edukasi yang diberikan. Dapat dikatakan bahwa keterbatasan waktu, proses pendekatan, serta lingkungan yang tidak kondusif memengaruhi hasil dari pengukuran *self-awareness* remaja yang dilakukan oleh peneliti sehingga diperoleh hasil tidak signifikan.

beberapa Kesimpulan.

Data *self-awareness* remaja SMAN 1 Dawan sebelum diberikan edukasi didapatkan hasil minimal sebesar 50,71%



dari total skor dengan rata-rata 97,33. Pada data sebelum diberikan edukasi, diperoleh skala dengan persentase tertinggi adalah konsep diri, sedangkan skala dengan persentase terendah adalah kepercayaan diri dan keterbukaan.

Pada data *self-awareness* sesudah diberikan edukasi, terdapat peningkatan sebesar 4,29% menjadi 55,00% dari total skor sebelum diberikan edukasi dengan rata-rata 98,19. Pada data ini, terdapat kenaikan skor pada 3 skala *self-awareness* yaitu kesadaran emosi, konsep diri, serta

kepercayaan diri. sedangkan skala keterbukaan mengalami penurunan skor dari sebelum diberikan edukasi.

Pada penelitian ini, diperoleh hasil bahwa tidak ada pengaruh pemberian edukasi pencegahan bunuh diri terhadap *self-awareness* remaja di SMAN 1 Dawan ( $p\text{-value} > 0,05$ ). Hal tersebut terjadi karena keterbatasan waktu dalam pemberian edukasi, terdapat penurunan skor pada skala keterbukaan, dan tidak kondusifnya lingkungan sekitar saat pemberian edukasi sehingga memengaruhi hasil pengukuran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agusthia, M., Muchtar, R. S. U., & Ramadhani, D. (2023). Pengaruh Edukasi Teen Mental Health First Aid Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Dalam Mengurangi Gangguan Masalah Kesehatan Mental di SMAN 3 Batam. *Jurnal Warta Dharmawangsa*, 17(1), 147–157.
- Andani, T., & Sarilah. (2023). Hubungan antara Kesadaran Diri dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Kayangan. *Lentera Pendidikan Indonesia*, 4(1), 351–357. <http://ejournal.lingkarpenaindonesia.com/index.php/lpi>
- Anwar, F., & Julia, P. (2021). Analisis Strategi Pembinaan Kesehatan Mental oleh Guru Pengasuh Sekolah Berasrama di Aceh Besar pada Masa Pandemi. *Jurnal bimbingan konseling*, 7(1), 64–83. <https://doi.org/10.22373/je.v6i2.10905>
- Apsarini, E. P., & Rina, N. (2022). Pola Komunikasi Orang Tua Tunggal dalam Konsep Diri Remaja Akhir. *Jurnal Ilmiah Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Islam Riau*, 10(1), 41–53.
- Bachri, Y., & Utami, A. S. (2021). Pengaruh Edukasi Berbasis Whatsapp Terhadap Self Awareness Remaja Untuk Penerapan Pencegahan Penularan Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(3), 537–544. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>
- Badan Pusat Statistik. (2022). *Jumlah Penduduk menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin, INDONESIA*, 2022. <https://sensus.bps.go.id/Topik/Tabular/Sp2022/188/1/0>.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Jumlah Penduduk Usia 15 tahun ke Atas Menurut Golongan Umur 2021-2022*. [www.bps.go.id](http://www.bps.go.id).
- Cahyani, D. I., Cipto, Siswoko, & Kuswanto. (2023). Asuhan Keperawatan Jiwa Gangguan Persepsi Sensori Halusinasi Pendengaran dengan Diagnosa Medis Skizofrenia Tak Terinci di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dokter Arif Zainudin Surakarta. *Jurnal Studi Keperawatan*, 4(2), 4–9. <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/J-SiKep>
- Damayanti, I., & Purnamasari, H. (2019). Hambatan Komunikasi dan Stres Orangtua Siswa Tunarungu Sekolah Dasar. *Jurnal Psikologi Insight*, 3(1), 1–9. <https://ejournal.upi.edu/index.php/insight/article/view/22311>
- Djupri, D. R., & Sulistia, I. (2021). Hubungan Self Awareness, Tingkat Pendidikan dengan Kedisiplinan Memakai Masker di Era New Normal pada Warga RT 04 RW 05 Kelurahan Bintaro. *JAKHKJ*, 7(3), 11–20.
- Febrianti, D., & Husniawati, N. (2021). Hubungan Tingkat Depresi dan Faktor Resiko Ide Bunuh Diri pada Remaja SMPN. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(1), 85–94. <https://doi.org/10.37012/jik.v13i1.422>
- Fitri, A. (2023). Program Preventif Bunuh Diri Untuk Mengurangi Ide dan Percobaan Bunuh Diri pada Mahasiswa. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 7(1), 12–22. <https://doi.org/10.32492/idea.v7i1.7103>
- Hasinurrahman, F. A. (2022). *Pengaruh Edukasi Buku Saku Elektronik tentang Karies Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja* [Thesis]. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Hurriyati, D., & Fitri, R. L. (2023). Psikoedukasi Pencegahan Bullying Untuk Meningkatkan Self Awareness pada Remaja di SMP Muhammadiyah 1 Tanjung Enim Kabupaten Muara Enim. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(1), 436–442.
- Husna, N. (2020). Pengaruh Lingkungan Terhadap Minat Dan Motivasi Belajar Siswa (Studi Kasus di SMA Negeri 12 Banda Aceh). *Jurnal Pena Edukasi*, 7(2), 43–48.
- Illavina, I., & Kusumaningati, W. (2022). Pengaruh Edukasi Pembacaan Label Informasi Nilai Gizi Dengan Media Slide Powerpoint

- Terhadap Pengetahuan Siswa SMA Kota Depok. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 3(1), 27. <https://doi.org/10.24853/mjnf.3.1.27-35>
- Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018a, May 16). *Menkes: Remaja Indonesia Harus Sehat*. Sehatnegeriku.Kemkes.Go.Id.
- Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018b, June 8). *Pengertian Kesehatan Mental*. Ayosehat.Kemkes.Go.Id.
- Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. (2022, September 6). *Depresi dan Bunuh Diri*. Yankes.Kemkes.Go.Id.
- Kerin, F. R., Fatmawati, & Darmawan, A. (2023). Hubungan Tingkat Gejala Depresi dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja Sekolah Menengah Atas. *JOMS*, 3(1), 39–47. <https://doi.org/10.22437/joms.v3i1.27181>
- Kusumawati, Y., & Zulaekah, S. (2021). Booklet sebagai Media Edukasi dalam Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan Mental Ibu Hamil. *Proceeding of The 13th University Research Colloquium 2021: Kesehatan Dan MIPA*, 50–58. <https://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1251>
- Mapala, P. P., & Setyawati, S. P. (2022). Permainan Moli Quiz sebagai Sarana Melatih Keterbukaan Diri Siswa SMP. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 2, 80–90.
- Mardiah, A. (2023). Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban Bullying melalui Konseling Individual Rational Emotif Behaviour Therapy Teknik Home Work Assigment pada Siswa Kelas VII A SMP Negeri 1 Amuntai Selatan Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2022/2023. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(1), 184–204.
- Maslan. (2024). Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengembangkan Keterbukaan Diri Siswa di SMA Swasta Budisatrya Medan. *PEDAGOGIK Jurnal Pendidikan Dan Riset*, 2(1), 43–50.
- Parhusip, R. L. H., & Hartono. (2021). Hubungan Lingkungan Belajar di Rumah Dengan Prestasi Belajar Siswa/i SMP Negeri 15 Medan Tahun Ajaran 2019/2020. *Jurnal Mutiara Pendidikan Indonesia*, 6(1), 21–30. <https://doi.org/10.51544/mutiara%20pendidikan.v6i1.1832>
- Pusporani, M., Nuryanti, L., & Safitri, D. A. (2023). Bunuh Diri pada Remaja: Faktor Risiko dan Pencegahan. *Prosiding 17th URECOL: Seri Sosial, Ekonomi Dan Psikologi*, 10–22.
- Putri, K. F., & Tobing, D. L. (2020). Tingkat Resiliensi dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(01), 1–6. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v10i01.392>
- Putri, M. T., & Ferry, D. (2024). Analisis Hubungan Antara Self-Awareness Dengan Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Biologi. *Biodik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, 10(1), 54–66. <https://doi.org/10.22437/biodik.v10i1.31937>
- Salsabila, S. T., Mamat, R., Suprihartono, F. A., Mulus, G., Ni'mah, E. S., & Jannah, E. W. (2019). Edukasi dengan media video animasi dan powerpoint. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bandung*, 11(1), 183–190.
- Tarigan, B. A., Chowin, N., F. C., Vebiani, R. Y., & Panjaitan, R. F. (2023). SELA (Self Awareness) Campaign Sebagai Upaya Peningkatan Kesadaran Mental Remaja di Desa Paya Bakung. *Reswara: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 874–883. <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v4i2.2560>
- Widyaningrum, D. A., & Wulandari, T. (2019). Edukasi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Keluarga Dalam Merawat Pasien Halusinasi. *Jurnal Keperawatan*, 12(2), 7–13. <https://ejournal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/45>
- World Health Organization. (2023, August 28). *Suicide*. [www.who.int](http://www.who.int).
- World Health Organization. (2021, November 17). *Mental health of adolescents*. [www.who.int](http://www.who.int).
- Yuliasari, H. (2020). Pelatihan Konselor Sebaya Untuk Meningkatkan Self Awareness Terhadap Perilaku Beresiko Remaja. *Jurnal Psikologi Insight Departemen Psikologi*, 4(1), 63–72.