

# HUBUNGAN *SELF AWARENESS* DENGAN INDEKS PRESTASI KUMULATIF (IPK) PADA MAHASISWA KEPERAWATAN UNIVERSITAS X

Ila Asyifa Purnama<sup>1\*)</sup>, Diding Kelana Setiadi<sup>2)</sup>, Amanda Puspanitaning Sejati<sup>3)</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Program Studi S1 Keperawatan, Kampus Daerah Sumedang, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

\*Email Korespondensi: [ilaasyifap@upi.edu](mailto:ilaasyifap@upi.edu)

DOI : 10.33369/jvk.v8i2.45957

## Article History

Received : November 2025

Revised : Desember 2025

Accepted : Desember 2025

## ABSTRAK

**Pendahuluan :** Mahasiswa keperawatan menghadapi tuntutan akademik yang tinggi, sehingga dapat menyebabkan *burnout*. *Self awareness* merupakan kemampuan individu untuk memahami dan menilai diri sendiri secara baik serta mendalam. Pada mahasiswa keperawatan, rendahnya *self awareness* dapat berdampak pada kesulitan mengelola stres akademik, menurunnya motivasi belajar sehingga menyebabkan pencapaian akademik yang kurang optimal. **Metode** Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara *self awareness* dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada mahasiswa keperawatan. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian berjumlah 466 mahasiswa angkatan 2022, 2023 dan 2024 dengan jumlah sampel terdiri dari 215 mahasiswa yang dipilih dengan teknik *proportionate stratified random sampling*. Data diperoleh menggunakan kuesioner *self-awareness*, sedangkan data IPK diperoleh melalui *self-report* dan data data akademik kampus. Analisis dilakukan menggunakan JASP. **Hasil :** *self-awareness* pada kategori sedang (51,2%), dan mayoritas memiliki IPK dalam kategori *cumlaude* (82,8%). Uji *Spearman's rho* menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *self-awareness* dan IPK ( $r = 0,224$ ;  $p < 0,001$ ), yang berarti semakin tinggi tingkat *self-awareness* maka semakin tinggi pula IPK yang diperoleh, meskipun kekuatan hubungan tergolong lemah. **Pembahasan :** Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *self-awareness* dan IPK pada mahasiswa keperawatan Universitas X. **Kesimpulan :** Penelitian ini menyimpulkan bahwa *self-awareness* berperan dalam pencapaian prestasi akademik mahasiswa keperawatan, namun masih dipengaruhi oleh faktor lain. **Saran :** Oleh karena itu, institusi pendidikan disarankan untuk mengembangkan program yang dapat meningkatkan *self-awareness* mahasiswa.

**Kata Kunci :** indeks prestasi kumulatif, mahasiswa keperawatan, *self awareness*

## PENDAHULUAN

Prestasi akademik mahasiswa keperawatan merupakan indikator penting keberhasilan pendidikan tinggi karena mencerminkan kemampuan intelektual dan kesiapan memasuki profesi. Dalam konteks pendidikan tinggi keperawatan, IPK digunakan sebagai ukuran utama capaian akademik (Anggraeni & Randayani Lubis, 2021). Meskipun rata-rata IPK lulusan sarjana Indonesia tercatat sebesar 3,33 dan program kesehatan 3,36 (Kemdikbudristek, 2022), masih terdapat mahasiswa keperawatan yang belum mencapai capaian optimal. Penelitian Ladhy (2025) menemukan rata-rata IPK mahasiswa keperawatan adalah 3,34, namun masih terdapat 20,9% mahasiswa yang berada pada kategori rendah. Kondisi ini perlu diperhatikan karena berkontribusi pada kelulusan uji kompetensi profesi keperawatan, di mana 60% penentu kelulusan berasal dari IPK (Fitria, 2024). Mahasiswa keperawatan menghadapi tantangan akademik, tuntutan keterampilan klinik, rasa tidak percaya diri, dan kekhawatiran dalam praktik (Farodisa & Linggardini, 2020), sehingga menimbulkan kelelahan secara fisik, mental, dan

emosional yang mengarah pada kondisi burnout (Suha et al., 2022). *Burnout* yang tinggi berpotensi mempengaruhi konsentrasi, motivasi belajar dan capaian akademik peserta didik (Mudhar et al., 2015). Mahasiswa keperawatan sering mengalami berbagai masalah belajar yang berdampak pada penurunan prestasi akademik, terutama pada masa transisi awal perkuliahan. Hal ini ditunjukkan oleh temuan bahwa perubahan lingkungan dan tuntutan pembelajaran yang baru dapat menyebabkan turunnya prestasi akademik pada tahun pertama perkuliahan (Aprilatutini et al., 2020).

Pembelajaran sosial berperan penting dalam perkembangan kognitif dan pembentukan karakter positif mahasiswa (Majidah & Ahmadi, 2024). Pendidikan juga harus mendukung keterampilan interpersonal, berpikir kritis, pemecahan masalah, dan regulasi emosi (Husnaini et al., 2024). Pengaturan diri dalam belajar menjadi strategi yang membantu mahasiswa mencapai prestasi akademik yang lebih baik karena mereka mampu mengatur waktu dan proses belajar secara mandiri (Iman, 2022). Melalui pembelajaran sosial emosional, mahasiswa dilatih untuk mengenali serta mengelola emosi, mengambil keputusan dengan tanggung jawab, meningkatkan empati, dan membangun hubungan positif (Nasution et al., 2023). Komponen dasar dari pembelajaran sosial emosional adalah kesadaran diri (Majidah & Ahmadi, 2024).

*Self awareness* merupakan salah satu komponen utama dalam pembelajaran sosial emosional. *Self awareness* didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mengenali pikiran, perasaan, tindakan, serta memahami kekuatan dan kelemahan diri (Akbar et al., 2018). Kemampuan ini membantu individu memahami dirinya secara mendalam, meningkatkan motivasi, disiplin belajar, dan penerimaan diri (Setiawati et al., 2020). *Self awareness* juga berkontribusi terhadap pembentukan sikap positif dan kemampuan belajar mandiri (Halawa & Fensi, 2020). Selain itu, *self awareness* memiliki peran penting dalam meningkatkan prestasi belajar melalui proses refleksi dan strategi belajar yang lebih efektif (Nurdiana et al., 2023). *Metacognitive skills* seperti *strategy awareness* dan *time awareness* terbukti berhubungan dengan keberhasilan belajar (Abdelshiheed et al., 2023). Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *self awareness* baik cenderung memiliki motivasi akademik dan prestasi belajar yang lebih tinggi (Dwi Kurniasih et al., 2025). *Self awareness* juga mendorong mahasiswa untuk mengenali kelebihan dan kekurangannya sehingga dapat memperbaiki cara belajar yang digunakan (Putri & Ferry, 2024). Namun, penelitian mengenai hubungan *self awareness* dengan IPK pada mahasiswa keperawatan di Indonesia masih terbatas.

Studi pendahuluan pada 8 Juli 2025 menunjukkan bahwa 10 dari 15 mahasiswa keperawatan memiliki *self awareness* rendah, sementara sebagian besar berada pada kategori IPK memuaskan. Secara ilmiah, penelitian ini dapat mengisi kesenjangan literatur mengenai hubungan *self awareness* dan IPK di pendidikan tinggi keperawatan. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self awareness* dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas X. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara *self awareness* dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada mahasiswa keperawatan. Penelitian ini berupaya memberikan kontribusi teoretis melalui penguatan dasar konseptual mengenai peran *self awareness* dalam pencapaian akademik, serta kontribusi praktis bagi institusi pendidikan dalam merancang intervensi peningkatan kesadaran diri sebagai strategi meningkatkan prestasi mahasiswa.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif korelasional yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self awareness* sebagai variabel independen dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) sebagai variabel dependen. Desain ini memungkinkan peneliti untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan kedua variabel

tersebut pada mahasiswa keperawatan. Penelitian dilakukan pada mahasiswa aktif Program Studi Keperawatan Universitas X angkatan 2022–2024. Populasi berjumlah 466 mahasiswa, terdiri dari 149 mahasiswa angkatan 2022, 163 mahasiswa angkatan 2023, dan 154 mahasiswa angkatan 2024. Penentuan sampel menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% sehingga diperoleh jumlah sampel 215 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *proportionate stratified random sampling* untuk memberikan peluang yang sama kepada setiap anggota populasi pada tiap angkatan. Pemilihan responden dilakukan secara acak menggunakan *website wheel of names spinner*. Kriteria inklusi meliputi mahasiswa aktif angkatan 2022–2024 yang bersedia menjadi responden dan menyetujui *informed consent*, sedangkan kriteria eksklusi mencakup mahasiswa yang sedang sakit atau cuti saat pengumpulan data.

Variabel *self awareness* diukur menggunakan instrumen *Self Reflection and Insight Scale* (SRIS) yang dikembangkan Grant et al. (2002), telah diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh Fitria & Utami (2020), dan terdiri dari 20 item dengan tiga dimensi yaitu *engaging in self reflection*, *need for self reflection*, dan *insight*. Skala Likert digunakan untuk mengukur respons dengan rentang skor 1 sampai 5, terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Validitas dan reliabilitas instrumen telah dibuktikan dengan nilai  $r$  berkisar 0,361–0,707 dan Cronbach alpha sebesar 0,732. Kategorisasi tingkat *self awareness* ditentukan berdasarkan kuartil  $Q1 = 67$ ,  $Q2 = 71$ , dan  $Q3 = 75$  menggunakan data penelitian sehingga didapatkan kategori *self awareness* terdiri dari tiga kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

Variabel Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) diukur berdasarkan nilai IPK terakhir yang diperoleh dari dua sumber, yaitu *self-report* oleh responden melalui *Google Form* dan data resmi dari bagian akademik kampus. Data akademik digunakan sebagai data utama apabila terdapat perbedaan karena dinilai lebih objektif. IPK dikategorikan menjadi *cumlaude* (3,51–4,00), sangat memuaskan (3,01–3,50), dan memuaskan (2,00–3,00). Seluruh data dikumpulkan melalui kuesioner daring dan observasi dokumentasi selama dua minggu, yakni 15 September–2 Oktober 2025. Analisis data dilakukan menggunakan JASP versi 0.19.3. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan distribusi setiap variabel dan karakteristik responden. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self awareness* dan IPK menggunakan uji normalitas *Kolmogorov–Smirnov* dan didapatkan hasil data tidak berdistribusi normal sehingga untuk melakukan uji korelasi digunakan uji non-parametrik yaitu *Spearman's rho*. Penelitian dilakukan secara sukarela, data dijaga kerahasiaannya, dan risiko penelitian diminimalkan.

## HASIL

Hasil penelitian mencakup analisis data umum, uji univariat, dan uji bivariat. Berikut adalah hasil yang diperoleh :

Tabel 1. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin dan Angkatan

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	26	12,1
Perempuan	189	87,9
Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)
<b>Angkatan</b>		
2022	69	32,1
2023	75	34,9
2024	71	33
<b>Total</b>	<b>215</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.2 di atas, menunjukkan sebagian besar responden pada penelitian ini yaitu perempuan dengan total sebanyak 189 mahasiswa (87,9%). Selain berdasarkan jenis kelamin, responden juga dikelompokkan berdasarkan angkatan, yaitu angkatan 2022, 2023 dan 2024. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar responden berasal dari angkatan 2023 sebanyak 75 mahasiswa (34,9%). Kesetaraan jumlah responden antarangkatan ini diperoleh karena peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel secara *proportionate stratified random sampling*, sehingga jumlah responden dari setiap angkatan menyesuaikan dengan total populasi masing-masing tahun akademik.

Tabel 2. Analisa Kategorisasi *Self Awareness*

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase (%)
Rendah	$\leq 67$	59	27,4
Sedang	$> 67 - \leq 75$	110	51,2
Tinggi	$> 75$	46	21,4
<b>Total</b>		215	100,0

Berdasarkan tabel 2 di atas, diketahui bahwa dari total 215 responden, sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat *self-awareness* pada kategori sedang, yaitu sebanyak 110 mahasiswa (51,2%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan memiliki kemampuan kesadaran diri (*self-awareness*) yang sedang namun belum optimal.

Tabel 3. Analisa Kategorisasi *Self Awareness* Setiap Angkatan

<b>Angkatan 2022</b>			
Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase (%)
Rendah	$\leq 67$	11	15,9
Sedang	$> 67 - \leq 75$	38	55,1
Tinggi	$> 75$	20	29,0
<b>Total</b>		69	100,0
<b>Angkatan 2023</b>			
Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase (%)
Rendah	$\leq 67$	10	13,3
Sedang	$> 67 - \leq 75$	47	62,7
Tinggi	$> 75$	18	24,0
<b>Total</b>		75	100,0
<b>Angkatan 2024</b>			
Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase (%)
Rendah	$\leq 67$	20	28,2
Sedang	$> 67 - \leq 75$	32	45,1
Tinggi	$> 75$	19	26,8
<b>Total</b>		71	100,0

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa pada angkatan 2022, dari total 69 responden, sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat *self awareness* dalam kategori sedang yaitu sebanyak 38 orang (55,1%). Pada angkatan 2023 dari 75 responden, sebagian besar mahasiswa yaitu sebanyak 47 mahasiswa (62,7%) juga menunjukkan tingkat *self awareness* pada kategori sedang. Sementara itu, pada angkatan 2024 dari 71 responden sebagian besar mahasiswa juga memiliki tingkat *self awareness* pada kategori sedang sebanyak 32 orang (45,1%).

**Tabel 4. Analisa Kategorisasi Indeks Prestasi Kumulatif**

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase (%)
Memuaskan	2,00 – 3,00	1	0,5
Sangat Memuaskan	3,01 – 3,50	36	16,7
Cumlaude	3,51 – 4,00	178	82,8
<b>Total</b>		<b>215</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui bahwa dari total 215 responden mahasiswa keperawatan, sebagian besar memiliki IPK dalam kategori *cumlaude* (3,51-4,00) yaitu sebanyak 178 mahasiswa (82,8%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki prestasi akademik yang sangat baik, dengan lebih dari delapan puluh persen mencapai predikat *cumlaude*. Hal ini mencerminkan kemampuan akademik yang baik pada sebagian besar mahasiswa keperawatan.

**Tabel 5. Analisa Kategorisasi Indeks Prestasi Kumulatif Setiap Angkatan**

<b>Angkatan 2022</b>			
Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase (%)
Cumlaude	3,51 – 4,00	61	88,4
Sangat Memuaskan	3,01 – 3,50	8	11,6
Memuaskan	2,00 – 3,00	0	0
<b>Total</b>		<b>69</b>	<b>100,0</b>
<b>Angkatan 2023</b>			
Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase (%)
Cumlaude	3,51 – 4,00	60	80,0
Sangat Memuaskan	3,01 – 3,50	14	18,7
Memuaskan	2,00 – 3,00	1	1,3
<b>Total</b>		<b>75</b>	<b>100,0</b>
<b>Angkatan 2024</b>			
Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase (%)
Cumlaude	3,51 – 4,00	59	83,1
Sangat Memuaskan	3,01 – 3,50	12	16,9
Memuaskan	2,00 – 3,00	0	0
<b>Total</b>		<b>71</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 4.6 Capaian Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa dari ketiga angkatan secara umum menunjukkan prestasi akademik yang tinggi. Pada angkatan 2022 kategori *cumlaude* menjadi capaian yang paling tinggi sebanyak 61 mahasiswa (88,4%), begitu juga pada angkatan 2023, kategori *cumlaude* menjadi capaian yang paling tinggi sebanyak 60 mahasiswa (80,0%). Pada angkatan 2024, 59 orang (83,1%) juga memiliki indeks prestasi kumulatif pada kategori *cumlaude*. Tingginya jumlah mahasiswa yang mencapai IPK kategori *Cumlaude* pada ketiga angkatan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mampu mempertahankan IPK di atas 3,51. Hal ini menggambarkan konsistensi prestasi akademik yang sangat baik.

**Tabel 6. Hasil Uji Normalitas Variabel *Self Awareness* dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada Mahasiswa Keperawatan**

Variabel	N	Nilai <i>p</i>
<i>Self Awareness</i>	215	0,396
Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)	215	<0,001

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan metode *Kolmogorov-Smirnov* pada tabel di atas, diketahui bahwa variabel *self-awareness* memiliki nilai signifikansi (*p*) sebesar 0,396. Karena nilai  $p > 0,05$  pada variabel *self-awareness*, maka data tersebut berdistribusi normal. Sedangkan pada variabel Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) memiliki nilai signifikansi sebesar  $<0,001$ . Berdasarkan hal tersebut menunjukkan, nilai  $p < 0,05$  pada variabel IPK menunjukkan distribusi tidak normal. Oleh karena itu, untuk analisis hubungan antara kedua variabel tersebut menggunakan uji non-parametrik *Spearman-rho*, karena salah satu variabel tidak berdistribusi normal.

**Tabel 7. Hasil Analisis Hubungan *Self Awareness* dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada Mahasiswa Keperawatan**

	<i>Spearman's rho</i>	Nilai <i>p</i>
<i>Self Awareness</i> - IPK	0,224	< 0.001

Hasil uji korelasi antara *self-awareness* dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) menunjukkan nilai *Spearman's rho* = 0,224 dengan nilai signifikansi  $p < 0,001$ . Karena nilai  $p < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat *self-awareness* dan IPK mahasiswa keperawatan. Nilai koefisien korelasi positif ( $r = 0,224$ ) menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat positif dan lemah, artinya semakin tinggi tingkat *self-awareness* mahasiswa, maka cenderung semakin tinggi pula IPK yang diperoleh, meskipun kekuatan hubungannya tidak kuat. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengenali diri dan merefleksikan perilaku akademiknya memiliki kontribusi terhadap pencapaian prestasi belajar, namun masih dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar *self-awareness*, seperti motivasi belajar, manajemen waktu, dan dukungan lingkungan belajar.

**Tabel 8. Hasil Analisis Tingkat Hubungan *Self Awareness* dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) setiap angkatan pada Mahasiswa Keperawatan UPI**

Variabel	<i>Self-Awareness</i>		
	Angkatan	<i>Spearman's rho</i>	Nilai <i>p</i>
Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)	2022	0,346	0,004
	2023	0,120	0,305
	2024	0,247	0,038

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 4.4, tingkat kekuatan hubungan *self awareness* dan indeks prestasi kumulatif di setiap angkatan memiliki kekuatan yang berbeda-beda. Angkatan yang memiliki hubungan dengan kekuatan paling tinggi antara *self awareness* dan indeks prestasi kumulatif adalah angkatan 2022 dengan hasil *Spearman's rho* = 0,346 dan nilai  $p = 0,004$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-awareness* mahasiswa angkatan 2022, maka semakin tinggi pula IPK yang diperoleh. Dengan demikian, pada angkatan ini *self-awareness* berperan cukup baik terhadap pencapaian prestasi akademik mahasiswa.

## PEMBAHASAN

### *Self Awareness* Pada Mahasiswa Keperawatan

*Self-awareness* merupakan komponen inti dari kecerdasan emosional yang mendasari pengambilan keputusan secara bijaksana dan pengelolaan diri yang efektif (Qowimah et al., 2021). Menurut Goleman (Qowimah et al., 2021), *self-awareness* adalah keahlian seseorang untuk mengenali apa yang dirasakannya dan menggunakannya sebagai acuan dalam pengambilan keputusan. Kemampuan ini mencakup pemahaman emosi, alasan di baliknya, dan dampaknya pada diri sendiri maupun orang lain. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan sebanyak 110 mahasiswa (51,2%) memiliki tingkat *self-awareness* sedang, dengan 59 mahasiswa (27,4%) pada kategori rendah dan 46 mahasiswa (21,4%) pada kategori tinggi.

Berdasarkan analisis kategorisasi *self-awareness* setiap angkatan, terlihat bahwa ketiga angkatan memiliki tingkat *self-awareness* yang hampir sama, yaitu mayoritas responden berada pada kategori sedang. Namun demikian, terdapat variasi proporsi pada masing-masing angkatan. Pada angkatan 2022, sebanyak 38 mahasiswa (55,1%) berada pada kategori sedang, angkatan 2023 memiliki 47 mahasiswa (62,7%), sementara angkatan 2024 sebanyak 32 mahasiswa (45,1%). Perbedaan ini menunjukkan bahwa tingkat *self-awareness* mahasiswa tidak hanya dipengaruhi faktor individual, tetapi juga pengalaman belajar pada masing-masing angkatan.

Secara teoretis, Solso (dalam Musdalifah, R et al., 2019) menjelaskan bahwa *self-awareness* terbentuk melalui lima elemen utama, yaitu *attention*, *wakefulness*, *architecture*, *recall of knowledge*, dan *emotive*. Berdasarkan teori ini, mahasiswa yang memiliki *self-awareness* pada tingkat sedang berarti sudah mampu memusatkan perhatian terhadap stimulus internal dan eksternal (seperti perasaan, pikiran, serta tuntutan akademik), tetapi belum sepenuhnya mengintegrasikan pengalaman belajar tersebut ke dalam pemahaman diri yang utuh. Hal ini sejalan dengan dimensi *Self-Reflection and Insight Scale* (SRIS) yang mencakup *Engaging in Self-Reflection*, *Need for Self-Reflection*, dan *Insight*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sampel penelitian memiliki kelemahan pada aspek *insight*, atau kemampuan untuk memperoleh pemahaman yang jernih dan mendalam mengenai diri sendiri, termasuk kekuatan, kelemahan, serta pola perilaku yang berulang sehingga aspek ini perlu ditingkatkan (MacIsaac, et al., 2023).

Dalam pendidikan keperawatan, *self-awareness* menjadi aspek fundamental dalam pembentukan kompetensi profesional. Roberts & Stark (dalam Petros, R., & Solomon., 2020) menyebutkan bahwa refleksi diri merupakan kemampuan penting bagi tenaga kesehatan karena membantu mereka memahami respons emosional, meningkatkan empati terhadap pasien, dan memperbaiki pengambilan keputusan klinik. Oleh karena itu, mahasiswa keperawatan dengan tingkat kesadaran diri yang baik akan lebih mampu menghubungkan pengalaman akademik dan praktik dengan nilai-nilai profesional. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa telah memiliki kesadaran diri yang cukup baik, program pendidikan perlu memperkuat kegiatan pembelajaran berbasis refleksi seperti *self assessment* untuk membantu mahasiswa memahami diri dan proses belajarnya secara lebih mendalam.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Putri & Ferry (2024) yang menemukan bahwa *self-awareness* memiliki hubungan positif dengan hasil belajar biologi siswa, dimana sebagian besar responden juga berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran diri yang belum optimal menjadi fenomena umum di kalangan pelajar dan mahasiswa, terutama pada tahap awal pembentukan profesionalisme akademik. Hasil penelitian Napitupulu & Minarni (2023) juga mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa *self-*

*awareness* memberikan pengaruh sebesar 27,7% terhadap pemahaman belajar mahasiswa. Walaupun kontribusi tersebut tidak dominan, perannya signifikan dalam membantu mahasiswa memahami cara belajar dan berpikir yang efektif. Dengan demikian, tingkat *self-awareness* sedang yang ditemukan pada mahasiswa keperawatan Universitas X menunjukkan adanya potensi untuk berkembang.

Selain faktor kognitif dan emosional, Vega et al. (2019) menjelaskan bahwa *self-awareness* juga dipengaruhi oleh kepercayaan diri dan persepsi positif terhadap diri sendiri. Mahasiswa dengan *self-awareness* yang sedang mungkin mengalami tekanan akademik, perasaan kurang mampu, atau perbandingan sosial dengan rekan sekelas yang dapat menurunkan refleksi diri. Hal ini sejalan dengan Fitri et al. (2018) yang menyatakan bahwa individu dengan kepercayaan diri tinggi akan memiliki citra diri positif dan lebih berani menghadapi tantangan akademik. Oleh karena itu, pengembangan *self-awareness* mahasiswa keperawatan tidak hanya memerlukan intervensi akademik, tetapi juga dukungan psikososial yang mendorong keseimbangan antara penguasaan kognitif dan stabilitas emosional.

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa keperawatan Universitas X mayoritas memiliki *self awareness* yang sedang (51,2%). Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa sudah memiliki kemampuan dasar untuk mengenali pikiran, perasaan, dan perilaku mereka, namun kemampuan untuk memperoleh pemahaman yang jernih dan mendalam mengenai diri sendiri, termasuk kekuatan, kelemahan, serta pola perilaku yang berulang masih perlu ditingkatkan.

Sebagai upaya pengembangan, proses peningkatan *self-awareness* dapat didukung melalui beberapa kegiatan yang memperkuat kebersamaan, kekompakkan, dan ketekunan. Lingkungan belajar yang kolaboratif dan suportif dapat memudahkan mahasiswa melakukan refleksi diri, karena interaksi dengan teman sebaya memberikan ruang untuk berbagi pengalaman, mendapatkan sudut pandang baru, dan menerima umpan balik yang baik. Oleh karena itu, pengembangan *self-awareness* dapat dilakukan melalui *self-assessment* rutin, misalnya setiap bulan, serta melalui kerja kelompok, diskusi, dan keterlibatan dalam organisasi yang memberi kesempatan untuk belajar bersama dan memperluas pengalaman interpersonal.

Hasil ini sejalan dengan teori Grant et al. (2002) dan Goleman (1995) yang menegaskan bahwa *self-awareness* merupakan proses bertahap yang berkembang melalui pengalaman dan refleksi berulang. Dengan demikian, tingkat *self-awareness* yang berada pada kategori sedang menggambarkan bahwa mahasiswa keperawatan berada pada tahap berkembang menuju kesadaran profesional yang lebih matang.

### **Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Pada Mahasiswa Keperawatan**

Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) merupakan indikator penting dalam menilai kualitas akademik mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang memiliki Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) dalam kategori *cumlaude* (3,51–4,00) sebanyak 178 orang (82,8%), kategori sangat memuaskan (3,01–3,50) sebanyak 36 orang (16,7%), dan hanya 1 orang (0,5%) berada pada kategori memuaskan (2,00–3,00). Hal ini menunjukkan bahwa secara umum mahasiswa memiliki prestasi akademik yang sangat baik. Menurut Cautinho (dalam Udil et al., 2022), IPK mencerminkan hasil kumulatif proses belajar mahasiswa yang dipengaruhi oleh kemampuan kognitif, konsistensi belajar, serta tanggung jawab terhadap tuntutan akademik.

Berdasarkan analisis kategorisasi Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) setiap angkatan, terlihat bahwa ketiga angkatan memiliki kecenderungan capaian akademik yang sangat baik, dengan mayoritas mahasiswa berada pada kategori *cumlaude*. Pada angkatan 2022, sebanyak 61 mahasiswa (88,4%) berada pada kategori *cumlaude*, diikuti angkatan 2023 dengan 60

mahasiswa (80,0%), dan angkatan 2024 sebanyak 59 mahasiswa (83,1%). Meskipun terdapat perbedaan presentase antar angkatan, distribusi tersebut menunjukkan bahwa hasil akademik mahasiswa keperawatan relatif konsisten dan stabil pada setiap tingkatannya. Perbedaan capaian akademik pada setiap angkatan dapat dipengaruhi oleh tingkat adaptasi mahasiswa terhadap tuntutan akademik, serta pengalaman belajar yang berbeda pada tiap tahap perkuliahan.

Berdasarkan teori Purwanto (dalam Mashartanto et al., 2022), prestasi akademik ditentukan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi intelegensi, motivasi, minat, dan bakat, sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan sosial, lingkungan belajar, serta fasilitas akademik. Dalam konteks penelitian ini, tingginya capaian IPK menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan memiliki motivasi yang kuat terhadap studi mereka, mampu menguasai materi perkuliahan dan memiliki dukungan sosial yang memadai. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Purna et al. (2024) yang menyebutkan bahwa motivasi belajar intrinsik memiliki hubungan signifikan dengan persepsi IPK mahasiswa keperawatan ( $p = 0,032$ ). Demikian pula, Feronica et al. (2020) menemukan bahwa minat dan motivasi menjadi perawat memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa ( $p = 0,000$ ). Kedua penelitian tersebut memperkuat bahwa motivasi belajar yang tinggi menjadi pendorong penting keberhasilan akademik mahasiswa keperawatan.

Menurut Susilo dan Arifin (2020), IPK yang tinggi dan konsisten menunjukkan efektivitas sistem pendidikan yang berfokus pada hasil belajar (*learning outcomes*) serta pengawasan akademik yang ketat. Rata-rata IPK yang tinggi dan merata di antara mahasiswa keperawatan ini menggambarkan kesetaraan akses pembelajaran setiap angkatan, baik dari segi kurikulum, metode pengajaran, maupun fasilitas akademik. Hal ini menunjukkan bahwa program studi keperawatan di Universitas X berhasil dalam menciptakan lingkungan yang mendukung mahasiswa untuk mencapai potensi akademik maksimal mereka, serta memastikan bahwa seluruh mahasiswa berhasil dalam memenuhi tuntutan akademik yang tinggi.

### **Hubungan *Self-Awareness* dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Pada Mahasiswa Keperawatan**

Secara teoritis, *self-awareness* merupakan komponen fundamental dari kecerdasan emosional (Qowimah et al., 2021), yang memungkinkan individu untuk mengenali dan memahami emosi, potensi, serta diri sendiri (Musdalifah, R. (2019). Kemampuan ini sangat penting dalam proses belajar, karena mahasiswa yang memiliki *self-awareness* tinggi cenderung lebih mampu mengidentifikasi gaya belajar yang efektif, mengelola emosi terkait stres akademik, dan membuat keputusan yang bijaksana dalam kemampuan belajar mereka.

Hasil penelitian ini menggunakan analisis uji *Spearman's rho* menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-awareness* dan IPK mahasiswa keperawatan didapatkan ( $r = 0,224$ ;  $p < 0,001$ ). Hasil ini menandakan bahwa peningkatan *self-awareness* berkorelasi dengan peningkatan IPK, meskipun kekuatan hubungan tergolong lemah. Secara statistik, hal ini berarti hipotesis alternatif ( $H_1$ ) diterima dan hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, menunjukkan bahwa *self-awareness* berperan dalam menentukan prestasi akademik mahasiswa keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia. Koefisien korelasi positif menunjukkan arah hubungan yang sejalan, di mana semakin tinggi tingkat *self-awareness* mahasiswa, maka semakin baik pula prestasi akademiknya.

Berdasarkan teori *Social Cognitive Theory* Bandura (dalam Abdullah, S.M., 2019) menekankan bahwa perilaku belajar dan hasil akademik dipengaruhi oleh interaksi antara faktor personal, lingkungan, serta perilaku individu. Mahasiswa yang memiliki kesadaran diri tinggi akan lebih mampu menilai kemampuan, mengenali kesulitan belajar, serta mengadaptasi

strategi belajar yang efektif. Dengan demikian, *self-awareness* berfungsi sebagai mekanisme pengatur (*self-regulatory mechanism*) yang membantu mahasiswa mencapai performa akademik optimal. Dalam konteks ini, hasil penelitian mendukung teori Grant et al. (2002) yang menyatakan bahwa refleksi diri dan *insight* merupakan elemen penting dalam peningkatan performa akademik melalui pengenalan dan penyesuaian perilaku belajar.

Mahasiswa dengan *self-awareness* yang baik akan lebih mampu mengenali kekuatan dan kelemahan mereka dalam belajar, sehingga dapat memilih strategi belajar yang paling efektif. Mereka juga lebih mampu mengelola emosi negatif seperti kecemasan atau frustrasi yang sering muncul dalam proses akademik, yang pada akhirnya dapat meningkatkan fokus dan motivasi belajar. Kemampuan untuk merefleksikan pengalaman belajar dan mengidentifikasi hal yang perlu ditingkatkan yang secara langsung dapat mendukung peningkatan IPK. Penelitian Ismoyowati Wahyuni (2021) yang menemukan korelasi antara *self-awareness* dengan tingkat pemahaman materi kuliah selama pembelajaran daring, semakin menguatkan peran *self-awareness* dalam proses kognitif yang mendukung IPK.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Napitupulu & Minarni (2023) yang menunjukkan bahwa *self-awareness* berpengaruh signifikan terhadap pemahaman belajar mahasiswa sebesar 27,7%, serta penelitian Qowimah et al. (2021) yang menjelaskan bahwa *self-awareness* memiliki kontribusi 26,3% terhadap komunikasi efektif. Penelitian Rachmah et al. (2021) bahkan menjelaskan bahwa *self-awareness* berperan sebagai mediator antara *self-directed learning* dan *goal setting*, yang berarti kesadaran diri memperkuat kemampuan mahasiswa dalam mengatur tujuan akademik. Temuan Abdillah et al. (2025) juga mendukung hasil ini, di mana psikoedukasi berpikir positif terbukti menurunkan kecemasan akademik mahasiswa, menunjukkan pentingnya kemampuan mengenali dan mengelola pikiran serta emosi. Hal ini selaras dengan hasil penelitian ini karena *self-awareness* berkaitan dengan kemampuan mahasiswa memahami diri, mengatur respons emosional, dan mempertahankan kondisi psikologis yang stabil, sehingga dapat mendukung pencapaian akademik termasuk IPK. Meskipun kekuatan hubungan dalam penelitian ini lebih lemah dibandingkan penelitian sebelumnya, hasilnya tetap menunjukkan konsistensi arah hubungan positif.

Meskipun demikian, nilai korelasi yang lemah ( $r = 0,224$ ) menunjukkan bahwa prestasi akademik mahasiswa tidak hanya dipengaruhi oleh *self-awareness*, tetapi juga oleh faktor-faktor lain seperti motivasi, stres akademik, dan dukungan sosial. Rahmawati & Suprpto (2022) menemukan bahwa kontribusi *self-awareness* terhadap hasil belajar hanya sebesar 14,3%, sedangkan variabel lain memiliki pengaruh lebih besar. Rachmah et al. (2021) juga menguatkan bahwa *self-awareness* berperan sebagai mediator yang memperkuat pengaruh antara *self-directed learning* dan *goal setting*, keterampilan krusial untuk pencapaian akademik. Gross (2015) dalam teori regulasi emosi menjelaskan bahwa kemampuan mengatur emosi berperan penting dalam menjaga fokus belajar dan mengatasi tekanan akademik.

Secara keseluruhan, hubungan positif antara *self-awareness* dan IPK pada mahasiswa keperawatan menunjukkan bahwa kesadaran diri adalah hal yang penting dalam proses akademik mereka. Peningkatan *self-awareness* dapat menjadi strategi yang efektif untuk mendukung mahasiswa dalam mencapai potensi akademik dengan baik, sekaligus mempersiapkan diri untuk menjadi perawat profesional yang kompeten dan adaptif di masa depan. Oleh sebab itu, pengembangan *self-awareness* perlu diiringi dengan pelatihan regulasi emosi dan penguatan motivasi agar mampu memberikan dampak yang lebih signifikan terhadap prestasi akademik.

Berdasarkan hasil uji *Spearman's rho* mengenai hubungan *self awareness* dan indeks prestasi kumulatif pada setiap angkatan mahasiswa keperawatan, terlihat bahwa masing-masing angkatan memiliki kekuatan hubungan yang berbeda. Angkatan 2022 memiliki hubungan paling tinggi dengan nilai *Spearman's rho* = 0,346 dan  $p = 0,004$ . Nilai tersebut menunjukkan

adanya hubungan positif yang signifikan antara *self-awareness* dan IPK, artinya semakin tinggi tingkat *self-awareness* mahasiswa angkatan 2022 maka semakin tinggi pula IPK yang diperoleh. Pada angkatan 2024 menunjukkan hubungan positif yang lebih lemah dibandingkan 2022, dengan nilai *Spearman's rho* = 0,247 dan  $p = 0,038$ , namun hubungan tersebut tetap signifikan. Sementara itu, pada angkatan 2023 diperoleh nilai *Spearman's rho* = 0,120 dan  $p = 0,305$  yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa angkatan 2022 memiliki kekuatan hubungan paling kuat antara *self-awareness* dan IPK, sedangkan angkatan 2023 menunjukkan hubungan yang paling lemah.

Perbedaan kekuatan hubungan antara *self-awareness* dan IPK pada tiap angkatan kemungkinan disebabkan oleh perbedaan tingkat kematangan akademik serta pengalaman belajar mahasiswa. Mahasiswa angkatan 2022 yang telah menempuh masa studi lebih lama cenderung memiliki kemampuan refleksi diri dan pengelolaan diri yang lebih baik dibandingkan angkatan di bawahnya. Hal ini dapat membantu mereka dalam menetapkan strategi belajar yang efektif sehingga berdampak positif terhadap IPK. Sementara itu, mahasiswa angkatan 2023 sedang berada pada masa transisi akademik, di mana tuntutan perkuliahan mulai meningkat namun kemampuan manajemen diri belum sepenuhnya stabil. Kondisi ini dapat menyebabkan lemahnya hubungan antara *self-awareness* dan IPK pada angkatan tersebut. Adapun pada angkatan 2024, meskipun masih baru, semangat belajar dan motivasi adaptasi yang tinggi dapat mendorong hubungan positif antara *self-awareness* dan prestasi akademik, meskipun dengan kekuatan yang lebih rendah dibandingkan angkatan 2022.

## SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan secara umum memiliki tingkat *self-awareness* pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah memiliki kemampuan dasar untuk mengenali pikiran, perasaan, dan perilaku mereka sendiri. Namun kemampuan refleksi diri serta pemahaman terhadap kekuatan dan kelemahan pribadi masih perlu ditingkatkan, khususnya kemampuan untuk memperoleh pemahaman yang baik dan mendalam mengenai diri sendiri (*insight*). Perbedaan tingkat *self-awareness* antar angkatan juga terlihat, dimana tingkat *self-awareness* pada kategori sedang ditemukan pada ketiga angkatan. Prestasi akademik mahasiswa tergolong sangat baik, dengan mayoritas responden memiliki Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada kategori *cumlaude*, yang mencerminkan adanya motivasi belajar yang tinggi serta dukungan lingkungan akademik yang baik. Konsistensi prestasi tinggi ini terlihat pada seluruh angkatan yang memiliki IPK kategori *cumlaude*.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self-awareness* memiliki hubungan terhadap pencapaian akademik mahasiswa, namun kekuatannya bervariasi setiap angkatan. Perbedaan ini diduga dipengaruhi oleh tingkat kematangan akademik, pengalaman belajar, serta kemampuan mahasiswa dalam mengelola diri dan menyesuaikan diri dengan tuntutan perkuliahan. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa *self-awareness* memiliki peran penting dalam mendukung keberhasilan akademik mahasiswa keperawatan, namun pengembangannya perlu diintegrasikan dengan faktor psikologis dan lingkungan lain agar memberikan dampak yang lebih optimal terhadap pencapaian akademik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdelshiheed, M., Zhou, G., Maniktala, M., Barnes, T., & Chi, M. (2023). Metacognition and motivation: The role of time-awareness in preparation for future learning. <http://arxiv.org/abs/2303.13541>
- Abdillah, F. (2024). Peran perguruan tinggi dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia di Indonesia. *EDUCAZIONE: Jurnal Multidisiplin*, 1(1), 13–24. <https://j-educa.org/index.php/educazione>
- Abdillah, H., Rahayuwati, L., & Yosep, I. (2025). Pengaruh psikoedukasi berpikir positif terhadap kecemasan akademik mahasiswa dalam menghadapi ujian praktik laboratorium. *Jurnal Vokasi Keperawatan*, 8(1), 18–25.
- Abdullah, S. M. (2019). Social cognitive theory: A Bandura thought review published in 1982–2012. *Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi*, 18(1), 85–100.
- Akbar, M. yudi A., Amalia, M. R., & Fitriah, I. (2018). Hubungan relijiusitas dengan self awareness mahasiswa program studi bimbingan penyuluhan islam (konseling) UAI. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 4(4), 265–270.
- Anggraeni, L., & Randayani Lubis, D. (2021). Hubungan kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual dengan indeks prestasi mahasiswa program studi kebidanan. *Jurnal Education and Development*, 9(1), 136–139.
- Aprilatutini, T., Yustisia, N., & Maiyulis, M. (2020). Hubungan perilaku prososial dengan prestasi akademik mahasiswa Prodi D3 Keperawatan FMIPA Universitas Bengkulu. *Jurnal Vokasi Keperawatan*, 2(1), 1–6.
- Farodisa, A., & Linggardini, K. (2020). Gambaran tingkat stres mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto selama menjalani praktek klinik keperawatan dasar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2), 91–95.
- Feronica, V., Syafrizal, M., & Imran, S. (2020). Hubungan minat dan motivasi menjadi perawat dengan hasil belajar pada mahasiswa keperawatan. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(2). <https://www.online-journal.unja.ac.id/JINI>
- Fitri, E., Zola, N., & Ifdil, I. (2018). Profil kepercayaan diri remaja serta faktor-faktor yang mempengaruhi. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1–5. <https://doi.org/10.29210/02017182>.
- Fitria, M. A., & Utami, R. Y. (2020). Pengaruh umpan balik menggunakan video terhadap refleksi diri mahasiswa pada latihan OSCE di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Jurnal Pandu Husada*, 1(2), 89–96. <https://doi.org/10.30596/jph.v1i2.4549>
- Grant, A. M., Franklin, J., & Langford, P. (2002). The self-reflection and insight scale: A new measure of private self-consciousness. *Social Behavior and Personality*, 30(8), 821–836. <https://doi.org/10.2224/sbp.2002.30.8.821>
- Halawa, F. A., & Fensi, F. (2020). Pengaruh kecerdasan emosi dan lingkungan sekolah terhadap motivasi belajar dan dampaknya terhadap prestasi belajar siswa. *Jurnal Pengabdian dan Kewirausahaan*, 4(2), 98–111.
- Husnaini, M., Sarmiati, E., & Harimurti, S. M. (2024). Pembelajaran sosial emosional: Tinjauan filsafat humanisme terhadap kebahagiaan dalam pembelajaran. *Journal of Education Research*, 5(2).
- Iman, F. L. (2022). Kesadaran diri dan optimis pada pengaturan diri dalam belajar pada mahasiswa baru selama pandemi Covid-19. *Journal of Indonesian Psychological Science*, 2(1), 99–109.
- Iswahyuni, D. (2025). Pentingnya peran pendidikan tinggi terhadap perekonomian dan karir perempuan di masa depan. *Jurnal Manajemen Ekonomi dan Bisnis*, 1(2), 43–58.
- Kurnia, D. A., Rahmadiyah, D. C., Widodo, G. G., Imelda, Pasaribu, J., Saltar, L., Priyanto, Wardhani, U. C., & Priscilla, V. (2021). Telaah kebijakan kesehatan dan keperawatan dalam lingkup pendidikan di Indonesia. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 3(2).
- Kurniasih, D. D., Rahman, M. Z. H., Ayunisa, D. A., & Mustofa, K. (2025). Analysis of awareness and confidence in learning outcomes with students' academic motivation: SEM approach. *Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan*, 12(1), 58–67. <https://doi.org/10.21831/jitp.v12i1.76652>
- Ladhy Three Irfiani, L. M. N. H. (2025). Penggunaan gadget terhadap prestasi akademik mahasiswa keperawatan tingkat I. *Jurnal Telenursing (JOTING)*, 7, 334–341.

- MacIsaac, A., Mushquash, A. R., & Wekerle, C. (2023). Writing yourself well: dispositional self-reflection moderates the effect of a smartphone app-based journaling intervention on psychological wellbeing across time. *Behaviour Change*, 40(4), 297-313.
- Majidah, I. Z., & Ahmadi, A. (2024). Pembelajaran sosial emosional: Menghadirkan pendidikan yang berpihak kepada siswa melalui Kurikulum Merdeka. *Jurnal Bahasa, Sastra, Seni dan Budaya*, 8(4), 579–596.
- Mashartanto, A. A., Purnama, C., & Mulyana, F. (2022). Pengaruh motivasi intrinsik dan ekstrinsik terhadap prestasi belajar teknologi informatika taruna/i angkatan V Politeknik Pelayaran Sumatera Barat. *Jurnal Saintek Maritim*, 22(2).
- Mudhar, N., Hudzaifah, E., Rahman Firdaus, I., Nisa, E., & Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. (2015). Tinjauan literatur: Pengaruh burnout akademik terhadap motivasi belajar peserta didik. *Jurnal Pendidikan Sultan Agung*, 5(2), 208–219.
- Musdalifah, R. (2019). Pemrosesan dan penyimpanan informasi pada otak anak dalam belajar: Short term and long term memory.
- Napitupulu, R. A. A., & Minarni, A. (2023). Self-awareness management and student learning understanding: Case study in Politeknik Negeri Sriwijaya. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, 6(1), 23–32. <https://doi.org/10.24042/ajp.v6i1.17480>
- Nasution, Dewi, E., & Ummah, S. V. (2023). Pengembangan karakter komunikatif dan disiplin melalui metode culturally responsive teaching dengan pembelajaran sosial emosional pada pembelajaran sejarah siswa kelas X-2 SMAN Kalitidu. *Journal on Education*, 6(1).
- Nurdiana, R., Abidin, M., & Fauzi, A. (2023). Pengaruh self awareness terhadap prestasi belajar bahasa Arab santri Pondok Pesantren Modern Muhammadiyah Boarding School Purwokerto tahun ajaran 2022/2023. *Jurnal Pendidikan STIT Muhammadiyah Banjar*, 3(1).
- Petros, R., & Solomon, P. (2020). Examining factors associated with perceived recovery among users of wellness recovery action plan. *Psychiatric rehabilitation journal*, 43(2), 132.
- Purna, C. P., Pratama, A. S., & Nursa'adah, N. (2024). Analisis motivasi belajar intrinsik terhadap persepsi indeks prestasi kumulatif mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Abulyatama. *Jurnal Ventilator*, 2(2), 1–8. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i2.1093>
- 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>
- Qowimah, S. N., Almahira, K. J., Rahma, D. A., Satrio, A. B., Nuzul, H. M., Puteri, S. N. Y., Lusiana, N., & Andyarini, N. (2021). Hubungan self-confidence dan self-awareness dengan komunikasi efektif pada mahasiswa. *Indonesian Psychology Research*, 3(2). <https://doi.org/10.29080/ipr>
- Rachmah, D. N., Perdana, R., Magfirah, S., Halimatussa, S., & Putri, N. I. (2021). Self-awareness as a mediator for self-directed learning and goal setting on students. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 32(3).
- Setiawati, S., Candra, I., & Fikri, H. T. (2020). Hubungan disiplin belajar dengan prestasi belajar pada siswa kelas VIII di SMPN 1 Kota Solok. *PSYCHE 165 Journal*, 13(1).
- Silvia, P. J., & Phillips, A. G. (2011). Evaluating self-reflection and insight. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 234–237.
- Suha, Y., Nauli, F. A., & Karim, D. (2022). Gambaran burnout pada mahasiswa keperawatan. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 10(3).
- Susilo, U., & Arifin, M. (2020). Analisis Hubungan Indeks Prestasi Semester Dan Indeks Prestasi Kumulatif Dengan Prestasi Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Kadiri. *RISK: Jurnal Riset Bisnis dan Ekonomi*, 1(1), 12-22.
- Udil, P. A., Kadi, S., & Ekowati, C. K. (2022). Pengaruh kemampuan metakognitif terhadap IPK. *Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika*, 3(1).
- Vega, A. D., Hapidin, H., & Karnadi, K. (2019). Pengaruh pola asuh dan kekerasan verbal terhadap kepercayaan diri. *Jurnal Obsesi*, 3(2), 433. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i2.227>