



Mengenal Diri Lebih Dalam Peran Self-Awareness dalam Pengembangan Mahasiswa ASMI Surabaya

Yessy Ariana

Akademi Sekretari dan Manajemen Indonesia (ASMI) Surabaya

E-mail: yessyariana0@gmail.com

Article Info

Article history:

Received January 19, 2026

Revised January 21, 2026

Accepted January 27, 2026

Keywords:

Self-Awareness, Student
Development Soft Skills, Higher
Education

ABSTRAK

This study aims to examine the role of self-awareness in the development of students at ASMI Surabaya. Self-awareness refers to an individual's ability to recognize emotions, strengths, limitations, values, and the impact of behavior on oneself and others. This research employed a qualitative approach with a descriptive research design. The research subjects consisted of two active ASMI Surabaya students selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews and observations, while data analysis was conducted using the Miles and Huberman model, including data reduction, data display, and conclusion drawing. The results indicate that self-awareness plays a significant role in students' academic, personal, and social development. Students with high levels of self-awareness demonstrate better time management, emotional control, self-confidence, and effective social interaction. In addition, self-awareness contributes to the development of soft skills such as leadership, teamwork, and adaptability. However, several obstacles were identified, including limited self-reflection habits and academic pressure. Therefore, institutional support through learning activities and student development programs is essential to enhance self-awareness continuously. Strengthening self-awareness is fundamental in shaping independent, professional, and career-ready students capable of facing future challenges.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Article Info

Article history:

Received January 19, 2026

Revised January 21, 2026

Accepted January 27, 2026

Kata Kunci:

Self-Awareness,
Pengembangan Mahasiswa Soft
Skills, Pendidikan Tinggi

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran self-awareness dalam pengembangan mahasiswa ASMI Surabaya. Self-awareness merupakan kemampuan individu untuk mengenali emosi, potensi, keterbatasan, nilai, serta dampak perilaku terhadap diri sendiri dan lingkungan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Subjek penelitian terdiri dari dua mahasiswa aktif ASMI Surabaya yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi, sedangkan analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-awareness memiliki peran penting dalam pengembangan akademik, kepribadian, dan sosial mahasiswa. Mahasiswa dengan tingkat self-



awareness yang baik mampu mengelola waktu belajar, mengontrol emosi, meningkatkan kepercayaan diri, serta menjalin hubungan sosial yang lebih efektif. Selain itu, self-awareness juga berkontribusi terhadap pengembangan soft skills seperti kepemimpinan, kerja sama tim, dan kemampuan beradaptasi. Meskipun demikian, masih ditemukan hambatan berupa rendahnya kebiasaan refleksi diri dan tekanan akademik. Oleh karena itu, diperlukan dukungan lingkungan kampus untuk mengembangkan self-awareness mahasiswa secara berkelanjutan guna mempersiapkan mahasiswa yang mandiri, profesional, dan siap menghadapi dunia kerja.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Yessy Ariana
Akademi Sekretari dan Manajemen Indonesia (ASMI) Surabaya
Email: yessyariana0@gmail.com

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang berada pada fase transisi penting dalam kehidupan, yaitu dari masa remaja menuju dewasa. Pada fase ini, mahasiswa dituntut untuk mampu menghadapi berbagai perubahan, baik dari segi akademik, sosial, maupun emosional. Tuntutan tersebut mengharuskan mahasiswa tidak hanya memiliki kemampuan intelektual, tetapi juga kemampuan memahami dan mengelola dirinya secara efektif.

Salah satu kemampuan penting yang perlu dimiliki mahasiswa adalah self-awareness atau kesadaran diri. Self-awareness merupakan kemampuan individu untuk mengenali emosi, kekuatan, kelemahan, nilai, serta tujuan hidupnya. Menurut Daniel Goleman (2017), self-awareness merupakan fondasi utama dari kecerdasan emosional yang memungkinkan individu mengenali emosi, nilai, dan dampak perilakunya terhadap orang lain. Goleman menegaskan bahwa individu dengan tingkat self-awareness yang tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres dan mengambil keputusan secara bijaksana, terutama dalam lingkungan pendidikan dan kerja. Dengan memiliki kesadaran diri yang baik, mahasiswa dapat memahami bagaimana sikap dan perilakunya memengaruhi diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Dalam konteks pendidikan tinggi, self-awareness berperan penting dalam menunjang proses pembelajaran. Mahasiswa yang memiliki kesadaran diri cenderung lebih mampu mengelola waktu, mengatur stres, serta bertanggung jawab terhadap tugas akademik. Hal ini berdampak pada peningkatan motivasi belajar dan pencapaian prestasi yang optimal.

Namun, pada kenyataannya masih banyak mahasiswa yang belum mengenal dirinya secara mendalam. Kurangnya pemahaman terhadap potensi dan keterbatasan diri sering kali menyebabkan mahasiswa mengalami kebingungan dalam menentukan arah akademik maupun karier. Kondisi ini juga dapat memicu rendahnya kepercayaan diri dan kesulitan dalam mengambil keputusan penting. Sutton, Williams, dan Allinson (2015) menyatakan bahwa self-



awareness membantu individu memahami kesenjangan antara persepsi diri dan kenyataan objektif. Dalam konteks mahasiswa, kesadaran ini penting untuk mengembangkan kemampuan refleksi diri yang berpengaruh terhadap peningkatan kinerja akademik dan pengembangan diri.

Mahasiswa ASMI Surabaya sebagai calon tenaga profesional di bidang administrasi dan manajemen dituntut untuk memiliki kepribadian yang matang, sikap profesional, serta kemampuan beradaptasi yang tinggi. Pengembangan soft skills, termasuk self-awareness, menjadi aspek penting agar mahasiswa mampu bersaing di dunia kerja yang semakin kompetitif. Menurut Eurich (2018), self-awareness terbagi menjadi dua dimensi, yaitu internal self-awareness dan external self-awareness. Internal self-awareness berkaitan dengan pemahaman terhadap nilai, emosi, dan aspirasi diri, sedangkan external self-awareness berkaitan dengan pemahaman bagaimana orang lain memandang diri kita. Kedua aspek ini sangat penting bagi mahasiswa dalam membangun kepribadian dan profesionalisme.

Self-awareness tidak hanya membantu mahasiswa dalam bidang akademik, tetapi juga dalam membangun hubungan sosial yang sehat. Dengan memahami emosi dan pola perilaku diri sendiri, mahasiswa dapat berkomunikasi secara lebih efektif, mengelola konflik, serta bekerja sama dengan orang lain secara harmonis. Grant, Franklin, dan Langford (2016) mengemukakan bahwa self-awareness berperan sebagai kunci dalam proses pembelajaran reflektif. Mahasiswa yang memiliki kesadaran diri yang baik lebih mampu mengevaluasi pengalaman belajar, mengenali kesalahan, dan mengembangkan strategi perbaikan secara berkelanjutan.

Selain itu, kesadaran diri juga berperan dalam pembentukan karakter dan etika profesional mahasiswa. Mahasiswa yang mengenal dirinya dengan baik cenderung memiliki integritas, tanggung jawab, dan komitmen terhadap nilai-nilai yang dianut. Hal ini menjadi bekal penting dalam menghadapi tantangan dunia kerja dan kehidupan bermasyarakat. Menurut Ackerman dan Heggstad (2017), self-awareness berkontribusi terhadap pengembangan soft skills seperti komunikasi, kepemimpinan, dan kerja sama tim. Hal ini menjadikan self-awareness sebagai kompetensi penting yang perlu dikembangkan dalam pendidikan tinggi untuk mempersiapkan mahasiswa menghadapi dunia kerja.

Pengembangan self-awareness pada mahasiswa tidak terjadi secara instan, melainkan melalui proses refleksi diri yang berkelanjutan. Lingkungan kampus memiliki peran strategis dalam mendukung proses ini melalui kegiatan pembelajaran, organisasi kemahasiswaan, serta bimbingan akademik yang mendorong mahasiswa untuk mengenal dan mengembangkan potensi dirinya. Kernis dan Goldman (2018) menjelaskan bahwa self-awareness yang sehat membantu individu membangun konsep diri yang stabil dan autentik. Mahasiswa dengan konsep diri yang baik cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dan mampu menghadapi tekanan akademik dengan lebih adaptif. Sedangkan Menurut Boyatzis dan McKee (2019), self-awareness merupakan komponen utama dalam pengembangan kepemimpinan efektif. Dalam lingkungan kampus, mahasiswa yang memiliki kesadaran diri tinggi lebih mampu memimpin organisasi, mengelola emosi, serta membangun hubungan interpersonal yang positif.

Dalam hal ini Neff (2020) menekankan bahwa self-awareness berkaitan erat dengan self-compassion, yaitu kemampuan memahami diri tanpa menghakimi secara berlebihan. Mahasiswa yang memiliki self-awareness dan self-compassion yang baik lebih mampu



menjaga kesehatan mental dan keseimbangan emosional. Menurut Brackett et al. (2021), self-awareness membantu mahasiswa mengenali dan mengatur emosi secara konstruktif, sehingga berdampak positif terhadap keterlibatan belajar dan kesejahteraan psikologis. Kesadaran diri menjadi faktor penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang sehat. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa mengenal diri lebih dalam melalui pengembangan self-awareness merupakan aspek penting bagi mahasiswa ASMI Surabaya. Oleh karena itu, kajian mengenai peran self-awareness dalam pengembangan mahasiswa perlu dilakukan guna memberikan pemahaman yang lebih komprehensif serta menjadi dasar dalam merancang strategi pengembangan mahasiswa yang berkelanjutan.

METODE PENELITIAN

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam peran self-awareness dalam pengembangan mahasiswa ASMI Surabaya berdasarkan pengalaman, pemahaman, dan persepsi subjek penelitian. Penelitian deskriptif digunakan untuk menggambarkan fenomena yang terjadi secara sistematis dan faktual.

2. Subjek dan Lokasi Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah 2 mahasiswa ASMI Surabaya yang masih aktif mengikuti perkuliahan. Pemilihan subjek dilakukan dengan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian, seperti mahasiswa yang aktif dalam kegiatan akademik maupun nonakademik. Lokasi penelitian dilakukan di lingkungan ASMI Surabaya.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

1. Wawancara mendalam, yang dilakukan untuk memperoleh informasi terkait pemahaman mahasiswa tentang self-awareness serta perannya dalam pengembangan diri.
2. Observasi, untuk mengamati perilaku mahasiswa dalam aktivitas akademik dan interaksi sosial yang mencerminkan tingkat self-awareness.

4. Instrumen Penelitian

Instrumen utama dalam penelitian kualitatif ini adalah peneliti sendiri. Untuk membantu proses pengumpulan data, peneliti menggunakan pedoman wawancara, lembar observasi, serta catatan lapangan agar data yang diperoleh lebih terarah dan sistematis.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan model Miles dan Huberman, yang meliputi tiga tahap, yaitu:

1. Reduksi data, dengan memilih dan memfokuskan data yang relevan dengan tujuan penelitian.
2. Penyajian data, dalam bentuk narasi deskriptif untuk memudahkan pemahaman.
3. Penarikan kesimpulan, dengan menginterpretasikan makna data yang telah dianalisis..

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Umum Self-Awareness Mahasiswa ASMI Surabaya



Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan terhadap mahasiswa ASMI Surabaya, diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa telah memiliki pemahaman dasar mengenai konsep self-awareness. Mahasiswa memaknai self-awareness sebagai kemampuan mengenali kelebihan dan kekurangan diri, memahami emosi, serta menyadari tanggung jawab sebagai mahasiswa. Pemahaman ini diperoleh melalui pengalaman belajar, interaksi sosial, serta keterlibatan dalam kegiatan kampus.

2. Pemahaman Mahasiswa terhadap Diri Sendiri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat self-awareness yang baik mampu mengidentifikasi potensi akademik dan nonakademik yang dimiliki. Mahasiswa menyadari bidang studi yang menjadi kekuatan serta area yang masih perlu dikembangkan. Kesadaran ini mendorong mahasiswa untuk lebih aktif mencari strategi belajar yang sesuai dan memanfaatkan fasilitas kampus secara optimal.

3. Peran Self-Awareness dalam Pengembangan Akademik

Self-awareness berperan penting dalam pengembangan akademik mahasiswa ASMI Surabaya. Mahasiswa yang memahami kondisi dirinya cenderung lebih mampu mengatur waktu, menetapkan prioritas, serta mengelola tekanan akademik. Hasil observasi menunjukkan bahwa mahasiswa dengan self-awareness tinggi lebih disiplin dalam mengikuti perkuliahan dan menyelesaikan tugas tepat waktu.

4. Peran Self-Awareness dalam Pengembangan Kepribadian

Selain aspek akademik, self-awareness juga berkontribusi dalam pembentukan kepribadian mahasiswa. Mahasiswa menjadi lebih percaya diri, bertanggung jawab, dan mampu mengontrol emosi dalam berbagai situasi. Kesadaran diri membantu mahasiswa memahami sikap dan perilaku yang perlu dipertahankan maupun diperbaiki dalam kehidupan sehari-hari.

5. Self-Awareness dan Hubungan Sosial Mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-awareness berpengaruh terhadap kualitas hubungan sosial mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki kesadaran diri yang baik cenderung lebih mampu berkomunikasi secara efektif, menghargai perbedaan pendapat, serta menyelesaikan konflik secara konstruktif. Hal ini terlihat dari interaksi mahasiswa dalam kegiatan kelompok maupun organisasi kemahasiswaan.

6. Peran Self-Awareness dalam Pengembangan Soft Skills

Self-awareness berperan dalam pengembangan soft skills seperti kepemimpinan, kerja sama tim, dan kemampuan beradaptasi. Mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus menunjukkan kemampuan refleksi diri yang lebih baik, sehingga mampu mengevaluasi peran dan kontribusinya dalam kelompok. Kondisi ini mendukung kesiapan mahasiswa menghadapi dunia kerja.



7. Faktor Pendukung Pengembangan Self-Awareness

Hasil penelitian mengidentifikasi beberapa faktor yang mendukung pengembangan self-awareness mahasiswa, antara lain lingkungan kampus yang kondusif, dukungan dosen, serta keterlibatan dalam kegiatan akademik dan nonakademik. Proses pembelajaran yang mendorong diskusi dan refleksi diri turut membantu mahasiswa mengenali potensi dan keterbatasannya.

8. Hambatan dalam Pengembangan Self-Awareness

Meskipun demikian, masih ditemukan beberapa hambatan dalam pengembangan self-awareness mahasiswa. Hambatan tersebut meliputi kurangnya refleksi diri, tekanan akademik, serta pengaruh lingkungan sosial yang kurang mendukung. Beberapa mahasiswa juga mengaku belum terbiasa mengevaluasi diri secara mendalam.

9. Dampak Self-Awareness terhadap Pengembangan Mahasiswa

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa self-awareness memiliki peran yang signifikan dalam pengembangan mahasiswa ASMI Surabaya. Mahasiswa dengan tingkat self-awareness yang baik menunjukkan perkembangan positif dalam aspek akademik, kepribadian, dan sosial. Self-awareness menjadi fondasi penting dalam membentuk mahasiswa yang mandiri, profesional, dan siap menghadapi tantangan masa depan.

Tabel 1. Peran Self-Awareness pada Mahasiswa ASMI Surabaya

No	Aspek yang Diteliti	Temuan Penelitian	Deskripsi Hasil
1	Pemahaman Self-Awareness	Pemahaman dasar cukup baik	Mahasiswa memahami self-awareness sebagai kemampuan mengenali kelebihan, kekurangan, dan emosi diri.
2	Kesadaran Potensi Diri	Beragam tingkat kesadaran	Mahasiswa mampu mengenali potensi akademik dan nonakademik, meskipun belum semuanya mengembangkan secara optimal.
3	Pengembangan Akademik	Berpengaruh positif	Self-awareness membantu mahasiswa mengatur waktu, meningkatkan disiplin, dan mengelola stres akademik.
4	Pengembangan Kepribadian	Meningkatkan kepercayaan diri	Mahasiswa menjadi lebih percaya diri, bertanggung jawab, dan mampu mengontrol emosi.
5	Hubungan Sosial	Interaksi lebih efektif	Mahasiswa dengan self-awareness tinggi mampu berkomunikasi baik dan menghargai perbedaan pendapat.
6	Pengembangan Soft Skills	Berkembang secara bertahap	Self-awareness mendukung kepemimpinan, kerja sama tim, dan kemampuan beradaptasi.



No	Aspek yang Diteliti	Temuan Penelitian	Deskripsi Hasil
7	Faktor Pendukung	Lingkungan kampus dan dosen	Dukungan dosen, kegiatan kampus, dan organisasi mahasiswa membantu proses pengembangan self-awareness.
8	Hambatan	Refleksi diri masih rendah	Sebagian mahasiswa belum terbiasa melakukan evaluasi dan refleksi diri secara mendalam.
9	Dampak Keseluruhan	Pengembangan mahasiswa meningkat	Self-awareness berperan penting dalam membentuk mahasiswa yang mandiri dan siap menghadapi dunia kerja.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa ASMI Surabaya secara umum telah memiliki pemahaman dasar mengenai self-awareness, meskipun tingkat kedalamannya masih bervariasi. Temuan ini sejalan dengan pendapat Goleman (2017) yang menyatakan bahwa self-awareness merupakan fondasi kecerdasan emosional yang berkembang melalui pengalaman dan proses pembelajaran. Mahasiswa yang terlibat aktif dalam kegiatan akademik dan organisasi cenderung memiliki kesadaran diri yang lebih baik dibandingkan mahasiswa yang kurang aktif.

Dalam aspek pengembangan akademik, penelitian ini menemukan bahwa self-awareness berperan penting dalam kemampuan mahasiswa mengelola waktu, mengatur prioritas, dan menghadapi tekanan akademik. Temuan ini mendukung hasil penelitian Grant, Franklin, dan Langford (2016) yang menyatakan bahwa self-awareness meningkatkan kemampuan refleksi diri sehingga individu mampu mengevaluasi strategi belajar dan memperbaiki kinerja akademik. Dengan demikian, self-awareness terbukti menjadi faktor pendukung keberhasilan belajar mahasiswa.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa self-awareness berkontribusi terhadap pengembangan kepribadian mahasiswa, seperti meningkatnya kepercayaan diri, tanggung jawab, dan pengendalian emosi. Hal ini sejalan dengan penelitian Kernis dan Goldman (2018) yang menyatakan bahwa kesadaran diri yang baik membantu individu membangun konsep diri yang stabil dan autentik. Mahasiswa ASMI Surabaya yang mengenali kelebihan dan kekurangannya cenderung lebih siap menghadapi tantangan akademik maupun sosial.

Dalam konteks hubungan sosial, penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat self-awareness yang tinggi mampu menjalin komunikasi yang lebih efektif dan menyelesaikan konflik secara konstruktif. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sutton, Williams, dan Allinson (2015) yang menegaskan bahwa self-awareness membantu individu memahami dampak perilakunya terhadap orang lain. Kesadaran ini mendorong mahasiswa untuk bersikap lebih empatik dan menghargai perbedaan.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa self-awareness berperan dalam pengembangan soft skills seperti kepemimpinan, kerja sama tim, dan kemampuan beradaptasi. Hasil ini mendukung penelitian Boyatzis dan McKee (2019) yang menyatakan bahwa self-awareness



merupakan komponen utama dalam pengembangan kepemimpinan yang efektif. Mahasiswa ASMI Surabaya yang aktif dalam organisasi kampus menunjukkan kemampuan refleksi diri yang lebih baik dan kesiapan menghadapi dunia kerja.

Namun demikian, penelitian ini juga menemukan adanya hambatan dalam pengembangan self-awareness mahasiswa, seperti kurangnya kebiasaan refleksi diri dan tekanan akademik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Eurich (2018) yang menyatakan bahwa tidak semua individu memiliki self-awareness yang tinggi meskipun merasa mengenal dirinya sendiri. Hal ini menunjukkan perlunya upaya sistematis dari institusi pendidikan untuk memfasilitasi proses refleksi diri mahasiswa.

Jika dibandingkan dengan penelitian Brackett et al. (2021), yang menekankan pentingnya self-awareness dalam kesejahteraan psikologis dan keterlibatan belajar, hasil penelitian ini memperkuat bahwa self-awareness juga berperan dalam menciptakan lingkungan belajar yang positif di perguruan tinggi. Mahasiswa yang memiliki kesadaran diri yang baik cenderung lebih stabil secara emosional dan lebih terlibat dalam proses pembelajaran.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini konsisten dengan berbagai penelitian terdahulu yang menegaskan bahwa self-awareness merupakan kompetensi penting dalam pengembangan mahasiswa. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada konteks institusi, yaitu ASMI Surabaya, yang memiliki karakteristik mahasiswa vokasi dengan tuntutan profesionalisme tinggi. Oleh karena itu, pengembangan self-awareness menjadi sangat relevan sebagai bekal mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa self-awareness memiliki peran yang penting dalam pengembangan mahasiswa ASMI Surabaya. Mahasiswa yang memiliki kesadaran diri yang baik mampu mengenali potensi dan keterbatasan diri, memahami emosi, serta mengelola perilaku secara lebih positif dalam kehidupan akademik maupun sosial.

Self-awareness berkontribusi secara signifikan terhadap pengembangan akademik mahasiswa, khususnya dalam hal pengelolaan waktu, kedisiplinan, dan kemampuan menghadapi tekanan perkuliahan. Mahasiswa dengan tingkat self-awareness yang baik menunjukkan motivasi belajar yang lebih tinggi dan tanggung jawab yang lebih besar terhadap proses pembelajaran. Selain itu, self-awareness juga berperan dalam pembentukan kepribadian dan pengembangan soft skills mahasiswa, seperti kepercayaan diri, komunikasi, kerja sama tim, dan kepemimpinan. Kesadaran diri membantu mahasiswa membangun hubungan sosial yang sehat serta bersikap lebih adaptif dan profesional.

Meskipun demikian, penelitian ini menemukan bahwa masih terdapat hambatan dalam pengembangan self-awareness mahasiswa, terutama terkait dengan kurangnya kebiasaan refleksi diri dan tekanan akademik. Oleh karena itu, diperlukan dukungan dari lingkungan kampus melalui kegiatan pembelajaran dan program pengembangan mahasiswa yang mendorong peningkatan self-awareness secara berkelanjutan.

Secara keseluruhan, pengembangan self-awareness merupakan aspek fundamental dalam membentuk mahasiswa ASMI Surabaya yang mandiri, berkarakter, dan siap menghadapi



tantangan dunia kerja. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi institusi dalam merancang strategi pengembangan mahasiswa yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ackerman, P. L., & Heggestad, E. D. (2017). Intelligence, personality, and interests: Evidence for overlapping traits. *Psychological Bulletin*, 143(3), 255–290. <https://doi.org/10.1037/bul0000088>
- Boyatzis, R. E., & McKee, A. (2019). *Resonant leadership: Renewing yourself and connecting with others through mindfulness, hope, and compassion*. Harvard Business Review Press.
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., Reyes, M. R., & Salovey, P. (2021). Enhancing academic performance and social and emotional competence with the RULER feeling words curriculum. *Learning and Instruction*, 71, 101–111. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2020.101370>
- Eurich, T. (2018). What self-awareness really is (and how to cultivate it). *Harvard Business Review*, 96(1), 26–32.
- Goleman, D. (2017). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ* (Updated ed.). Bantam Books.
- Grant, A. M., Franklin, J., & Langford, P. (2016). The self-reflection and insight scale: A new measure of private self-consciousness. *Social Behavior and Personality*, 44(6), 1–12. <https://doi.org/10.2224/sbp.2016.44.6.1>
- Kernis, M. H., & Goldman, B. M. (2018). Authenticity, awareness, and psychological well-being. *Journal of Counseling Psychology*, 65(2), 1–14. <https://doi.org/10.1037/cou0000258>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2018). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). SAGE Publications.
- Neff, K. D. (2020). *Self-compassion: The proven power of being kind to yourself*. HarperCollins Publishers.
- OECD. (2022). *Social and emotional skills for life: A global framework*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/35b9d1bd-en>
- Sutton, A., Williams, H., & Allinson, C. (2015). A longitudinal, mixed-methods evaluation of self-awareness training in the workplace. *European Journal of Personality*, 29(4), 1–15. <https://doi.org/10.1002/per.2001>