



Penerapan Teknik Johari Window dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Penerimaan Diri Siswa Kelas VIII E SMPN 13 Kota Madiun

Arif Wahyudi ✉, Universitas PGRI Madiun

Tyas Martika Anggriana, Universitas PGRI Madiun

Hery Tursilowati, SMPN 13 Kota Madiun

✉ Arifwahyudi318@gmail.com

Abstrak: Penerimaan diri merupakan kemampuan individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri. Hasil observasi yang peneliti lakukan di SMPN 13 Madiun yang menunjukkan bahwa masih banyak penerimaan diri siswa yang rendah. Hal ini sering ditunjukkan seperti kurangnya kepercayaan diri siswa, tidak mudah menerima kritikan, tidak percaya dengan kemampuannya, dan terlihat pemalu apabila menyampaikan pendapat. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penerapan teknik *Johari Window* dalam Bimbingan Kelompok terhadap Penerimaan Diri Siswa. PTBK (Penelitian tindakan Bimbingan konseling) adalah Metode penelitian yang digunakan dan pendekatan pada penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif. Kegiatan ini dilaksanakan di SMPN 13 tahun ajaran 2023–2024 dengan melibatkan enam siswa kelas VIII E yang memiliki penerimaan diri yang rendah. Hasil dari penelitian menemukan bahwa penggunaan teknik Johari Window dalam layanan bimbingan kelompok dapat membantu meningkatkan penerimaan diri siswa. Hasil dari setiap peningkatan dari siklus I dan siklus II membuktikan hal ini.

Kata Kunci : Penerimaan Diri,, Teknik Johari Window, Bimbingan Kelompok



PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa transisi dimana setiap remaja cenderung memiliki fase yang biasa dikenal dengan fase “mencari jati diri”. Fase perkembangan pada remaja berada pada fase yang penting, fase peralihan tersebut baik dalam hal kognitif, emosi, maupun fisik (Asrori, 2012). Terkadang fase ini remaja banyak sekali mengalami perubahan tergantung seperti apa lingkungan dan juga keinginannya yang kerap sekali menemui suatu masalah. Permasalahan seperti itu membutuhkan suatu penyelesaian agar tidak menjadi beban yang mengganggu dalam proses perkembangan dimasa depan (Hurlock, 2009). Mampu menerima keadaan pada dirinya merupakan salah satu tugas perkembangan remaja yang sangat penting, mengembangkan kemandirian, dan menyadari potensi yang ada pada dirinya.

Penerimaan diri merupakan bagian penting dari setiap individu dan salah satu tahapan penting dalam proses pendidikan yang memiliki dampak yang besar terhadap perkembangan akademik, sosial, dan emosional siswa. Penerimaan diri ini dapat membantu siswa dalam berinteraksi dengan temannya. Seorang yang memiliki penerimaan diri yang baik pada umumnya memiliki kepercayaan diri yang tinggi, mampu menerima segala masukan dan kritikan agar dapat mengembangkan kemampuan diri sendiri.

Dalam kehidupan seseorang salah satu factor yang terpenting adalah juga mencapai kebahagiaan, kebahagiaan juga merupakan salah satu dari luaran penerimaan diri. Seorang yang mempunyai penerimaan diri yang baik pada umumnya akan memiliki kebahagiaan yang tinggi. Itu disebabkan seorang tersebut mampu menerima dirinya baik dari sudut pribadi maupun sudut pandang orang lain. dan menerima kritikan dan masukan dari orang lain sehingga mampu Seperti yang diungkapkan Hurlock (2009) Penerimaan diri merupakan suatu kemampuan yang timbul dari diri seseorang sehingga seseorang itu benar – benar dapat mempertimbangkan karakternya. Mampu menerima segala bentuk arahan dari luar pribadinya sebagai tolak ukur karakter yang dimilikinya. Hal ini dapat dilakukan untuk mengembangkan keterampilan dan pengembangan dirinya

Hal senada juga disampaikan Chaplin (2014) bahwa penerimaan diri adalah bagaimana seseorang beranggapan seperti apa dia mengakui karakter pribadinya dapat membawanya menuju keberlangsungan hidup. penerimaan diri juga dapat ditunjukkan oleh pengakuan orang lain terhadap kelebihan-kelebihan dan kekurangannya tanpa menyalahkan orang lain. kemudian memiliki keinginan untuk terus mengembangkan diri. Seorang yang mempunyai penerimaan diri yang baik memiliki nilai-nilai yang ada pada dirinya dan mempunyai potensi perkembangan kepribadian yang baik sehingga harga dirinya akan lebih baik.

Rahayu, Sri Muliati (2010) dalam penelitiannya mengungkapkan kebermaknaan hidup mampu ditingkatkan karena adaah self acceptance yang baik. Menurut penelitian lain, subjek dengan penerimaan diri yang tinggi akan mampu mengenali dirinya dengan lebih jelas dan memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang proses psikologis yang terjadi dalam dirinya, yang dikategorikan menurut intensitas dan kualitasnya. Penegasan ini diperkuat oleh Hurlock (2006) yang mengatakan bahwa “semakin seseorang dapat mengakui dirinya sendiri, maka semakin besar pula perubahan yang terjadi pada dirinya dan sosialnya.” Jika pengakuan diri diterima dan dilatih, Anda akan dengan senang hati mengakui diri sendiri dan bergaul dengan orang lain.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti laksanakan saat pelaksanaan PPL II (Praktik Pengalaman Lapangan II) di SMP Negeri 13 Kota Madiun, menunjukkan bahwa masih ada siswa yang memiliki penerimaan diri yang rendah. Hal ini dibuktikan dengan beberapa siswa yang tidak sadar akan kemampuannya, kurang memiliki kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugasnya. Siswa kurang percaya diri dalam menyampaikan tugasnya didalam kelas, siswa yang kurang bergaul dengan temannya sehingga merasa terisolasi dilingkungan kelas disekolah. Faktor

tersebut menyebabkan peserta didik mengalami hambatan dalam kegiatan belajar sehingga berpengaruh terhadap perkembangan siswa tersebut.

penelitian ini menggunakan layanan dasar berupa bimbingan kelompok. Dalam proses pelayanannya, bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika sebuah kelompok kecil. Dengan diberikannya layanan bimbingan kelompok siswa mempunyai motivasi tinggi dalam belajar (Prayitno dan Amti, 2015). Sedangkan menurut Nurihsan (2006) Bimbingan kelompok merupakan upaya memberikan bantuan berupa pengarahan pada siswa secara berkelompok. Bimbingan kelompok menurut Sukardi dan Kusmawati (2008:78) adalah layanan bimbingan dan konseling yang mempertemukan siswa melalui dinamika kelompok untuk memperoleh berbagai materi dari sumber tertentu (terutama guru pembimbing) dan mendiskusikan mata pelajaran (topik) tertentu yang bermanfaat bagi siswa. menunjang pemahaman dalam kehidupan sehari-hari dan untuk pengembangan pribadi sebagai pelajar dan individu, serta sebagai pertimbangan dalam mengambil keputusan atau tindakan tertentu.

Tohirin (2007:172) mengatakan bahwa tujuan dari bimbingan kelompok secara umum adalah untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa, khususnya keterampilan komunikasi. Lebih khusus lagi, tujuan bimbingan kelompok adalah untuk meningkatkan kemampuan komunikasi verbal dan nonverbal siswa dengan mendorong tumbuhnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang mendukung perilaku yang lebih baik.

Dalam layanan bimbingan kelompok ini menggunakan teknik atau permainan johari window. Yaitu Merupakan suatu metode yang membuat orang mau berinteraksi dengan orang lain dengan cara memberikan umpan balik dan hal-hal lain yang mereka inginkan sehingga mereka dapat belajar tentang dirinya sendiri, memahami dirinya sendiri, serta mengetahui kelebihan dan kekurangannya. Pada tahun 1955, psikolog Amerika Joseph Luft dan Harry Ingham mengembangkan metode ini, itulah sebabnya metode ini dikenal sebagai Johari.

Jendela johari menyediakan 4 bagian dimana bagian masing-masing dari jendela tersebut mewakili pribadi siswa yang disadari maupun yang tidak disadari. Jendela yang disadari oleh siswa dan juga disadari oleh orang lain bernama open area. Bagian yang disadari oleh siswa dan tidak disadari oleh orang lain adalah hidden area. Bagian yang tidak disadari oleh siswa dan disadari oleh orang lain adalah blind area. Dan bagian yang terakhir adalah bagian yang sama-sama tidak disadari baik siswa maupun orang lain.

Model permainan Johari Window dalam layanan bimbingan kelompok dapat memberikan fasilitas terhadap individu untuk mengetahui kelebihan dan kekurangannya dilihat dari sudut pandang dirinya sendiri dan orang lain dalam kelompoknya. Penerimaan diri seseorang akan meningkat ketika ia menyadari kelebihan dan kekurangannya. Sebagaimana ditunjukkan oleh Wartana (2009:90), model Jendela Johari adalah perangkat dasar dan sangat berharga untuk menggambarkan perhatian dan mengembangkannya. Jendela Johari juga dapat digunakan untuk membantu orang-orang dalam kelompok dan antar kelompok untuk lebih memahami satu sama lain. Beebe (2008: 56) mengatakan bahwa Jendela Johari merupakan model keterbukaan diri. Dari sini dapat dikatakan bahwa keterbukaan diri dan mendapatkan informasi tentang diri sendiri dari orang lain dapat mempengaruhi kesadaran diri. Peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Teknik Johari Window Dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Penerimaan Diri Siswa kelas VIII E SMPN 13 Kota Madiun”..

METODE

Dengan pendekatan Deskriptif kualitatif, peneliti menggunakan jenis Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Menurut Sugyono (2016), PTBK adalah penelitian yang dilakukan oleh pendidik dengan tujuan untuk meningkatkan hasil belajar dan menyelesaikan permasalahan. Sejalan dengan hal tersebut, Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling sebagaimana didefinisikan oleh Tantra (2015) adalah penyelidikan yang terkontrol, dapat didaur

ulang, dan reflektif diri dengan tujuan untuk meningkatkan proses, sistem, cara bekerjanya, isi, kompetensi, atau situasi.

Sedangkan Dewi dan Rosmana (2013) menyatakan mengenai penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) merupakan suatu upaya yang dilakukan oleh guru bk secara terencana yang telah disusun melalui RPL BK dan di akhir pelaksanaan dilakukan refleksi dan evaluasi yang dilakukan oleh guru itu sendiri. Sehingga permasalahan yang ditemui dapat terselesaikan dalam pertemuan selanjutnya. Hal ini mampu menjaga mutu layanan bimbingan konseling

Menurut Sukmadinata (2011) Penelitian deskriptif merupakan suatu bentuk penelitian yang paling dasar. Penelitian ini ditunjukkan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan beberapa fenomena yang terjadi. Fenomena ini biasa terjadi secara alamiah ataupun sudah melalui rekayasa manusia. Aktiitas merupakan suatu yang dikaji dalam penelitian ini. Selain aktiitas ada juga karakteristik, beberapa perubahan hubungan, kesamaan dan perbedaan dalam fenomena ini. Didalam penelitian ini, peneliti melakukan secara konkret dan defacto tanpa adanya rekayasa atau manipulasi terhadap variable yang ditentukan. Sehingga penelitian ini berjalan normal seperti biasanya. Ini juga menunjukkan bahwa tanpa adanya penelitian ini pun kegiatan akan berjalan sebagaimana mestinya. Penelitian deskriptif kualitatif digunakan untuk melakukan penelitian yang mempunyai gambaran secara utuh tentang realitas social yang ada. Fenomena juga akan ditemukan pada kelompok masyarakat dari yang terkecil seperti keluarga sampai lingkup yang lebih besar. tujuan objek penelitian tersebut dapat disajikan secara rinci dan dapat diketahui ciri, karakter, sifat, dan modelnya secara komprehensif.

Tujuan utama dari Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) adalah untuk menyelesaikan sebuah permasalahan yang dialami oleh siswa didalam kehidupannya dengan skema berkelompok. Tempat dan subjek penelitian dalam PTBK ini dilakukan di SMP Negeri 13 Kota Madiun Tahun Ajaran 2023/3024. Subjek dari Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling ini merupakan siswa kelas VIII E. dengan jumlah siswa dalam suasana bimbingan kelompok adalah 6 orang yang disesuaikan dengan siswa – siswa yang memiliki penerimaan diri rendah.

Dalam mengumpulkan data. Penelitian ini memanfaatkan hasil dari observasi dan dokumentasi selama proses layanan. Menurut Sugiyono (2016) observasi adalah kegiatan mengamati dalam rangka mengambil data yang dibutuhkan sebagai bahan evaluasi seberapa jauh tindakan tersebut berpengaruh. Sedangkan observasi yang digunakan adalah observasi partisipatif dimana ketika observasi ni dilakukan peneliti terlibat secara aktif. Observasi yang dilakukan dengan cara melihat catatan di kelompok. selanjutnya adalah dokumentasi. Dokumentasi diperoleh dengan mengumpulkan bukti berupa foto selama kegiatan berlangsung. Kemudian analisis yang digunakan adalah dengan membandingkan antara hasil dari siklus pertama dan siklus kedua.

HASIL PENELITIAN

Hasil Penelitian Siklus I

Siklus pertama dalam penelitian ini yaitu peneliti memberikan tindakan bimbingan kelompok dengan teknik Johari Window. Peneliti memberikan materi mengenai meningkatkan penerimaan diri (*Self Acceptance*). Metode yang akan diberikan juga melatih siswa lebih terbuka dan juga membuat siswa lebih percaya pada diri sendiri mampu menerima masukan dari kritikan dari orang lain. Berikut adalah rencana pelaksanaan tindakan siklus I :

TABEL 1. *Pelaksanaan Silus I*

Siklus ke-	Topik layanan	Bentuk Kegiatan	Aspek yang diharapkan untuk meningkat
Siklus I	Meningkatkan penerimaan diri Siswa	<ul style="list-style-type: none"> Memberikan pengertian mengenai penerimaan diri siswa Kegiatan menerapkan permainan johari window dengan memberikan masing - masing siswa kertas yang telah terbentuk dengan grid johari window (terpdapat open area, blind area, hidden area, unknow area) Kegiatan refleksi untuk mengemukakan pesan dan harapan siswa dari kegiatan yang dilakukan dan menyimpulkan hasil dari bimbingan kelompok yang disesuaikan dengan topik layanan. 	Aspek yang diharapkan meningkat adalah penerimaan diri

siklus I dilaksanakan dengan melakukan pembukaan layanan dengan menjelaskan tujuan layanan diberikan. Setelah pembukaan dan pemberian maksud dan tujuan dari layanan, peneliti memberikan permainan / ice breaking untuk mencairkan suasana dan merrefresh kembali pikiran siswa. Peneliti tidak lupa untuk memberikan penjelasan terkait dengan asas – asas dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling sehingga siswa merasa aman dan nyaman dalam mengikuti proses layanan. Kemudian peneliti membentuk kelompok 1 kelompok berisi 2 orang siswa sehingga dalam pelaksanaan ini terdapat 3 kelompok. Dalam pemberian layanan ini untuk meningkatkan penerimaan diri siswa siswa secara berpasangan akan melakukan kegiatan permainan johari window melalui kertas yang telah dibagikan. Dengan harapan siswa dapat mengetahui area – area yang terbuka dalam drinya dan area – area yang tertutup pada dirinya.

Selanjutnya peneliti melakukan observasi dengan mengamati hasil dari pekerjaan masing-masing kelompok. Dari beberapa hasil yang didapat siswa mampu menuliskan beberapa kata sifat yang ada pada dirinya dan juga mampu menuliskan beberapa kata sifat yang ada pada temannya. Sehingga setelah siswa bertukar kertas dengan temannya siswa akan mendapati suatu sifat yang terdapat pada area tertutup yang belum disadari siswa tersebut.

TABEL 2. *Pelaksanaan Siklus I*

No	Indikator Penerimaan diri	Sudah baik	Belum baik
1	Berani untuk berbicara		√
2	Mau menerima masukan dari teman		√
3	Pemahaman pada materi	√	
4	Mendengarkan saat temannya berbicara		√
5	Kedisiplinan saat mengikuti kegiatan layanan	√	
6	Keaktifan siswa mendengarkan penjelasan guru	√	
7	Adanya keinginan untuk mengevaluasi diri		√
8	Berani terbuka tentang dirinya		√

Berdasarkan evaluasi dari pelaksanaan siklus I masih terdapat siswa yan belum menunjukkan peningkatan dalam penerimaan diri. Sehingga peneliti melakukan evaluasi secara menyeluruh terhadap siklus Iyang telah dilaksanakan. Selain dari hasil obserasi peneliti mengenai pelaksanaan siklus I sesuai dengan indikator penerimaan diri, peneliti juga menilai dari lembar teknik johari window yang telah dikerjakan oleh siswa sesuai dengan table 3.

TABEL 3. *Penilaian lembar johari window siklus I*

No	Kode Siswa	Open Area	Blind Area	Hidden Area
1	A	2 Kata sifat	4 kata sifat	2 kata sifat
2	B	1 Kata sifat	2 kata sifat	2 kata sifat
3	C	2 kata sifat	4 kata sifat	2 kata sifat
4	D	2 kata sifat	3 kata sifat	1 kata sifat
5	E	2 kata sifat	4 kata sifat	1 kata sifat
6	F	2 kata sifat	3 kata sifat	2 kata sifat
Total		11 kata sifat	20 kata sifat	10 kata sifat

Dari hasil lembar kerja siklus I ditemukan bahwa siswa masih memiliki area blind spot yang tinggi dengan total keseluruhan siswa sebanyak 20 kata sifat. Hal ini menunjukkan bahwa lebih banyak sifat yang tidak diketahui oleh diri siswa yang akan sangat penting apabila siswa tersebut mampu untuk melakukan refleksi terhadap dirinya, apakah menerima sifat yang selama ini teman-temannya rasakan atau tidak. Dan pada open area dengan rata – rata 11 kata sifat menunjukkan bahwa sedikit hal yang dapat diketahui oleh siswa itu sendiri dan temannya, sehingga yang menandakan siswa kurang terbuka dalam berkomunikasi dengan teman lainnya. . Dari ke 6 siswa yang terdapat dalam bimbingan kelompok keseluruhan memiliki blind area dan hidden area yang tinggi yang artinya perlu adanya refleksi siswa dengan memahami konsep dari penerimaan diri sehingga membuka area open atau area terbuka pada diri siswa.

Selanjutnya peneliti akan melakukan tindakan siklus II yang lebih efektif dari pada siklus I. bimbingan kelompok pada siklus II akan dilakukan dengan kegiatan yang lebih menarik dengan penambahan pemahaman siswa terkait dengan penerimaan diri sehingga dapat emperlebar area terbuka dari siswa yang nantinya akan berarti penerimaan diri siswa meningkat

Hasil penelitian siklus II

Hasil dari pelaksanaan siklus II dalam penelitian ini tidak jauh beda dengan tindakan sebelumnya. Yaitu memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik johari window. Peneliti seperti biasa memberikan materi terkait dengan penerimaan diri dengan ditambah ruang Tanya jawab yang lebih untuk menambah pemahaman siswa terkait dengan penerimaan diri sehingga harapannya pada area terbuka di dalam grid johari window mampu terbuka dengan maksimal.

TABLE 4. *pelaksanaan siklus II*

Siklus ke	Topik	Bentuk Kegiatan	Aspek yang diharapkan untuk meningkat
Siklus II	Meningkatkan penerimaan diri Siswa	<ul style="list-style-type: none"> Memberikan penjelasan terkait penerimaan diri siswa Kegiatan Tanya jawab Kegiatan menerapkan permainan johari window dengan memberikan masing-masing siswa kertas yang telah terbentuk dengan grid johari window (terdapat open area, blind area, hidden area, unknow area) Kegiatan refleksi untuk mengemukakan pesan dan harapan siswa dari kegiatan yang dilakukan dan menyimpulkan hasil dari bimbingan kelompok yang disesuaikan dengan topik layanan. 	Aspek yang diharapkan meningkat adalah penerimaan diri

Pelaksanaan tindakan pada siklus II ini dimulai dengan membuka kegiatan dari awal dengan salam yang dilanjutkan dengan penjelasan terkait tujuan dari proses pemberian layanan. Tidak lupa peneliti menyisipkan ice breaking dalam pemberian layanan supaya siswa dapat senang dan nyaman dalam menjalani kegiatan siklus II. Peneliti selanjutnya akan melakukan observasi melalui pengamatan selama kegiatan berlangsung dan melihat hasil dari johari window yang dikerjakan oleh siswa dalam dinamika kelompok. Pada proses pemberian layanan siswa mampu menyampaikan pendapatnya dan mulai terbuka dengan dirinya dan teman dalam satu kelompok. Dan siswa menjadi lebih paham terkait dengan materi yang disampaikan.

Berikut adalah hasil dari peningkatan penerimaan diri siswa melalui permainan johari window.

TABEL 5 Pelaksanaan Siklus II

No	Indikator Penerimaan diri	Sudah baik	Belum baik
1	Berani untuk berbicara	√	
2	Mau menerima masukan dari teman	√	
3	Pemahaman pada materi	√	
4	Mendengarkan saat temannya berbicara	√	
5	Kedisiplinan saat mengikuti kegiatan layanan	√	
6	Keaktifan siswa mendengarkan penjelasan guru	√	
7	Adanya keinginan untuk mengevaluasi diri	√	
8	Berani terbuka tentang dirinya	√	

Berdasarkan keterangan pada table diatas menunjukkan bahwa seluruh siswa telah menunjukkan peningkatan yang signifikan terkait dengan penerimaan diri. Hal ini dibuktikan melalui observasi dengan semua siswa telah masuk dalam kategori baik berdasarkan indikator dari penerimaan diri siswa diatas. Hal ini diperkuat dengan hasil dari lembar permainan johari window yang diberikan kepada siswa. Hasil dari lembar johari window dapat dilihat pada table 6.

TABLE 6. penilaian lembar kerja johari window siklus II

No	Kode Siswa	Open Area	Blind Area	Hiden Area
1	A	5 Kata sifat	0 kata sifat	0 kata sifat
2	B	4 Kata sifat	0 kata sifat	0 kata sifat
3	C	6 kata sifat	0 kata sifat	1 kata sifat
4	D	5 kata sifat	0 kata sifat	0 kata sifat
5	E	6 kata sifat	1 kata sifat	2 kata sifat
6	F	5 kata sifat	0 kata sifat	0 kata sifat
	Total	31 kata sifat	1 kata sifat	3 kata sifat

Berdasarkan keterangan pada table diatas dapat diketahui bahwa, seluruh siswa yang telah menunjukkan peningkatan penerimaan diri. Hal ini dibuktikan dengan hasil dari tugas lembar kerja berupa permainan johari window. Siswa mampu melakukan refleksi diri untuk mulai dapat menerima masukan dari orang lain. Siswa mampu meningkatkan kepercayaan diri yang ditunjukkan pada kolom open area dengan total 31 kata sifat. Hal ini diperoleh dari siswa yang mampu membuka diri dengan menerima beragam masukan terkait dirinya sehingga area pada Blind spot yang sebelumnya di siklus I tinggi menjadi rendah dengan bukti ditunjukkan nilai 1. Berdasarkan hasil penelitian dan penjelasan tersebut maka bisa ditarik kesimpulan bahwa dengan melalui layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik johari window dapat meningkatkan penerimaan diri siswa.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan PTBK dengan melalui bimbingan kelompok memanfaatkan teknik johari window dapat meningkatkan penerimaan diri siswa. Sejalan dengan penelitian Sitorus (2019) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa permainan johari window dapat meningkatkan penerimaan diri peserta didik di SMAN 1 Babelan. Dengan menunjukkan hasil yang signifikan terhadap penerimaan diri siswa dengan kata lain metode permainan johari window dapat meningkatkan penerimaan diri siswa. Peningkatan yang dialami siswa kaitannya dengan penerimaan diri meliputi banyak aspek yang terkandung dalam penerimaan diri. Senada dengan hasil penelitian Ulan (2021) yang menyebutkan hasil penelitiannya bahwa dalam layanan bimbingan kelompok yang memanfaatkan permainan johari window mampu meningkatkan penerimaan diri siswa. Pada siklus I kebanyakan siswa tergolong memiliki penerimaan diri yang rendah. Itu dibuktikan dengan hasil dari lembar kerja permainan johari window. Dalam permainan johari window ditemukan bahwa siswa belum menyadari tentang dirinya sendiri. Banyak sifat yang secara tidak sadar yang dimiliki oleh siswa tersebut, hal ini tergambar pada nilai dari jendela bagian blind spot yang sangat tinggi. Pada siklus II setelah menerapkan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik johari window dengan menambah jam layanan serta membuka ruang Tanya jawab yang sedikit luas terbukti mampu untuk meningkatkan penerimaan diri siswa. Siswa mampu mengevaluasi dan merefeksi dirinya. Mampu menerima masukan dari orang lain, mampu bersikap terbuka dan percaya akan kemampuannya yang terpendam.

Kesimpulan yang dapat diambil dari penjelasan sebelumnya adalah penggunaan teknik Johari window untuk bimbingan kelompok dapat meningkatkan penerimaan diri siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Khulwah dan Mugiarto pada tahun 2021 yang berjudul "Pengaruh Bimbingan Kelompok Melalui Zoom Meeting dengan Teknik Johari Window Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Siswa". Hal ini menunjukkan bahwa mengingat hasil tes zoom meeting Wilcoxon yang menggunakan prosedur jendela Johari berdampak pada peningkatan penerimaan diri siswa. Pemahaman seseorang terhadap konsep diri juga akan langsung dipengaruhi oleh peningkatan penerimaan diri. Seperti yang diungkapkan Indrawati (2017) dalam penelitiannya yang berjudul "Penerapan Metode Johari Window Game untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep Diri pada Pelayanan Klasik". dengan menyatakan bahwa permainan Johari Window dapat meningkatkan pemahaman konsep diri siswa. Respon siswa menjadi lebih positif, minat memahami konsep diri terbangun, kerjasama, interaksi, dan komunikasi antar teman meningkat, semangat dan kegembiraan meningkat, rasa ingin tahu meningkat, interaksi dan komunikasi kelas semakin kondusif sehingga aktivitas dapat meningkat. semuanya menjadi indikator peningkatan aktivitas.

Dengan terbukanya seorang siswa tentu juga dapat menambah pertemanan yang baik. Mempunyai hubungan antar sesama menjadi lebih baik. Seorang individu akan merasa senang apabila temannya memiliki penerimaan diri yang baik. Seperti penelitian dari Kartini, Anggiana, sofiah (2023) yang berjudul peningkatan keterampilan menjaga pertemanan melalui bimbingan kelompok dengan teknik johari window dengan hasil yang signifikan dan terbukti permainan johari window mampu meningkatkan keterampilan pertemanan yang baik. Permainan johari window ini juga dilakukan dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Semakin seorang siswa mampu membuka dirinya dengan baik dan mampu meningkatkan penerimaan dirinya maka akan semakin mudah untuk mendapatkan teman.

Keterampilan dalam penerimaan diri ini sangat penting untuk siswa mengembangkan kemampuannya. Dengan menggunakan teknik johari window tentunya akan terdapat kemampuan – kemampuan individu yang tidak sadar bahwa kemampuan tersebut dimilikinya. Maka permainan / teknik johari window ini sangat penting untuk dapat menjadi bahan evaluasi pada diri seseorang. Pelaksanaan bimbingan kelompok juga membantu siswa lebih fokus dalam

menerima materi karena jumlah siswa yang tidak sebanyak klasikal. Beberapa layanan yang diberikan pada setiap siklusnya antusias siswa semakin meningkat.

SIMPULAN

Dari Hasil peneliian tersebut dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri siswa mengalami peningkatan disetiap siklusnya. Pada siklus II seluruh siswa mampu dengan sadar diri meningkatkan penerimaan dirinya dengan menunjukkan hasil dari lembar kerja berupa permainan johari window. hasil dari siklus I yang menunjukkan area blind spot yang sangat besar, sehingga jendela open area sempit. Pada siklus II jendela open area mengalami penambahan sehingga itu menunjukkan siswa sudah mulai terbuka dan mampu menerima masukan dan saran dari orang lain. Maka kesimpulan yang diperoleh bahwa bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik johari window dapat meningkatkan penerimaan diri siswa.

Kegiatan layanan bimbingan kelompok ini dilaksanakan sesuai dengan pedoman dari perangkat ajar atau RPL yang telah disusun. Tentunya dalam pelaksanaan masih menemui beberapa hambatan. Namun secara menyeluruh dari kegiatan ini pelaksanaan berjalan dengan baik. Saran bagi peneliti selanjutnya dapat memanfaatkan teknik johari window dalam suasana klasikal dengan memanfaatkan dinamika kelompok dalam kelas yang anggotanya 4 - 6 siswa dalam kelompok. karena semakin banyak anggota kelompok maka akan semakin tinggi masukan yang diberikan kepada setiap siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Asrori, & Ali. (2012). Psikologi remaja: *perkembangan peserta didik*, Jakarta: Bumi aksara
- Chaplin, (2014). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Dewi & Rosmana. (2013). *Profesionalisasi Guru BK Melalui PTBK*. Medan: Unimed Press
- Hurlock, E.B., (2009). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta : Penerbit Erlangga
- Kartini, Y., Anggriana, T, M., & Sofiah, S. (2023). Peningkatan Keterampilan Menjaga Pertemanan Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Johari Window. *Prosiding SNBK(Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*. Vol 7. (1)
- Khulwah, A, R dan Mugiarto, H. (2021). Pengaruh Bimbingan kelompok Melalui Zoom Meeting Dengan Teknik Johari Window Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Siswa. *Counsnesia Indonesian Journal of Guidance and Counseling*. Vol 2. (2)
- Nurihsan, Achmad Juntika. (2006). *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Prayitno dan Erman Amti. 2015. *Dasar-dasar Bimbingan & Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Rahayu dan Sri Muliati. (2010). *Penerimaan Diri Dan Kebermaknaan Hidup Penyandang Cacat Fisik*. Skripsi : Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D, Cetakan ke-24*. Bandung: Alfabeta
- Sukardi. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nana Syaodih, Sukmadinata. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Tantra, D. K. (2015). *Konsep Dasar dan Karakteristik Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK)*. Makalah pada Pelatihan PPKP dan PTK. Jakarta: Dirjen PT, Depdiknas.
- Ulan, A., Idris, I, & Alwi, NM. (2021). Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan menggunakan permainan untuk membantu meningkatkan penerimaan diri siswa. *Pedagogika*. Vol 12(1)
- Wartana, Eka. 2009. *Mind Web Konsep Berfikir Tanpa Mikir*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama