



PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK MELALUI ZOOM MEETING DENGAN  
TEKNIK JOHARI WINDOW TERHADAP PENINGKATAN  
PENERIMAAN DIRI SISWA

Afny Rumaysya Khulwah<sup>1</sup>, Heru Mugiarto<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Negeri Semarang

Email: afnyrumaysya78@gmail.com

---

### Info Artikel

Riwayat Artikel  
Diterima:  
2 Juli 2021  
Disetujui:  
13 Juli 2021  
Publikasi:  
28 Desember 2021

---

### Abstrak

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window* terhadap tingkat penerimaan diri siswa. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*. Teknik pengambilan subjek penelitian yang digunakan adalah *purposive sampling* sejumlah 8 siswa. Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala penerimaan diri sebanyak 4 indikator dan 52 item. Validitas diuji menggunakan rumus *product moment* dan dengan koefisien reliabilitas 0,312. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dan analisis uji *Wilcoxon*. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* ( $Z=-2.521, p \leq 0,05$ ) hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window* berpengaruh pada peningkatan penerimaan diri siswa.

**Kata Kunci:** penerimaan diri, bimbingan kelompok, *johari window*

### Abstract

*The purpose of this study was to determine the effect of group guidance services through zoom meetings with the johari window technique on the level of student self-acceptance. The type of research used in this research is experimental research with one group pretest-posttest design. The technique of taking research subjects used was purposive sampling of 8 students. The data collection tool used in this study is a self-acceptance scale of 4 indicators and 52 items. Validity was tested using the product moment formula and with a reliability coefficient of 0.312. The data analysis technique used is descriptive analysis and Wilcoxon test analysis. Based on the results of the Wilcoxon test ( $Z=-2.521, p \leq 0.05$ ) this indicates that group guidance services through zoom meetings with the johari window technique have an effect on increasing student self-acceptance.*

**Keywords:** self-acceptance, guidance groups, *johari window*

## **PENDAHULUAN**

Penerimaan diri merupakan salah satu aspek yang penting pada seseorang. Penerimaan diri dapat membantu individu dalam berinteraksi dengan individu lain, meningkatkan kepercayaan diri serta membuat hubungan menjadi lebih akrab karena individu tersebut menyadari bahwa setiap individu diciptakan sama, yaitu memiliki kelebihan dan kekurangan. Tanpa penerimaan diri, individu cenderung sulit untuk dapat berinteraksi dengan individu lain sehingga dapat berpengaruh buruk pada kepribadiannya. Dengan adanya penerimaan diri seseorang akan mampu mengaktualisasikan segala potensi yang dimilikinya. Adanya penerimaan diri akan membantu individu untuk dapat berfungsi secara ideal sehingga individu dapat mengembangkan segala kemampuan dan potensi yang dimiliki dengan optimal.

Menurut Chaplin (2014) penerimaan diri adalah sejauhmana seseorang dapat menyadari dan mengakui karakteristik pribadi dan menggunakannya dalam menjalani kelangsungan hidupnya. Sikap penerimaan diri ditunjukkan oleh sikap pengakuan seseorang terhadap kelebihan-kelebihan sekaligus menerima kelemahan-kelemahan tanpa menyalahkan orang lain dan memiliki keinginan untuk terus mengembangkan diri.

Menurut Sartain (dalam Izzati dan Waluya, 2012) mendefinisikan penerimaan diri sebagai kesadaran seseorang untuk menerima dirinya sebagaimana adanya dan memahami dirinya seperti apa adanya. Individu yang memiliki penerimaan diri berarti telah menjalani proses yang menghantarkan dirinya pada pengetahuan dan pemahaman tentang dirinya, sehingga dapat menerima dirinya secara utuh dan bahagia.

Menurut Hurlock (2008) ada beberapa faktor yang membentuk penerimaan diri seseorang, yaitu (1) Pemahaman diri (*self understanding*) Pemahaman diri merupakan persepsi diri yang ditandai oleh genuiness, realita, dan kejujuran. Semakin seseorang memahami dirinya, semakin baik penerimaan dirinya. (2) Harapan yang realistis. Ketika seseorang memiliki harapan yang realistis dalam mencapai sesuatu, hal ini akan mempengaruhi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri. Harapan akan menjadi realistis jika dibuat sendiri oleh diri sendiri. (3) Tidak adanya hambatan dari lingkungan (*absence of environment obstacles*) Ketidakmampuan dalam mencapai tujuan yang realistis, dapat terjadi karena hambatan dari lingkungan yang tidak mampu dikontrol oleh seseorang seperti diskriminasi ras, jenis kelamin, atau agama. Apabila hambatan-hambatan itu dapat dihilangkan dan jika keluarga, peer atau orang-orang yang berada disekelilingnya memberikan motivasi dalam mencapai tujuan, maka seseorang akan mampu memperoleh kepuasan terhadap pencapaiannya.

Dengan adanya fenomena yang terjadi di SMP Negeri 3 Karanganyar terdapat beberapa siswa yang merasa kurang percaya diri dan minder terhadap dirinya sendiri karena sisi negatif yang ia miliki. Padahal percaya diri itu berasal dari diri seseorang atau pribadi itu sendiri yang ada nyatanya dan tidak di buat-buat. Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling di SMP N 3 Karanganyar, peneliti mendapatkan informasi bahwa penerimaan diri yang dimiliki oleh siswa umumnya termasuk dalam kategori baik. Hal itu karena siswa berada dalam lingkungan pemukiman yang tidak terlalu kota namun juga tidak termasuk dalam pemukiman desa. Tetapi masih terdapat sekitar 15%-20% siswa yang kurang memiliki penerimaan diri. Hal itu dapat dilihat ketika sedang ada tugas harian dikelas. Siswa masih merasa kurang percaya diri untuk menyampaikan pendapat atau jawaban sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Informasi itu diperoleh melalui beberapa guru mata pelajaran yang melaporkan kepada guru BK. Karena pandemi, sekolah harus dilakukan dengan cara daring, namun masih ada siswa yang kurang memiliki kesadaran diri untuk mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh guru.

Adapun layanan yang digunakan dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Menurut Nurihsan (2006) bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Gazda (Prayitno dan Amti, 2004) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada

sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Menurut Sukardi dan Kusmawati (2008:78) bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing) dan membahas secara berkeseluruhan pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dalam kehidupan sehari-hari dan untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

Menurut Tohirin (2007: 172) secara umum tujuan layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan. Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal para siswa.

Menurut Prayitno (2004:13), terdapat beberapa asas yang paling diutamakan dalam layanan bimbingan kelompok adalah asas kegiatan yang dilandasi oleh asas kerahasiaan, asas kesukarelaan dari peserta layanan, dan asas keterbukaan. Sehingga kegiatan bimbingan kelompok dapat lebih sempurna dan baik. Beberapa asas-asas yang perlu diperhatikan dalam bimbingan kelompok yaitu: (1) Asas keterbukaan, yaitu semua peserta bebas dan terbuka mengeluarkan pendapat, ide, saran dan apa saja yang dirahasiakannya dan dipikirkannya, tidak merasa takut, malu atau ragu-ragu. Keterbukaan anggota akan sangat membantu dalam pemecahan masalah yang akan memudahkan proses layanan bimbingan kelompok berjalan optimal. (2) Asas kesukarelaan, yaitu semua peserta dapat menampilkan dirinya secara spontan tanpa disuruh atau dipaksa oleh anggota lain maupun pemimpin kelompok dalam mengungkapkan ide, pendapat, atau gagasan. (3) Asas kenormatifan, yaitu semua yang dilakukan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan peraturan yang berlaku. Semua yang dilakukan dan dibicarakan dalam bimbingan kelompok harus sesuai dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku. (4) Asas kerahasiaan, yaitu semua yang hadir harus menyimpan dan merahasiakan apa saja, data, dan informasi yang didengar dan dibicarakan dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak boleh, dan tidak layak diketahui orang lain. Dalam hal ini pemimpin berkewajiban penuh memelihara dan menjaga semua data dan keterangan itu sehingga kerahasiaannya benar-benar terjamin.

Layanan bimbingan kelompok ini dilakukan dengan menggunakan teknik *Johari Window*, ini adalah sebuah teknik yang mengkondisikan seseorang untuk mau berinteraksi dengan orang lain dengan menerima umpan balik dan berbagai dengan apa yang diinginkan agar seseorang mendapatkan informasi tentang dirinya, sehingga seseorang itu dapat memahami dirinya, mengetahui kelebihan dan kekurangan dirinya.

Model permainan *Johari Window* dapat memfasilitasi individu dalam mengetahui kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya berdasarkan sudut pandang dari diri sendiri dan orang lain dalam kelompoknya. Setelah individu mengetahui kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya, maka penerimaan diri individu akan meningkat. Menurut Eka Wartana (2012:90), model *Johari Window* adalah alat yang sederhana dan sangat bermanfaat untuk menggambarkan kesadaran diri (*self awareness*), serta peningkatannya. *Johari Window* ini juga bisa dipakai untuk membina saling pengertian antar individu di dalam satu grup maupun antar grup. Menurut Beebe (2008: 56) *Johari Window* merupakan suatu model dari keterbukaan diri yang menyimpulkan bahwa kesadaran diri dipengaruhi oleh keterbukaan diri dan memperoleh informasi tentang diri dari orang lain.

Menurut Johnson (1981) dalam Supratiknya (1995: 15), beberapa manfaat pembukaan diri yang ada dalam penerapan teknik *Johari Window* adalah (1) Pembukaan diri merupakan dasar bagi hubungan yang sehat antara dua orang. (2) Semakin seseorang bersikap terbuka kepada orang lain, semakin orang lain tersebut akan menyukai diri seseorang tersebut, akibatnya orang lain tersebut akan semakin membuka diri. (3) Orang yang rela membuka diri kepada orang lain terbukti cenderung

memiliki sifat-sifat kompeten, terbuka, ekstrovert, fleksibel, adaptif, dan inteligen. (4) Membuka diri kepada orang lain merupakan dasar relasi yang memungkinkan komunikasi intim baik dengan diri sendiri maupun dengan orang lain. (5) Membuka diri berarti bersikap realistik.

Karena sedang dalam pandemi penelitian ini menggunakan salah satu aplikasi yaitu *zoom meeting*. Aplikasi *Zoom* merupakan salah satu aplikasi yang dapat digunakan untuk memfasilitasi belajar mandiri dari rumah oleh para guru dan murid. Guru bisa memanfaatkan berbagai fitur yang ada di aplikasi *zoom* untuk berinteraksi dengan murid, sehingga aplikasi *zoom* ini sangat dapat membantu terjadinya komunikasi dua arah antara guru dan murid.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling di SMP N 3 Karanganyar, peneliti mendapatkan informasi bahwa penerimaan diri yang dimiliki oleh siswa umumnya termasuk dalam kategori baik. Hal itu karena siswa berada dalam lingkungan pemukiman yang tidak terlalu kota namun juga tidak termasuk dalam pemukiman desa. Tetapi masih terdapat sekitar 15%-20% siswa yang kurang memiliki penerimaan diri. Hal itu dapat dilihat ketika sedang ada tugas harian dikelas. Siswa masih merasa kurang percaya diri untuk menyampaikan pendapat atau jawaban sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Informasi itu diperoleh melalui beberapa guru mata pelajaran yang melaporkan kepada guru BK. Karena pandemi, sekolah harus dilakukan dengan cara daring, namun masih ada siswa yang kurang memiliki kesadaran diri untuk mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh guru.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari Wahyu Puspita, dkk (2016) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan penerimaan diri siswa di kelas X AK SMK Labor Binaan FKIP UNRI Pekanbaru setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Adapun pengaruh bimbingan kelompok terhadap tingkat penerimaan diri siswa di kelas X AK SMK Labor Binaan FKIP UNRI Pekanbaru berada pada kategori sedang yakni sebesar 52%.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat penerimaan diri siswa dan untuk mengetahui apakah dengan layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window* dapat berpengaruh terhadap peningkatan penerimaan diri siswa di SMP N 3 Karanganyar.

## **METODE**

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Peneliti menggunakan eksperimen karena dalam hal ini peneliti menggunakan suatu perlakuan untuk mengetahui akibat dari perlakuan tersebut. Jenis desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest-posttest*. Pengukuran dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Perlakuan yang dimaksud yaitu layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window*.

Subjek dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel dikelas IX SMP N 3 Karanganyar sebanyak 8 orang untuk dijadikan sebagai anggota bimbingan kelompok. Pengambilan sampel dilakukan dengan menyebarkan instrumen penerimaan diri di kelas IX sejumlah 2 kelas, lalu diambil 8 orang yang memiliki penerimaan diri rendah sesuai dengan rekomendasi guru bimbingan konseling untuk dilakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *johari window* untuk meningkatkan penerimaan diri. Teknik pengambilan subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window* dilaksanakan sebanyak 6 kali pertemuan dengan alokasi waktu satu kali pertemuan 1 x 40 menit.

Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala penerimaan diri. Skala tersebut disusun berdasarkan teori yang ada. Skala penerimaan diri dalam penelitian ini dilakukan pada awal dan akhir eksperimen. Pemberian skala penerimaan diri pada awal eksperimen bertujuan untuk mengetahui penerimaan diri yang dimiliki siswa saat ini,

sedangkan pemberian skala penerimaan diri pada akhir eksperimen bertujuan untuk mengetahui penerimaan diri siswa setelah diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *johari window*.

Skala pengukuran yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *likert*. Pernyataan-pernyataan dalam instrumen penelitian ini terdiri dari atas pernyataan *favorable* (+) dan *unfavorable* (-). Dalam penelitian ini, setiap pertanyaan terdiri dari lima alternatif pilihan jawaban. Peneliti menggunakan lima alternatif pilihan jawaban untuk menghindari kecenderungan responden memilih jawaban yang ragu-ragu atau tidak terarah serta cenderung memilih posisi aman tanpa memberi jawaban yang pasti. Alternatif jawaban dalam penelitian ini yaitu, Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Adapun skor yang diberikan pada tiap-tiap pernyataan sebagai berikut :

**Tabel 1 Kategori skor skala psikologis**

No	Alternatif Jawaban	<i>Favourable</i>	<i>Unfavorable</i>
		(+)	(-)
1	Sangat Sesuai	5	1
2	Sesuai	4	2
3	Kurang Sesuai	3	3
4	Tidak Sesuai	2	4
5	Sangat Tidak Sesuai	1	5

Langkah-langkah yang ditempuh dalam penyusunan instrumen penelitian melalui beberapa tahap. (1) teori (2) kisi-kisi instrument (3) instrumen (4) instrumen jadi (5) uji coba (6) revisi (7) instrumen jadi. Instrumen dalam penelitian sebanyak 4 indikator dan 52 item. Setelah mengetahui langkah-langkah dalam menyusun instrumen penelitian, selanjutnya adalah menyusun instrumen dalam penelitian ini.

Pengujian validitas dengan menggunakan rumus *product moment* dengan hasil 0.312. Skala Penerimaan Diri berjumlah 52 butir item pernyataan. Terdapat 31 item yang tidak valid dan 21 item lainnya dinyatakan valid, kemudian reliabilitas instrumen ditentukan dengan uji *alpha cronbach* dengan hasil 0,774 yaitu reliabel. Teknik analisis data dengan menggunakan analisis deskriptif dan analisis uji *Wilcoxon*

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut ini akan diuraikan gambaran tingkat penerimaan diri siswa dari hasil sebelum dan sesudah diberikan *treatment* layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window*. Hasil *pretest* dan *posttest* skala penerimaan diri selengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

**Tabel 2 Hasil Pre-test dan Post-test Skala Penerimaan diri**

No	Nama	Hasil Pre-Test			Hasil Post-Test		
		Skor	%	Kategori	Skor	%	Kategori
1	TZA	62	59%	Sedang	62	59%	Sedang
2	RIM	53	50%	Sedang	53	50%	Sedang
3	PM	64	61%	Sedang	64	61%	Sedang
4	NAS	69	65%	Sedang	69	65%	Sedang
5	WMM	55	52%	Sedang	55	52%	Sedang
6	NF	67	64%	Sedang	67	64%	Sedang
7	NSF	57	54%	Sedang	57	54%	Sedang
8	APN	58	55%	Sedang	58	55%	Sedang
<b>Rata-Rata</b>		<b>61</b>	<b>58%</b>	<b>Sedang</b>	<b>61</b>	<b>58%</b>	<b>Sedang</b>

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 1 maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri siswa SMP N 3 Karanganyar sebelum diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan

kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window*, termasuk dalam kategori sedang dengan skor rata-rata yaitu sebesar 61 dengan presentase sebesar 58%. Sedangkan hasil *post-test* layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window*. Hasil yang diperoleh bahwa 8 responden termasuk dalam kategori tinggi dengan skor rata-rata yaitu sebesar 76 dengan presentase sebesar 72%.

Analisis data statistik yang digunakan untuk mengetahui adanya peningkatan penerimaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window* yaitu dengan menggunakan statistik *non parametric* yaitu *uji wilcoxon*.

**Tabel 3 Hasil Uji Wilcoxon**

	Pos Test - Pre Test
Z	-2.521 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.012

Berdasarkan output hasil uji Wilcoxon pada tabel 4.5, diketahui Asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,012. Karena 0,012 lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Artinya ada perbedaan antara penerimaan untuk *pretest* dan *posttest*. Sehingga dapat dikatakan bahwa layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window* berpengaruh pada peningkatan penerimaan diri siswa SMP N 3 Karanganyar.

*Self acceptance* atau penerimaan diri adalah suatu sikap dimana individu memiliki penghargaan yang tinggi terhadap segala kelebihan dan kekurangan dirinya sendiri tanpa menyalahkan orang lain dan mempunyai keinginan untuk mengembangkan diri secara terus menerus. Dengan penerimaan diri yang baik, individu menjadi lebih menyadari siapa dirinya, apa yang menjadi kekurangannya, apa yang menjadi kelebihannya yang ini bisa digunakan untuk menghadapi masalah apa yang sedang dihadapinya.

Penelitian dari Sitorus, dkk (2009) diperoleh hasil penelitian bahwa bimbingan kelompok dengan metode permainan meningkatkan penerimaan diri siswa. Hal itu dapat dilihat dari jumlah subjek penelitian berada pada kategori sedang, artinya siswa mencapai tingkat penerimaan diri yang sedang pada setiap aspeknya. Sedangkan penelitian milik peneliti berbeda dengan metode yang digunakan pada penelitian diatas, dalam penelitian ini menggunakan teknik *johari window*. Dari penelitian ini diperoleh hasil bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh pada peningkatkan penerimaan diri siswa di SMP N 3 Karanganyar. Dengan presentase rata-rata nilai *pretest* termasuk dalam kategori sedang yaitu (58%) dan presentase rata-rata nilai *posttest* termasuk dalam kategori tinggi yaitu (72%).

Penelitian Fajri Ratu Zhafira, dkk (2019) diperoleh hasil penelitian bahwa penerimaan diri dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Hal ini ditunjukkan dari meningkatnya penerimaan diri dan perubahan perilaku pada beberapa siswa, namun perubahan yang tidak signifikan pun terjadi pada beberapa siswa, sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberi perlakuan dengan pemberian bimbingan kelompok. Jadi bimbingan kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan penerimaan diri siswa. Penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti, penelitian tersebut menggunakan bimbingan kelompok, sedangkan peneliti akan menggunakan bimbingan kelompok melalui aplikasi *zoom meeting* dengan teknik *johari window*.

Selanjutnya penelitian dari Sari Wahyu Puspita, dkk (2016) diperoleh hasil penelitian bahwa terjadi peningkatan penerimaan diri setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Adapun pengaruh bimbingan kelompok terhadap tingkat penerimaan diri siswa berada pada kategori sedang yakni sebesar 52%. Sedangkan pada penelitian ini presentase rata-rata nilai *pretest* termasuk dalam kategori sedang yaitu (58%) dan presentase rata-rata nilai *posttest* termasuk dalam kategori tinggi yaitu (72%). Terdapat peningkatan sebesar 14%. Walaupun terdapat perbedaan, yaitu penelitian sebelumnya menggunakan layanan bimbingan kelompok

sedangkan dalam penelitian ini menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *johari window*. Namun persamaannya yaitu dengan layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap peningkatan penerimaan diri siswa. Berdasarkan uraian diatas bahwa belum ada penelitian yang sama dengan penelitian yang telah dilaksanakan. Perbedaannya yaitu terletak pada variabelnya. Namun penelitian yang telah dilakukan bahwa layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* berpengaruh dan dapat meningkatkan penerimaan diri siswa.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window* terhadap peningkatan penerimaan diri siswa. *Treatment* yang diberikan oleh siswa yaitu dengan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window*. Pemberian *treatment* dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan dengan memberikan topik yang berbeda pada setiap pertemuan.

Gambaran penerimaan diri pada delapan siswa kelas IX sebelum diberikan *treatment* layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window* ditunjukkan dengan sikap seperti kurang percaya diri, suka berpikiran negatif terhadap dirinya sendiri, serta malu dengan latar belakang dirinya sendiri. Gambaran penerimaan diri diperoleh dari hasil wawancara dengan guru bk dan skala penerimaan diri yang diisi oleh masing-masing siswa. Sebelum diberikan *treatment* melalui layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window* siswa memiliki penerimaan sedang dengan rata-rata presentase yaitu 58%.

Kemudian, kedelapan siswa tersebut diberikan *treatment* layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window*. Dari hasil *treatment* yang telah diberikan, peningkatan penerimaan diri setiap siswa diukur kembali menggunakan skala penerimaan diri. Gambaran penerimaan diri siswa setelah diberikan *treatment* ditunjukkan dengan sikap seperti siswa mampu mengetahui tentang dirinya, dan mampu mengetahui bagaimana orang disekitar menilai dirinya, dengan begitu konseli mampu menerima keadaan yang ada pada dirinya. Setelah diberikan *treatment* melalui layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window* menunjukkan gambaran tingkat penerimaan diri dalam kriteria tinggi dengan rata-rata presentase yaitu 72%. Dengan demikian terjadi peningkatan sebesar 14%.

Berdasarkan hasil penerimaan diri setelah diberikan *treatment* layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window* menunjukkan bahwa peningkatan tertinggi terdapat pada siswa RIM dan peningkatan paling rendah terjadi pada siswa PM. Adanya peningkatan tersebut menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window* berpengaruh terhadap peningkatan penerimaan diri siswa

Pada awal layanan bimbingan kelompok siswa belum mau untuk menyampaikan pendapatnya. Anggota kelompok masih kurang terbuka dan belum percaya diri untuk menyampaikan pendapatnya masing-masing. Namun pada pertemuan berikutnya siswa sudah mau untuk berpendapat pada saat kegiatan bimbingan kelompok. Dari siswa yang tidak mau menyampaikan pendapatnya karena kurang percaya diri dan takut salah sampai siswa sudah berani dan menyampaikan pendapatnya.

Kegiatan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan sesuai dengan prosedur yang telah direncanakan. Walaupun dalam pelaksanaan *treatment* terdapat beberapa hambatan, namun secara keseluruhan pelaksanaan *treatment* dapat berjalan dengan baik. Dari hasil analisis secara keseluruhan, terlihat terdapat perbedaan penerimaan diri siswa antara sebelum dan sesudah diberikan *treatment* layanan bimbingan kelompok melalui *zoom meeting* dengan teknik *johari window*.

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Layanan Bimbingan Kelompok Melalui *Zoom Meeting* dengan Teknik *Johari Window* memberi pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan penerimaan diri siswa. Meskipun penelitian ini telah dilaksanakan semaksimal mungkin, akan tetapi penelitian ini memiliki keterbatasan diantaranya yaitu karena penelitian dilakukan saat pandemi *Covid-19*, pembelajaran disekolah dilakukan secara online/daring. Siswa memiliki kesibukan dengan pelajaran disekolah, sehingga peneliti kesulitan menentukan waktu luang siswa. Peneliti meminta bantuan kepada guru BK untuk membantu mengkomunikasikan dengan siswa. Bergantung pada stabilitas sinyal yang ada, jadi ketika pelaksanaan layanan siswa yang bertempat tinggal didaerah sulit sinyal akan mengalami on-off dalam mengikuti proses layanan. Saran untuk peneliti selanjutnya peneliti diharapkan dapat menggunakan penelitian ini sebagai bahan acuan pada penelitian yang selanjutnya. Peneliti selanjutnya juga bisa mengembangkan layanan yang akan digunakan semenarik mungkin.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Beebe, Steven A., dkk. (2008). *Interpersonal Communication. Relating to Others*. USA: Pearson.
- Chaplin, (2014). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Fajri Ratu Zhafira, Yusmansyah, Shinta Mayasari. (2019). Peningkatan Penerimaan Diri Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa SMA Kelas XI. *Jurnal Bimbingan Konseling*. Vol. 7, No. 1, Februari 2019.
- Hurlock, E. (2008). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Izzati, A & Waluya, O, T. (2012). *Gambaran Penerimaan Diri Pada Penderita Psoriasis*. *Jurnal Psikologi*. Vol. 10, No. 2, Desember 2012, hal 68-78.
- Nurihsan, Achmad Juntika. (2006). *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Prayitno dan Erman Amti. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sari Wahyu Puspita, Tri Umari, Raja Arlizon. (2016). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Siswa Kelas X AK SMK Labor Binaan FKIP UNRI Pekanbaru T. A 2015/2016. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*. Vol. 3, No. 2, hal 1-11.
- Sitorus Muhammad Walimsyah, Aip Badrujaman, Susi Fitri. (2019). Pengaruh Bimbingan Kelompok Metode Permainan Terhadap Penerimaan Diri Siswa SMAN 1 Babelan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*. Vol. 2, No. 1, Januari 2019, hal 18-23.
- Sukardi. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Supratiknya, A. (1995). *Komunikasi Antar Pribadi Tinjauan Psikologi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Tohirin, (2007). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Wartana, Eka. (2012). *A New Way Of Thinking Mind Web Konsep Berpiki Tanpa Mikir*. Jakarta: Gramedia.