

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK TEKNIK *JOHARI WINDOW* DALAM MENINGKATKAN KETERBUKAAN DIRI
PESERTA DIDIK KELAS VII E SMP NEGERI 1
PANGKALANBARU, BANGKA TENGAH**



SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)**

Oleh:

JAUHAROTUL KAMALIAH

2115024

Fakultas Tarbiyah

Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

2025

SURAT KETERANGAN PLAGIASI



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
Jalan Raya Petaling, Km. 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Prov. Kep. Bangka Belitung
E-mail: humas@iainsasbabel.ac.id Website: www.iainsasbabel.ac.id Kode Pos: 33173

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI
Nomor : B-027/BKPI/5.5/PP.00.9/07/2025

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah
Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan
bahwa mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama : Jauharotul Kamaliah
NIM : 2115024
Program : Strata I
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Johari Window* dalam meningkatkan keterbukaan diri peserta didik kelas VII SMP Negeri 1 Pangkalan Baru, Bangka Tengah

Hasil cek plagiasi sebesar 18 %, dan dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25% pada skripsi yang disusunnya.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 02 Juli 2025
Ka.Program Studi BKPI



Dr. Nikmarijal, M.Pd
NIP. 198611282018011001

HALAMAN PERNYATAAN

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jauharotul Kamaliah
NIM : 2115024
Fakultas : Tabiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Johari Window* dalam Meningkatkan Keterbukaan Diri Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 1 Pangkalanbaru, Bangka Tengah” ini adalah asli hasil karya atau penelitian yang saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 1 Juli 2025

Yang menyatakan



Jauharotul Kamaliah

NIM. 2115024

NOTA DINAS PEMBIMBING



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAikh ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
Jalan Raya petaling KM. 13 Kec.Mendo Barat Kab.Bangka Prov. Kep. Bangka Belitung 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal: Skripsi Jauharotul Kamaliah

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung di-
tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Setelah membaca, mencermati dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa serta teknik penulisan maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Jauharotul Kamaliah
NIM : 2115024
Fakultas : Tarbiyah
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Johari Window* dalam Meningkatkan Keterbukaan Diri Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 1 Pangkalanbaru, Bangka Tengah

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). Harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqosyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Muhammad Ikhsan Ghozali, M.Si

NIP. 197505112006041001

Bangka, 1 Juli 2025

Pembimbing II

Komariah, S.Psi., M.Pd

NIP. 199105212020122026

NOTA DINAS KONSULTAN



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: stainbangkabelitung@kemenag.go.id, stain32_sasbabel@yahoo.co.id
BANGKA 33173

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal: Skripsi
Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di-
tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan maka kami selaku konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Jauharotul Kamaliah
NIM : 2115024
Fakultas : Tarbiyah
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Johari Window* dalam Meningkatkan Keterbukaan Diri Peserta Didik Kleas VII E SMP Negeri 1 Pangkalanbaru, Bangka Tengah

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Demikian Nota Dinas Konsultan ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bangka, 28 Juli 2025

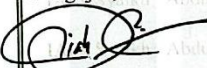
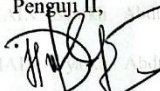
Konsultan I,

Diah Meitikasari, M.Si
NIP. 199005292019032008

Konsultan II,

Dwi Haryanti, M.Pd.I
NIP. 199005192015032009

HALAMAN PENGESAHAN

 KEMENTERIAN AGAMA RI INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG FAKULTAS TARBIYAH Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung E-Mail: humas@iainsasabel.ac.id, Website: www.iainsasabel.ac.id BANGKA 33173	
PENGESAHAN	
Nomor: 195.B9/FT/PP.00.9/07/2025	
Skrripsi dengan judul: Efektivitas Konseling Kelompok Teknik <i>Johari Window</i> dalam Meningkatkan Keterbukaan Diri Peserta Didik Kelas VII E SMP Negeri 1 Pangkalanbaru, Bangka Tengah	
Yang dipersiapkan dan disusun oleh:	
Nama	: Jauharotul Kamaliah
NIM	: 2115024
Fakultas	: Tarbiyah
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
telah dimunaqasyahkan pada hari: Kamis, tanggal 24 Juli 2025 dengan nilai A (88.40), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.	
DEWAN SIDANG MUNAQASYAH	
Pembimbing I,  Muhammad Ikhsan Ghozali, M.Si NIP. 19750511 200604 1 001	Pembimbing II,  Kojariah, S.Psi. M.Pd NIP. 19910521 202012 2 026
Penguji I,  Diah Meitikasari, M.Si NIP. 19900529 201903 2 008	Penguji II,  Dwi Haryanti, M.Pd.I NIP. 19900519 201503 2 009
Ketua Panitia  Dr. Febrino, M.A NIP. 19890201 201503 1 004	
Bangka, 31 Juli 2025, Dekan Fakultas Tarbiyah,  Dr. Hj. Soleha, M.A NIP. 19750527 200501 2 008	



HALAMAN MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(QS. Al-Baqarah [2] ayat 286)

“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah, tetapi Allah berjanji bahwa
sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(QS. Al-Insyirah [94] ayat 5-6)

“Yang mendengarkan perkataan lalu mengikuti apa yang paling baik di antaranya,
mereka itulah orang-orang yang telah diberi Allah petunjuk dan mereka itulah
orang-orang yang mempunyai akal”

(QS. Az-Zumar [39] ayat 18)

“Jihad yang paling utama adalah mengatakan kebenaran (berkata yang baik) di
hadapan penguasa yang zalim”

(HR. Abu Daud)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji dan syukur ku panjatkan kepada-Mu ya Allah atas pertolongan-Mu yang tak pernah putus, yang telah memberiku kekuatan dan kesabaran hingga akhirnya aku mampu menyelesaikan skripsi berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Johari Window* dalam Meningkatkan Keterbukaan Diri Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 1 Pangkalanbaru, Bangka Tengah.” Karya ini ku persembahkan bagi semua orang tercinta yang selalu memberikan cinta, kasih dan dukungan.

Kepada kedua orangtua saya Ibu Rela Melati dan Bapak Zakaria Alanshori. Mereka mampu memotivasi dan memberikan dukungan do’a maupun materi. Mereka orang yang hebat selalu menjadi penyemangat penulis sebagai sandaran terkuat dan kerasnya dunia yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta serta menjadi orangtua luar biasa yang tanpa lelah berjuang dan berkorban demi pendidikan tinggi yang sedang aku jalani, agar kelak aku memiliki masa depan yang cerah. Terima kasih untuk semua berkat do’a dan dukungan kalian bisa berada di titik ini. Sehat selalu dan hiduplah lebih lama lagi.

Kepada kakakku Muhammad Hizki dan Adik-adikku tercinta, terima kasih atas semangat dan do’a yang tak pernah henti kalian berikan kepadaku, peran kalian sangat berarti dalam membantuku melalui setiap tantangan hingga akhirnya diri ini mampu bertahan dan sampai pada titik ini. Semoga selalu diberkahi dan diberikan kesehatan.

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK TEKNIK *JOHARI WINDOW*
DALAM MENINGKATKAN KETERBUKAAN DIRI PESERTA DIDIK
KELAS VII E SMP NEGERI 1 PANGKALANBARU, BANGKA TENGAH**

Jauharotul Kamaliah
Fakultas Tarbiyah
Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik
Bangka Belitung

Abstrak

Dari permasalahan ini, beberapa peserta didik yang keterbukaan dirinya rendah, itu dapat dilihat saat berada di sekolah dan dalam proses pembelajaran, peserta didik cenderung merasa malu untuk berpendapat, merasa malu ketika maju depan kelas, merasa gemetar berhadapan dengan orang banyak, cenderung diam dan enggan untuk bercerita serta pengaruh teknologi dan media. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok teknik *johari window* dalam meningkatkan keterbukaan diri peserta didik Kelas VII E SMP Negeri 1 Pangkalanbaru, Bangka tengah.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen dengan desain *quasi experimental* menggunakan tipe *one group pretest-posttest design*. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan dokumentasi dan angket untuk dilakukannya *pretest* dalam mengetahui keadaan awal keterbukaan diri kemudian diberikannya perlakuan konseling kelompok teknik *johari window* yang bertujuan dalam meningkatkan keterbukaan diri peserta didik, setelah itu diberikan kembali *posttest* kepada peserta didik. Analisis data menggunakan analisis deskriptif dan uji hipotesis dengan bantuan program SPSS versi 25 untuk melihat hasil penelitian.

Setelah pelaksanaan penelitian, rata-rata skor *pretest* peserta didik adalah 78,25 sedangkan skor *posttest* meningkat menjadi 105,25. Peningkatan keterbukaan diri terlihat dari rata-rata nilai *gain score* sebesar 0,793. Hasil analisis data dan uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} sebesar $-11,865 > t_{tabel} 1,894$ dengan $sig. 0,00 < 0,05$ sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kelompok dengan teknik *johari window* efektif dalam meningkatkan keterbukaan diri peserta didik Kelas VII E di SMP Negeri 1 Pangkalanbaru.

Kata-kata Kunci: *Keterbukaan Diri, Johari Window, Konseling Kelompok*

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Segala puji dan syukur penulis haturkan ke hadirat Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga shalawat dan salam selalu tercurah kepada junjungan kita, Rasulullah Saw. beserta keluarga, sahabat dan para pengikutnya yang telah membimbing kita dari zaman kegelapan menuju era penuh pencerahan melalui perkembangan ilmu yang begitu pesat.

Skripsi ini berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Johari Window* dalam Meningkatkan Keterbukaan Diri Peserta Didik Kelas VII E SMP Negeri 1 Pangkalanbaru, Bangka Tengah”. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Irawan, M.S.I. selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Ibu Dr. Hj. Soleha, M.A. selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
3. Bapak Dr. Nikmarijal, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.
4. Ibu Komariah, S.Psi., M.Pd. selaku Penasehat Akademik sekaligus Pembimbing II.
5. Bapak Muhammad Ikhsan Ghozali, M.Si. selaku Pembimbing I.
6. Ibu Diah Meitikasari, M.Si. selaku Konsultan I.
7. Ibu Dwi Haryanti, M.Pd.I. selaku Konsultan II.
8. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
9. Kepala sekolah, seluruh guru dan para staf pegawai di SMP Negeri 1 Pangkalanbaru, Bangka Tengah.
10. LDK As-Siddik dan Hima BKPI IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung yang telah menjadi tempat berkembang dan berproses

dalam membentuk kemampuan diri saya.

11. Sahabat terbaik yang sampai saat ini tetap memberikan dukungan untuk semangat berjuang menyelesaikan perkuliahan, terkhusus Syarah Hasya dan Salamatul Hikmah.

Teriring do'a semoga setiap bantuan dan perbuatan baik yang diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dibalas dengan pahala dan keridaan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dan terdapat berbagai kekurangan. Meski demikian, penulis berharap karya ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pembaca. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan masukan dan kritik yang membangun agar skripsi ini dapat disempurnakan lebih baik.

Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Bangka, 1 Juli 2025

Penulis



Jauharotul Kamaliah

2115024

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT KETERANGAN PLAGIASI	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
NOTA DINAS KONSULTAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Masalah	9
D. Kegunaan Penelitian	9
E. Telaah Pustaka	10
F. Sistematika Pembahasan	16
BAB II LANDASAN TEORI	18
A. Keterbukaan Diri	18
1. Pengertian keterbukaan diri.....	18
2. Aspek keterbukaan diri	19
3. Faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri	20
4. Manfaat keterbukaan diri.....	22
5. Tujuan dan prinsip keterbukaan	23
B. Teknik <i>Johari Window</i>	24
1. Pengertian teknik <i>johari window</i>	24
2. Pengertian konseling kelompok	25
3. Bagian-bagian diri (<i>self</i>) <i>johari window</i>	26
4. Langkah-langkah pelaksanaan <i>johari window</i>	28
5. Manfaat teknik <i>johari window</i>	31
C. Hipotesis Penelitian.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Jenis Penelitian	33
B. Prosedur Eksperimen	34
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	36
D. Variabel Penelitian	37
E. Populasi dan Sampel	38

F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	40
1. Teknik pengumpulan data	40
2. Instrumen penelitian	42
G. Teknik Analisis Data	45
1. Analisis <i>N-Gain Score</i>	46
2. Uji prasyarat	47
3. Uji hipotesis.....	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	51
A. Hasil	51
1. Tingkat keterbukaan diri peserta didik sebelum (<i>Pretest</i>)....	51
2. Tingkat keterbukaan peserta didik setelah (<i>Posttest</i>)	52
3. Konseling kelompok dengan teknik <i>johari window</i> efektif dalam meningkatkan keterbukaan diri peserta didik Kelas VII E SMP Negeri 1 Pangkalanbaru, Bangka Tengah	54
4. Analisis deskriptif.....	58
5. Uji prasyarat analisis.....	62
6. Uji hipotesis.....	63
B. Pembahasan	65
BAB V PENUTUP	67
A. Kesimpulan.....	67
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel III. 1 Desain One Group <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	34
Tabel III. 2 Jumlah Populasi	39
Tabel III. 3 Skor Jawaban Pernyataan Skala Keterbukaan Diri	42
Tabel III. 4 <i>Blueprint</i> Skala Keterbukaan Diri	43
Tabel III. 5 Kisi-Kisi Pedoman Dokumentasi.....	45
Tabel III. 6 Rumus Pengkategorian (Statistik Deskriptif)	46
Tabel III. 7 Pengkategorian Nilai <i>N-Gain</i>	47
Tabel IV. 1 Hasil Skor <i>Pretest</i>	52
Tabel IV. 2 Hasil Skor <i>Posttest</i>	53
Tabel IV. 3 Kategorisasi Skor Angket Keterbukaan Diri <i>Pretest</i>	59
Tabel IV. 4 Kategorisasi Skor Angket Keterbukaan Diri <i>Posttest</i>	59
Tabel IV. 5 Rata-Rata <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	60
Tabel IV. 6 Interval Peningkatan Nilai <i>Pretest-Posttest</i>	60
Tabel IV. 7 Hasil Uji <i>N-Gain Score</i>	61
Tabel IV. 8 Hasil Uji Normalitas Data	62
Tabel IV. 9 Hasil Uji Hipotesis.....	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) BK
Lampiran 2	Pedoman Dokumentasi
Lampiran 3	Pedoman Angket dan Angket Penelitian
Lampiran 4	Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>
Lampiran 5	SK Pembimbing Skripsi
Lampiran 6	Surat Izin Penelitian IAIN SAS Babel
Lampiran 7	Surat Balasan Penelitian SMP Negeri 1 Pangkalanbaru
Lampiran 8	Kartu Bimbingan Skripsi
Lampiran 9	Profil Sekolah
Lampiran 10	Dokumentasi
Lampiran 11	Riwayat Hidup