

MENINGKATKAN PEMAHAMAN DIRI PESERTA DIDIK DENGAN MENGUNAKAN *JOHARI WINDOW RUNNING CARD* DI KELAS X6 SMA N 2 SINGINGI

Mulkismawati

SMA N 2 Singingi

Email:Mulkihayatisafar@gmail.com

Abstract

This study is motivated by the fact that students in class X6 SMAN 2 Singingi had a modest level of self-understanding. Johari windows running cards are used to enhance students' self-awareness. This Model is intended to increase self-awareness and self-understanding by empowering others. This study aims to use a class action research model using two cycles. The study was conducted in class X6 SMAN 2 Singingi with 32 students. The study was conducted in the odd semester of the 2022/2023 academic year. The initial data of the assessment results showed that 20% of students were in low categories, 62% of students in medium categories and 18% have been in high category. The average score of student's understanding on the initial data is 36.09 which is in the medium category. After given action on cycle 1, obtained no results no students in low categories, 37% in medium category and 63% are already in high category. The average score in cycle 1 is 43,06, it is already in high category., There is an increase of about 19% of the initial data. In cycles 2 obtained 72% of students are in high categories and 28% of students are already in very high categories. The average score in cycle 2 increased to 48.18, high or increased category of 12% of the cycle 1. The analysis of the average rise in scores from the initial data to the findings of Cycle 2 revealed an increase of around 31 %. This finding proves that Johari Running cards can help improve students ' self-understanding.

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi karena ditemukannya data pemahaman diri peserta didik kelas X6 SMAN 2 Singingi secara umum masih berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa masih perlu adanya peningkatan pemahaman diri peserta didik. Cara yang digunakan untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik adalah dengan menggunakan Johari window run card. Model ini di desain dengan cara memberdayakan orang lain untuk meningkatkan kesadaran diri (self-awareness) dan pemahaman diri (self understanding). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pemahaman diri peserta didik dengan menggunakan Johari window run card. Penelitian ini dirancang dengan menggunakan model penelitian tindakan kelas dengan menggunakan dua siklus. Penelitian dilakukan di kelas X6 SMAN 2 Singingi dengan jumlah peserta didik 32 orang. Penelitian dilaksanakan pada semester ganjil tahun ajaran 2022/2023. Data awal hasil assessment menunjukkan bahwa 20% peserta didik berada pada kategori rendah, 62% peserta didik pada kategori sedang dan 18% sudah berada pada kategori tinggi. Skor rata-rata pemahaman diri peserta didik pada data awal adalah 36,09 yaitu berada pada kategori sedang. Setelah diberikan tindakan pada siklus 1, didapatkan hasil tidak ada lagi peserta didik pada kategori rendah, sebanyak 37% pada kategori sedang dan 63% sudah berada pada kategori tinggi. Skor rata-rata pada siklus 1 adalah 43,06, berarti sudah berada pada kategori tinggi terjadi peningkatan sekitar 19% dari data awal. Pada siklus 2 didapatkan hasil 72 % peserta didik berada pada kategori tinggi dan 28% peserta didik sudah berada pada kategori sangat tinggi. Skor rata-rata pada siklus 2 meningkat menjadi 48,18 yaitu kategori tinggi atau meningkat sekitar 12% dari siklus 1. Hasil analisis peningkatan rata-rata skor dari data awal dengan hasil siklus 2 menunjukkan ada peningkatan sekitar 31%. Temuan ini membuktikan bahwa penggunaan Johari window run card bisa membantu meningkatkan pemahaman diri peserta didik.

Keywords: *Pemahaman diri, Johari Window*

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk paling sempurna dan paling unik. Kesempurnaan manusia karena dibekali akal dan pikiran yang senantiasa dinamis dan berkembang. Keunikannya adalah karena tidak satupun manusia yang diciptakan sama baik dari segi fisik maupun psikis. Perbedaan dan keunikan itu harus disadari dan dipelajari oleh setiap individu melalui proses pemahaman diri yang tepat.

Santrock (2007) mendefenisi pemahaman diri (*self-understanding*) sebagai representasi kognitif remaja mengenai diri, substansi, dan isi dari konsepsi diri remaja. Menurut Hartono (2010) pemahaman diri peserta didik adalah pengenalan secara mendalam atas potensi-potensi dirinya yang mencakup ranah minat, kemampuan, kepribadian, nilai, dan sikap atas pribadinya sendiri. Dari beberapa pengertian di atas, penulis menyimpulkan bahwa pemahaman diri peserta didik adalah gambaran kognitif peserta didik terhadap semua tentang dirinya yang mencakup fisik dan psikis, kelebihan dan kekurangan serta nilai-nilai dan cara yang ditempuh untuk mencapai tujuan hidupnya.

Menurut Harter dalam Santrock (2007) pemahaman diri remaja memiliki tiga dimensi yaitu :

1. Abstraksi dan idealisasi

Remaja bisa mendeskripsikan dirinya sendiri menggunakan istilah-istilah yang lebih abstrak . Dalam hal ini remaja bisa membedakan gambaran diri yang rill dan ideal. Diri rill adalah kondisi diri yang sesuai dengan kenyataan yang ada sedangkan diri ideal adalah gambaran diri yang dicita-citakan atau diinginkan.

2. Diferensiasi

Dibandingkan pada masa kanak-kanak, masa remaja cenderung lebih memahami bahwa setiap diri adalah berbeda atau bervariasi sampai taraf tertentu. Variasi dari masing-masing diri itu berkaitan dengan peran atau konteks tertentu.

3. Diri yang Berfluktuasi

Masa remaja adalah masa dimana diri senantiasa berada dalam kondisi tidak stabil hingga masa remaja akhir atau bahkan masa dewasa awal. Kecenderungan tidak tetap atau selalu berubah-ubah adalah bukti bahwa terjadi fluktuasi dalam diri remaja.

4. Kontradiksi di dalam Diri

Ketika remaja mulai melakukan diferensiasi dalam konsepnya mengenai diri menjadi berbagai peran dalam konteks relasi yang berbeda-beda, remaja mulai menangkap adanya berbagai kemungkinan kontradiksi yang dapat muncul dalam dirinya yang berbeda-beda itu.

Pemahaman diri sangatlah penting bagi remaja atau peserta didik karena ini berkaitan dengan proses yang akan dijalani dalam pencapaian cita-cita, karir dan kehidupan yang lebih luas. Pemahaman diri adalah langkah awal yang harus dilakukan remaja atau peserta didik untuk bisa merumuskan, merencanakan, melaksanakan dan mengevaluasi tujuan-tujuan hidupnya.

Dalam proses pemahaman diri, remaja membutuhkan orang lain di lingkungan sosialnya terutama teman sebayanya untuk memperoleh dukungan, informasi dan penjelasan mengenai dirinya. Remaja perlu mendengarkan pendapat dan penilaian kawan-kawannya dalam proses mendefinisikan siapa dan bagaimana dirinya. Hal ini diperkuat oleh pendapat Friedman, H. S.& Schustack (2008) yang menyatakan bahwa orang mendapatkan pemahaman diri melalui lingkungan psikososial yang suportif.

Salah satu cara yang bisa dilakukan dalam proses pemahaman diri remaja adalah menggunakan konsep jendela johari. Konsep ini diperkenalkan Joseph Luft dan Harry Ingham pada tahun 1955 (dalam Wartana, 2012). Johari diambil dari gabungan kedua nama tersebut yaitu Jo dan Harry. Konsep Johari Window yang merupakan diagram untuk menggambarkan dan memperbaiki *self*

awareness (keasadaran diri) dan *mutual understanding* (saling pengertian) antar individu.

Joseph Luft dan Harrington Ingham (dalam Wartana, 2012) menggambarkan hubungan seseorang dengan orang lain itu seperti sebuah jendela makanya disebut sebagai Johari window. Jendela tersebut terdiri dari empat area yaitu sebagai berikut :

1. Area terbuka (*Open Area*) adalah apa yang diketahui oleh seseorang tentang dirinya juga diketahui oleh orang lain. Artinya ada kesamaan anatar pandangan atau pendapat seseorang terhadap dirinya dengan pendapat orang lain. Bagi orang yang ekstrovert, area ini bisa lebih banyak ada pada dirinya dibandingkan area yang lain.
2. Area Buta (*Blind Area*) adalah apa yang tidak diketahui oleh seseorang tentang dirinya, tapi diketahui oleh orang lain. Hal ini biasanya tidak disadari oleh seseorang tapi justru dirasakan dan disadari oleh orang lain. Area buta ini akan semakin banyak jika seseorang kurang peduli dengan dirinya.
3. Area Tersembunyi (*Hidden Area*) adalah apa yang hanya diketahui oleh dirinya, dan tidak diketahui oleh orang lain. Hal ini merupakan rahasia atau privasi diri seseorang. Bagi orang yang

introvert, area ini biasanya lebih banyak.

4. Area Gelap, Tidak Diketahui (*Unknown Area*) adalah apa yang tidak diketahui oleh seseorang tentang dirinya yang juga tidak diketahui oleh orang lain. Bila ada stimulus yang memicu, apa yang tidak diketahui akan beralih ke area terbuka.

Salah satu fungsi bimbingan konseling adalah fungsi pemahaman. Individu dituntut bisa memahami diri, lingkungan serta memahami masalah yang dihadapi. Salah satu tugas perkembangan yang harus sudah dimiliki oleh peserta didik SMA adalah mampu memahami dan menerima keadaan diri serta mampu mengarahkan diri sesuai potensi yang dimiliki. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya memahami diri sebagai langkah awal agar bisa menerima dan mengarahkan diri.

Berdasarkan hasil hasil angket pre test sebagai *need assessment* yang penulis lakukan di kelas X 6 SMA N 2 Singingi Tahun Pelajaran 2022/2023 ditemukan data bahwa sebanyak 7 peserta didik pada kategori RENDAH (20%), 20 peserta didik pada kategori SEDANG (62%) dan 6 peserta didik pada kategori TINGGI (18%). Secara umum skor rata-rata pemahaman diri peserta didik masih berada pada kategori SEDANG dan masih ada peserta didik yang berada kategori

RENDAH. Oleh karena itu penulis ingin melakukan penelitian tindakan kelas untuk meningkatkan kemampuan pemahaman diri peserta didik dengan menggunakan *Johari window running card*. Penelitian terdahulu terkait dengan ini sudah ada dilakukan seperti penelitian yang dilakukan oleh Handayani dkk (2015) yang mengkaji efektifitas pelatihan pengenalan diri terhadap peningkatan penerimaan diri dan harga diri memakai konsep jendela Johari. Penelitian Izzati dkk (2011) membahas tentang penerapan jendela Johari untuk meningkatkan rasa percaya diri. Penelitian Zain dkk (2017) juga membahas tentang permainan jendela Johari sebagai sarana untuk menghargai diri.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK), dalam bimbingan konseling disebut Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK). PTK dipandang mampu menawarkan cara dan prosedur baru untuk memperbaiki dan meningkatkan profesionalisme guru BK dalam proses pemberian layanan di kelas maupun di luar kelas. PTK juga dapat menjembatani kesenjangan antara teori dan praktik pendidikan (Susilowati, 2018) . Hal ini terjadi karena kegiatan bisa dilaksanakan sendiri, di kelas sendiri dengan melibatkan peserta didik sendiri.

Penelitian ini dilaksanakan melalui empat tahap yaitu *planning*, *action*, *observing* dan *reflecting*.

Keempat tahapan itu secara detailnya adalah sebagai berikut :

1. Perencanaan (*planning*), meliputi:
 - a. Membuat Pelaksanaan Layanan (RPL) dengan materi Pemahaman Diri.
 - b. Membuat media pembelajaran yang diperlukan.
 - c. Membuat instrumen observasi kegiatan dan instrumen assessment tindakan.
2. Tindakan (*acting*), yaitu melaksanakan kegiatan bimbingan konseling klasikal sesuai dengan RPL.
Pelaksanaan tindakan dalam penelitian ini dilakukan dalam dua siklus. Siklus pertama dilaksanakan pada tanggal 1 September 2022 dan siklus kedua dilaksanakan pada tanggal 15 September 2022.
3. Observasi (*observing*), yaitu melaksanakan kegiatan observasi (pengamatan) yang dilakukan oleh guru sebagai peneliti atau oleh guru kolaborasi pada saat kegiatan sedang berlangsung.
4. Refleksi (*reflecting*). Dilaksanakan pada akhir kegiatan untuk mengevaluasi proses yang telah dilaksanakan. Hasil refleksi pada siklus pertama merupakan acuan bagi guru untuk melakukan

tindakan pada siklus selanjutnya. Demikian selanjutnya pada siklus berikutnya melakukan perubahan tindakan pada proses kegiatan layanan sebagai langkah perbaikan dari siklus sebelumnya sehingga diharapkan hasil pelayanan menjadi lebih baik. Jika pada siklus kedua sudah menunjukkan hasil yang diharapkan maka tidak perlu lagi dilakukan siklus ketiga.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi dan angket. Observasi (pengamatan) dilakukan oleh teman sejawat untuk mengetahui dan merekam aktifitas guru dan peserta didik dalam proses pemberian layanan informasi kepada peserta didik. Penilaian observasi menggunakan format skala 1-5. Penilaian Sangat Kurang (1), Kurang (2), Cukup (3), Baik (4) dan Sangat Baik (5). Angket yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala sikap. Format responnya sesuai dengan yang disebutkan oleh (Azwar, 2012) yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), E (Antara Sesuai Dengan Tidak Sesuai), S (Sesuai) dan SS (Sangat Sesuai) yang menggunakan skala 1-5. Jumlah item soal ada 12 yang disusun secara acak. Dari pengolahan skor maka didapatkan interval untuk menentukan kategorisasi. Skor ≤ 21 (Sangat Rendah),

skor ≤ 31 (Rendah), skor ≤ 41 (Sedang),
=51 (Tinggi) dan = 60 (Sangat Tinggi).

Variabel dari penelitian ini adalah pemahaman diri dan jendela Johari (*Johari window*). Pemahaman diri maksudnya adalah kemampuan peserta didik memahami dirinya sendiri, sementara *Johari window* adalah sebuah konsep pengungkapan diri dengan memberdayakan orang lain.

Metode analisis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Metode analisis deskriptif kuantitatif adalah suatu metode yang bertujuan untuk membuat gambar atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif yang menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut serta penampilan dan hasilnya (Arikunto, 2006).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tindakan pada siklus 1 dilaksanakan pada tanggal 1 September 2022 di kelas X6 dengan jumlah peserta didik 32 orang. Pelaksanaan dilakukan sesuai dengan RPL yang sudah disusun. Guru terlebih dahulu menjelaskan hakikat pemahaman diri, dimensi pemahaman diri dan cara memahami diri. Selanjutlah guru mengajak peserta didik mengaplikasikan Kartu Berputar Jendela Johari (*Johari window run card*) sebagai salah satu cara memahami diri dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Peserta didik di bagi menjadi tiga kelompok. Hindari kelompok yang terlalu kecil karena semakin sedikit anggota kelompok semakin sedikit pula data yang didapatkan dalam kartu. Peserta didik tetap duduk seperti biasa pada bangku yang berjejer, tidak duduk berkeliling seperti saat kerja kelompok.
2. Masing-masing peserta didik diberikan kartu dan diminta menuliskan namanya pada kartu tersebut. Setelah ditulis nama maka kartu dikumpulkan berdasarkan kelompok masing-masing.
3. Setiap peserta didik dalam satu kelompok diberikan satu kartu dari anggota kelompok lain. Hal ini untuk menghindari peserta didik mendapatkan kartu dirinya sendiri dan kartu teman satu kelompok.
4. Setiap peserta didik diminta menuliskan pada kartu tentang informasi apapun yang dia ketahui atau penilaiannya terhadap peserta didik lain sesuai nama yang tertera pada kartu.
5. Waktu untuk menuliskan itu diberikan lebih kurang satu menit. Setelah satu menit maka kartu tersebut harus diberikan kepada teman satu kelompok secara berputar atau berkeliling.

6. Setelah kartu itu diputar maka setiap peserta didik akan mendapat kartu yang berbeda lagi. Peserta didik kembali diminta melakukan seperti pada langkah 4. Kartu kembali diputar dan melakukan hal sama sampai peserta didik mendapatkan kembali kartu pertama.
7. Ketika peserta didik sudah mendapatkan kembali kartu pertama itu artinya proses perputarannya selesai. Kartu kembali dikumpulkan.
8. Setiap peserta didik diberikan kembali kartunya masing-masing. Peserta didik diberi kesempatan untuk membaca dan memahami semua informasi dan penilaian terhadap dirinya dari teman-temannya seperti yang tertulis pada kartu.

Dalam hal ini peneliti bertindak sebagai pemberi layanan, sedangkan yang bertindak sebagai pengamat (observer) adalah guru BK lain selaku teman sejawat. Pengamatan (observasi) dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan pemberian layanan. Setelah pemberian layanan maka diberikan assessment dalam bentuk angket untuk untuk mengungkap kemampuan peserta didik dalam memahami dirinya.

Adapun data hasil penelitian berupa hasil observasi dan angket pada siklus I adalah sebagai berikut .

Tabel 1. Hasil Observasi Terhadap Aktivitas Guru pada Siklus I

No	Aktivitas Guru yang diamati	Nilai
1	Menyampaikan tujuan layanan	4
2	Memotivasi peserta didik	5
3	Mengkaitkan materi dengan kebutuhan peserta didik	3
4	Menjelaskan materi layanan	4
5	Menggunakan media layanan	4
6	Membangun interaksi dua arah	3
7	Memberikan penghargaan kepada peserta didik	4
8	Menjelaskan langkah-langkah	3
9	Merangkum materi layanan	3
10	Membahas kegiatan lanjutan	3

Keterangan :

1 (Sangat Kurang), 2 (Kurang), 3 (Cukup), 4 (Baik) dan 5 (Sangat Baik)

Catatan Observer/Penilai :

Ketika membahas kegiatan lanjutan sebaiknya diminta usul saran dari peserta didik.

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa aktivitas guru yang mendapat nilai SANGAT BAIK terdapat pada aktivitas memotivasi peserta didik. Kategori penilaian BAIK terdapat pada aktivitas menjelaskan materi layanan, menggunakan media layanan, menyampaikan tujuan layanan dan memberikan penghargaan pada peserta didik. Untuk kategori CUKUP terdapat pada aktivitas mengkaitkan materi dengan kebutuhan peserta didik membangun interaksi dua arah, menjelaskan langkah-langkah dan menjelaskan kegiatan lanjutan berada pada kategori CUKUP. Tidak ada aktivitas guru yang mendapat penilaian pada kategori KURANG dan SANGAT KURANG.

Tabel 2. Hasil Observasi Terhadap Aktivitas Peserta Didik pada Siklus 1

No	Aktivitas peserta didik yang diamati	Nilai
1	Mendengarkan/memperhatikan penjelasan guru	3
2	Memberikan respon (keaktifan) selama proses layanan	3
3	Mencatat hal-hal yang dianggap penting	3
4	Interaksi antar peserta didik/ antara peserta didik dengan guru	3
5	Memberikan umpan balik terhadap proses layanan	3
6	Sikap terhadap guru dan peserta didik lainnya selama proses layanan	4
7	Mengerjakan tugas sesuai arahan	4

Catatan Observer/Penilai :
Masih ditemukan peserta didik yang kurang aktif memberikan respon

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa aktivitas peserta didik yang berada pada kategori BAIK adalah sikap terhadap guru dan peserta didik lainnya selama proses layanan serta aktivitas hal-hal yang dianggap penting, interaksi antar peserta didik/ antara peserta didik dengan mengerjakan tugas sesuai arahan. Sementara mendengarkan/ memperhatikan penjelasan guru, memberikan umpan balik terhadap proses layanan pada kategori CUKUP.

Berdasarkan hasil rekapitulasi hasil angket pada siklus 1 didapatkan data bahwa dari 32 orang peserta didik tidak ada yang berada pada kategori SANGAT RENDAH dan RENDAH, 12 orang (37%) berada kategori SEDANG, 20 orang (63%) pada kategori TINGGI dan tidak ada peserta didik yang berada pada kategori SANGAT TINGGI. Lebih jelasnya bisa dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Pemahaman Diri Siswa pada Siklus 1

Skor rata-rata kelas pada siklus 1 adalah 43,06 yang dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik sudah berada pada kategori TINGGI. Sementara sebelum diberikan tindakan skor rata-rata kelas adalah 36,09 yaitu pada kategori SEDANG. Data skor rata-rata kelas dari sebelum tindakan dan setelah siklus 1 terjadi peningkatan sekitar 19 %.

Refleksi pada siklus 1 berupa masih ditemukan peserta didik yang kurang aktif selama proses pemberian layanan membuat guru harus meningkatkan lagi strategi pengelolaan kelasnya. Keterlibatan peserta didik dalam membahas tindak lanjut juga menjadi pertimbangan untuk siklus selanjutnya. Pada siklus 1 hasil dari *Running Card Johari Window* belum begitu dibahas, baru sebatas dipahami dan dianalisis oleh peserta didik sendiri. Di siklus 2 seharusnya hasil itu dibahas oleh guru dengan cara memetakannya berdasarkan quadran diri yang ada pada konsep *Johari Window*. Karena masih ada

pemahaman diri peserta didik yang berada kategori SEDANG maka dipandang perlu untuk melaksanakan siklus selanjutnya.

Siklus 2 dilaksanakan pada tanggal 15 September 2022. Pelaksanaan siklus 2 lebih difokuskan pada penggunaan *Johari window running card*. Peserta didik diminta duduk berdasarkan kelompok yang ada pada siklus 1. Langkah pelaksanaannya sama dengan siklus 1 akan tetapi kartu yang didapatkan ketika pada proses perputaran berbeda dengan siklus 1. Jika pada siklus 1 anggota kelompok 1 memberikan penilaian pada anggota kelompok 2 maka pada siklus 2 ketiga kelompok itu dirolling pembagian kartunya. Ini dilakukan agar peserta didik mendapat kesempatan memberikan penilaian pada orang yang berbeda dengan setiap siklusnya.

Hal berbeda dalam pengaplikasian *Johari window running cards* antara siklus 1 dengan siklus 2 adalah bahwa di siklus 2 peserta didik diminta mengisi kolom empat quadran yang tertera pada kartu. Empat quadran itu adalah area terbuka (*open area*), area buta (*blind area*) area tersembunyi (*hidden area*), dan area gelap/tidak diketahui (*unknow area*). Berdasarkan hasil penilaian yang didapatkan dari teman-temannya pada siklus 1 dan siklus 2 serta hasil pemahaman terhadap diri sendiri maka

peserta didik dibimbing untuk bisa mengisi empat quadran tersebut.

Adapun data hasil penelitian berupa hasil observasi dan angket pada siklus 2 adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Observasi Terhadap Aktivitas Guru pada Siklus 2

No	Aktivitas Guru yang diamati	Nilai
1	Menyampaikan tujuan layanan	4
2	Memotivasi peserta didik	5
3	Mengkaitkan materi dengan kebutuhan peserta didik	4
4	Menjelaskan materi layanan	4
5	Menggunakan media layanan	4
6	Membangun interaksi dua arah	4
7	Memberikan penghargaan kepada peserta didik	5
8	Menjelaskan langkah-langkah	5
9	Menutup pelaksanaan layanan	4
10	Membahas kegiatan lanjutan	4

Keterangan :
1 (Sangat Kurang), 2 (Kurang), 3 (Cukup), 4 (Baik) dan 5 (Sangat Baik)
Catatan Observer/Penilai :
Proses pemberian layanan secara umum sudah baik

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa aktivitas guru dinilai SANGAT BAIK pada aktivitas memotivasi peserta didik, menjelaskan langkah-langkah, dan memberikan penghargaan pada peserta didik. Sementara aktivitas menyampaikan tujuan layanan, mengkaitkan materi dengan kebutuhan peserta didik membangun interaksi dua arah, menutup pelaksanaan layanan dan menjelaskan kegiatan lanjutan berada pada kategori BAIK. Pada siklus II ini tidak ada aktivitas guru yang mendapat penilaian pada kategori CUKUP, KURANG dan SANGAT KURANG. Hal ini menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan dari proses yang ada pada siklus 1.

Tabel 4. Hasil Observasi Terhadap Aktivitas Peserta didik Pada Siklus 2

No	Aktivitas peserta didik yang diamati	Nilai
1	Mendengarkan/memperhatikan penjelasan guru	4
2	Memberikan respon (keaktifan) selama proses layanan	4
3	Mencatat hal-hal yang dianggap penting	4
4	Interaksi antar peserta didik/ antara peserta didik dengan guru	4
5	Memberikan umpan balik terhadap proses layanan	4
6	Sikap terhadap guru dan peserta didik lainnya selama proses layanan	5
7	Mengerjakan tugas sesuai arahan	5

Catatan Observer/Penilai :
Secara umum peserta didik sudah aktif dan antusias mengikuti kegiatan

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa aktivitas peserta didik yang berada pada kategori SANGAT BAIK adalah aktivitas sikap terhadap guru dan peserta didik lain serta mengerjakan tugas sesuai arahan. Sementara aktivitas mendengarkan/memperhatikan penjelasan guru ,mencatat materi layanan informasi yang diberikan, memberikan umpan balik terhadap proses layanan, memberikan respon (keaktifan) selama proses layanan, bertanya dan menjawab pertanyaan guru dan peserta didik lain, diskusi antar peserta didik/ antara peserta didik dengan guru, sikap terhadap guru dan teman adalah BAIK. Pada siklus 2 ini tidak ada aktivitas peserta didik yang bernilai CUKUP, KURANG dan SANGAT KURANG. Hal ini juga menunjukkan ada peningkatan dari siklus sebelumnya.

Berdasarkan hasil rekapitulasi hasil angket pada siklus 2 didapatkan data bahwa dari 32 orang peserta didik tidak ada yang berada pada kategori SANGAT RENDAH, RENDAH dan SEDANG . Sementara ada 23 (72%) pada kategori TINGGI dan 9

(28) orang berada pada kategori SANGAT TINGGI. Lebih detail bisa dilihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 2. Pemahaman Diri Siswa pada Siklus 2

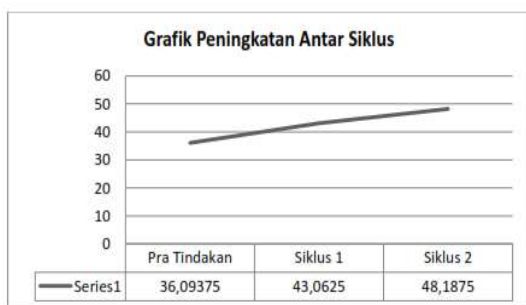
Skor rata-rata kelas pada siklus 2 adalah 48,18 yang dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik sudah berada pada kategori TINGGI dan sudah tidak ada peserta didik yang berada pada kategori SEDANG. Sementara pada siklus 1 skor rata-rata kelas adalah 43,06 dan masih ada peserta didik yang berada pada kategori SEDANG. Data skor rata-rata kelas dari siklus 1 dan setelah siklus 2 terjadi peningkatan sekitar 12%.

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah meningkatnya pemahaman diri peserta didik dan tindakan yang dilakukan untuk mencapai tujuan itu adalah menggunakan *Johari window run card*. Pelaksanaan tindakan diberikan dalam dua siklus. Sebelum dilaksanakan siklus I telah disebarkan angket untuk mengetahui kondisi yang harus di ubah. Dari hasil yang didapatkan setelah siklus I maka ditemukan ada peningkatan meskipun belum mencapai target yang diinginkan. Beberapa kekurangan pada siklus I sudah

diperbaiki pada siklus II dan menunjukkan hasil peningkatan yang cukup signifikan.

Perubahan dan peningkatan secara kuantitatif bisa dilihat pada rata-rata hasil skor angket. Angket diberikan sebanyak tiga kali yaitu sebelum tindakan, pada siklus 1 dan siklus 2. Rata-rata skor saat pra tindakan adalah 36,09, rata-rata skor saat siklus I adalah 43,06 dan pada siklus 2 adalah 48,18).

Perkembangan itu bisa dilihat pada grafik berikut :



Gambar 3. Grafik Peningkatan Antar Siklus

Pembahasan

Proses pemahaman diri atau pengenalan diri adalah hal yang harus dilakukan oleh setiap individu. Menurut penelitian Amin (2019) pemahaman diri berpengaruh terhadap sikap mandiri. Penelitian senada juga dilakukan oleh Sari (2019) mengungkapkan bahwa pemahaman diri memiliki korelasi yang signifikan terhadap rasa percaya diri.

Peserta didik tingkat SMA secara perkembangan masuk pada remaja akhir.

Selaku remaja mereka juga dituntut memiliki melakukan pemahaman diri yang tepat agar dirinya bisa berkembang secara maksimal. Menurut Helmi (2016) proses itu bisa melalui pengungkapan diri dan menerima umpan balik dari orang lain. Hal ini merupakan pengaplikasian dari konsep dasar Jendela Johari.

Dalam perkembangannya, berbagai pelatihan tentang pemahaman diri yang meliputi pengenalan diri, kesadaran diri dan penerimaan diri sudah sering diadakan. Penelitian Handayani et al., (2015) menunjukkan bahwa pelatihan dengan menggunakan konsep jendela Johari efektif untuk meningkatkan harga diri dan penerimaan diri bagi masyarakat terutama mereka yang berusia remaja, yang mempunyai harga diri rendah atau pun kurang mampu menerima diri. Penelitian Izzati dkk (2011) mengungkap bahwa penerapan jendela Johari bisa meningkat rasa percaya diri. Dalam penelitian Zain dkk (2017) juga menyebutkan bahwa permainan jendela Johari bisa menjadi sarana untuk menghargai diri.

Dari pembahasan di atas menunjukkan bahwa konsep jendela Johari dengan berbagai macam bentuk pengaplikasiannya dipandang efektif digunakan dalam rangka meningkatkan

pemahaman diri yang meliputi pengungkapan diri dan penerimaan diri. Hal itu senada dengan hasil penelitian tindakan kelas ini yang menunjukkan data bahwa dengan menggunakan *Johari window running cards* bisa meningkatkan pemahaman diri peserta didik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan bahwa Penggunaan *Johari window running cards* dapat meningkatkan pemahaman diri peserta didik. Dari skor rata-rata hasil angket menunjukkan ada peningkatan 31% dari sebelum diberikan tindakan sampai selesai pemberian tindakan pada siklus 2.

Keterampilan dan kemampuan guru dalam memberikan layanan di kelas juga mempengaruhi aktivitas dan penerimaan siswa dalam menerima layanan. Semakin baik keterampilan guru dalam mengaplikasikan *Johari window running cards* sebagai salah satu bentuk layanan, semakin baik pula respon peserta didik dan semakin tinggi pula tingkat pemahaman dirinya.

Hasil penelitian perlu dikembangkan dengan adanya penelitian lanjutan. Pemahaman diri merupakan hal yang sangat kompleks jadi perlu juga diadakan penelitian pada setiap dimensinya. Pengaplikasian konsep *Johari window*

juga perlu dimodifikasi oleh guru secara kreatif sesuai dengan kebutuhan dan kondisi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, N. S. (2019). Pengaruh Pemahaman Diri Terhadap Sikap Mandiri Siswa Pada SMP Negeri 3 Monta. *Guiding World (Bimbingan Dan Konseling)*, 2(2), 47–55.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi*. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (2nd ed.). Pustaka Belajar.
- Bash, E. (2015). CSR, Sustainability. *Tinjauan Pustaka*, 1(2004), 17–67.
- Friedman, H. S.& Schustack, M. W. (2008). *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern Jilid 1*. Erlangga.
- Handayani, M. M., Ratnawati, S., Helmi, A. F., & Mada, U. G. (2015). Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Dan Harga Diri. *Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Dan Harga Diri*, 25(2), 47–55. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7504>
- Helmi, A. F. (2016). Konsep Dan Teknik Pengenalan Diri. *Buletin Psikologi*, 3(2), 13–17. <https://doi.org/10.22146/bpsi.13391>
- Izzati, U. A. (2011). Penerapan Johari Window untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Remaja di Panti Asuhan Uswah Surabaya. *Personifikasi*, 2(2), 77–89.
- John W.Santrock. (2007). *Perkembangan Anak* (11th ed.). PT Erlangga.
- Sari, Y. (2019). *Korelasi Antara Pemahaman Diri dengan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VII SMP Pangundi Luhur Bandar*

- Lampung. Universitas Islam Negeri
Raden Intan Lampung.
- Susilowati, D. (2018). Penelitian Tindakan
Kelas (Ptk) Solusi Alternatif
Problematika Pembelajaran. *Jurnal
Ilmiah Edunomika*, 2(01), 36–46.
<https://doi.org/10.29040/jie.v2i01.175>
- Wartana, E. (2012). *A new way of thinking,
mind web: konsep berpikir tanpa
mikir*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Zain, N. A., Fadlilah, U., Pralaska, F. S., &
Semarang, U. N. (2017). “*Johari
Windows Games*” Sebagai Sarana
Untuk Menghargai Diri Di Siswa
SMP. 204–211.