

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dan diajukan kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten adalah benar-benar karya tulis ilmiah saya sepenuhnya ditulis oleh peneliti.

Adapun semua bentuk tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat pada tulisan ini telah disampaikan keterangan kutipan secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya tulis ini adalah hasil plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain dengan tidak memperhatikan etika penulisan karya ilmiah, saya siap bersedia menerima sanksi akademik apapun sesuai aturan yang berlaku.

Serang, 22 September 2024



Almaida Yanuarizky

NIM: 201520184

ABSTRAK

Nama: **Almaida Yanuarizky**, NIM: 201520184, Judul Skripsi: **Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Johari Window Untuk Meningkatkan *Self Disclosure* Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten**, Pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Tahun 2024 M/1446 H.

Tekanan atau masalah yang dialami mahasiswa menyebabkan stres karena terlalu banyak menyimpan masalah sendiri. Mahasiswa biasanya sangat tertutup dengan kata lain sulit dalam mengungkapkan informasi diri seperti masalah pribadinya dan lain sebagainya, faktor yang memungkinkan hal tersebut terjadi yaitu teman, pribadi atau keluarga. Pengungkapan diri yang biasa disebut *self disclosure* itu penting, dimana kita dapat mengutarakan apa yang seharusnya tersampaikan, tentang masalah diri. Rendahnya tingkat *self disclosure* pada mahasiswa tentunya sangat membutuhkan penanganan yaitu dengan pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik johari window. Rumusan masalah dari penelitian ini yaitu bagaimana tingkat *self disclosure* mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten sebelum dan setelah melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik johari window, dan apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik johari window dapat meningkatkan *self disclosure* mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat tingkat *self disclosure* mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten sebelum dan sesudah diberikan layanan dan juga untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik johari window dapat meningkatkan *self disclosure* mahasiswa. Metodologi penelitian yang digunakan peneliti adalah penelitian kuantitatif dengan *eksperimental design* dengan *one group pretest-posttest design*. Sampel penelitian sejumlah 6 mahasiswa Fakultas Dakwah yang memenuhi kriteria untuk diberikan layanan di antara 30 populasi, yang mana pengambilan sampelnya menggunakan *purposive sampling*. *Treatment* dalam penelitian sejumlah 1 yaitu layanan bimbingan kelompok yang dibagi menjadi 4 pertemuan. Teknik pengumpulan data menggunakan angket/kuesioner yang disebar melalui google form kepada 6 orang sampel. Berdasarkan pengolahan hasil *pretest* dan *posttest* dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan jumlah *pretest* dan *posttest*. Skor rata-rata *pretest* sebelum layanan adalah 71,16 dan skor rata-rata *posttest* setelah layanan adalah 81,33. Selanjutnya hasil hipotesis dengan uji *Wilcoxon Sign Ranks Test* diketahui nilai asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0.026 karena nilainya lebih kecil dari 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima artinya terdapat perbedaan antara hasil layanan bimbingan kelompok pada *pretest* dan *posttest*, dan juga terdapat perbedaan tingkat *self disclosure* mahasiswa Fakultas Dakwah sebelum dan sesudah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik johari window.

Kata Kunci: **Layanan Bimbingan Kelompok, Teknik Johari Window, *Self Disclosure*, Mahasiswa**

ABSTRACT

Name: *Almaida Yanuarizky*, NIM: 201520184, Thesis Title: ***The Effectiveness of Group Guidance Services with the Johari Window Technique to Increase Self Disclosure of Students of the Faculty of Da'wah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten***, at the Islamic Guidance Counseling Study Program, Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University Banten. Year 2024 M/1446 H.

The pressure or problems experienced by students cause stress because they keep too many problems to themselves. Students are usually very closed in other words, it is difficult to disclose self-information such as personal problems and so on, factors that allow this to happen are friends, personal or family. Self-disclosure which is commonly called self-disclosure is important, where we can express what should be conveyed, about personal problems. The low level of self-disclosure in students certainly requires handling, namely by providing group guidance services with the johari window technique. The formulation of the problem of this study is how the level of self-disclosure of students of the Faculty of Da'wah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten before and after implementing group guidance services with the johari window technique, and whether group guidance services with the johari window technique can improve the self-disclosure of students of the Faculty of Da'wah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten. The purpose of this study is to see the level of self-disclosure of students of the Faculty of Da'wah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten before and after being given services and also to find out whether group guidance services with the johari window technique can increase student self-disclosure. The research methodology used by researchers is quantitative research with experimental design with one group pretest-posttest design. The research sample was 6 students of the Faculty of Da'wah who met the criteria to be given services among the 30 population, which was sampled using purposive sampling. Treatment in the study amounted to 1, namely group guidance services which were divided into 4 meetings. The data collection technique uses a questionnaire distributed via google form to 6 samples. Based on the processing of pretest and posttest results, it can be seen that there is a difference in the number of pretests and posttests. The average score of the pretest before the service was 71.16 and the average score of the posttest after the service was 81.33. Furthermore, the results of the hypothesis with the Wilcoxon Sign Ranks Test test known asymp. Sig. (2-tailed) value of 0.026 because the value is smaller than 0.05, it can be concluded that the hypothesis is accepted, meaning that there is a difference between the results of group guidance services on the pretest and posttest, and there is also a difference in the level of self-disclosure of Faculty of Da'wah students before and after the implementation of group guidance services with the johari window technique.

Keywords: Group Guidance Services, Johari Window Technique, Self Disclosure, Student



**FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

Nomor	: Nota Dinas	Kepada Yth
Lamp	: -	Dekan Fakultas Dakwah
Hal	: Ujian Skripsi	UIN SMH Banten
	a.n. Almaida Yanuarizky	Di -
	NIM: 201520184	Serang

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama **Almaida Yanuarizky**, NIM: **201520184** dengan judul "**Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Johari Window Untuk Meningkatkan Self Disclosure Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten**", telah layak untuk diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Pembimbing I

Dra. Eni Nur'aeni, M.SI
NIP. 19600808 199103 2 002

Serang, 22 September 2024

Pembimbing II

Imalatus Khairat, M.Pd
NIP. 19900420 201903 2 018

LEMBAR PERSETUJUAN

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
JOHARI WINDOW UNTUK MENINGKATKAN *SELF DISCLOSURE*
MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH UIN SULTAN MAULANA
HASANUDDIN BANTEN**

Oleh:

ALMAIDA YANUARIZKY

NIM: 201520184

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II



Dra. Eni Nur'aeni, M.Si
NIP. 19600808 199103 2 002



Imalatul Khairat, M.Pd
NIP. 19900420 201903 2 018

Mengetahui,

Dekan

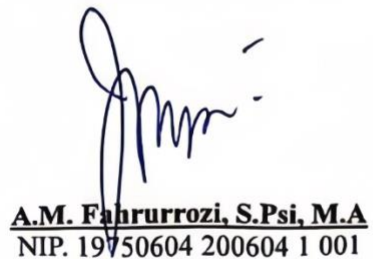
Fakultas Dakwah

Ketua Program Studi

Bimbingan Konseling Islam



Dr. H. Enad Musaddad, S.Ag., M.A.
NIP. 19720626 199803 1 002



A.M. Fahrurrozi, S.Psi, M.A.
NIP. 19750604 200604 1 001

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi a.n. **Almaida Yanuarizky**, NIM: **201520184**, Judul Skripsi: Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Johari Window Untuk Meningkatkan *Self Disclosure* Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 24 Oktober 2024. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 24 Oktober 2024

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota

Sekretaris Merangkap Anggota,



Fahma Islami, M.Si.
NIP. 19920908 201903 2 022



Desty Prawatiningsih, M.Si.
NIP. 19851215 201903 2 009

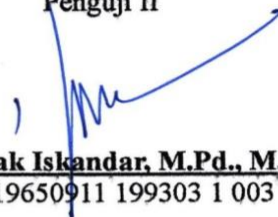
Penguji I

Anggota

Penguji II



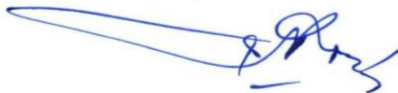
Dr. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.
NIP. 19730328 201101 1 001



Dr. H. Isak Iskandar, M.Pd., M.M.
NIP. 19650911 199303 1 003

Pembimbing I

Pembimbing II



Dra. Eni Nur'aeni, M.SI.
NIP. 19600808 199103 2 002



Imalatul Khairat, M.Pd.
NIP. 19900420 201903 2 018

MOTO

“(yaitu) mereka yang paling mendengarkan perkataan lalu mengikuti apa yang paling baik di antaranya. Mereka itulah orang-orang yang telah diberi petunjuk oleh Allah dan mereka itulah orang-orang yang mempunyai akal sehat”.

(Az-Zumar ayat 18)

“Saat sudah terlalu berat bertahan, cobalah untuk melepaskan secara perlahan”.

(Ustadz Hanan Attaki)

PERSEMBAHAN

Hasbunallah wa ni'mal wakiil, ni'mal maula wa ni'man-nashir,

Alhamdulillah Rabbil 'Alamin

Yang pertama dan paling utama saya ucapkan rasa syukur yang melimpah kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas segala ridho dan karunianya saya dapat berhasil sampai di titik ini, dengan izinnya saya bisa kuat dalam memperjuangkan pencapaian saya.

Saya persembahkan skripsi ini kepada orang tercinta, yang teristimewa kepada cinta pertama saya Ayahanda Aji dan kepada pintu surga saya Ibunda Retno, terima kasih selalu dengan tulus mencintai, mendoakan, mendidik saya. Doa kalian telah membawa saya kepada banyak keberhasilan-keberhasilan, kalian adalah alasan saya bisa terus bertahan sampai titik ini.

Terima kasih kepada Aa Aldi dan Ade Afif, telah menjadi saudara yang selalu mendukung dan membantu saya dalam banyak hal, dan mampu menjadi saudara yang saling memahami.

Untuk sahabatku Intan, Salma, Adinda, dan Arini terima kasih banyak atas dukungan dan kasih sayangnya yang membuat saya bertahan sampai akhir, dan terima kasih telah berkenan menemani dan membantu selama menempuh pendidikan di dunia perkuliahan, karena adanya kalian dunia perkuliahan menjadi menyenangkan.

Dan yang terakhir untuk diri sendiri Almaida Yanuarizky, terima kasih telah mampu berjuang dan tetap kuat menjalani semua ini sampai akhir, semoga kelak dirimu akan terus menemui banyak keberhasilan di depan sana. Aamiin.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Almaida Yanuarizky lahir di Lebak, 30 Januari 2002. Saat ini tinggal bersama kedua orang tua di Rangkasbitung, Lebak Provinsi Banten. Penulis merupakan anak kedua dari tiga bersaudara dari orang tua bernama bapak Aji dan Ibu Retno.

Pendidikan yang telah ditempuh SDN 1 Rangkasbitung yang lulus pada tahun 2014, lalu menempuh jenjang selanjutnya di SMP 1 Rangkasbitung lulus pada tahun 2017 dan SMK 1 Rangkasbitung yang lulus tahun 2020 dan setelah lulus penulis diterima sebagai mahasiswa di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah.

Demikian catatan singkat mengenai riwayat hidup penulis selama menempuh pendidikan di Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

KATA PENGANTAR

Puji syukur selalu dipanjatkan kehadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan sebaik-baiknya dan tepat waktu guna memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana strata satu pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam. Sholawat dan salam penulis panjatkan kepada Rasulullah Shalallaahu Alaihi Wassalaam, kepada keluarganya dan para sahabatnya semoga kita diberikan syafaat sampai hari kiamat.

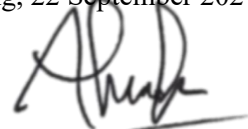
Alhamdulillah melalui pertolongan Allah Subhanahu wa Ta'ala dan dengan segenap usaha serta kesungguhan penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Johari Window Untuk Meningkatkan *Self Disclosure* Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten” sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak, dengan terselesaikannya penyusunan skripsi ini penulis menyampaikan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyudin, M.Pd. Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
3. Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A. Ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
4. Ibu Dra. Eni Nur'aeni, M.SI Pembimbing I yang senantiasa memberikan arahan dan ilmunya kepada penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan penelitian ini.
5. Ibu Imalatul Khairat, M.Pd. Sekretaris Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, sekaligus Pembimbing II yang senantiasa memberikan arahan dan ilmunya kepada penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan penelitian ini.

6. Bapak dan Ibu Dosen dan seluruh staf akademik Fakultas Dakwah yang sudah memberikan pelayanan pendidikan terbaiknya kepada penulis selama menjadi mahasiswa.
7. Seluruh keluarga, terutama orang tua penulis Ayah Aji dan kepada Ibu Retno yang senantiasa memberikan segala do'a tulusnya, memberikan dukungan dan kasih sayangnya serta kedua saudara kandung penulis AA Aldi dan Adik Afif.
8. Sahabat-sahabatku Intan, Salma, Adinda, dan Arini selalu mendukung dan berkenan untuk saling membantu selama masa perkuliahan.

Serang, 22 September 2024



Almada Yanuarizky
NIM: 201520184

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTO.....	vii
PERSEMBAHAN	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB 1	
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan dan Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	9
F. Definisi Operasional	9
BAB II	
KAJIAN TEORITIS.....	12
A. Paparan Teori	12
1. Layanan Bimbingan Kelompok	12
2. Teknik Johari Window.....	33
3. Self Disclosure	43
B. Kerangka Berpikir	50
C. Hubungan antar Variabel	52
D. Penelitian Terdahulu yang Relevan	52
E. Hipotesis	55

BAB III

METODE PENELITIAN.....	56
A. Jenis Penelitian	56
B. Variabel Penelitian.....	57
C. Populasi dan Sampel.....	58
D. Instrumen Penelitian.....	59
E. Prosedur Penelitian.....	61
F. Teknik Pengumpulan Data.....	62
G. Teknik Analisis Data.....	63

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN.....	64
A. Hasil Penelitian.....	64
B. Pembahasan	73

BAB V

PENUTUP	81
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran.....	81

DAFTAR PUSTAKA	83
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi.....	58
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	60
Tabel 4.1 Kategori Interval <i>Self Disclosure</i>	65
Tabel 4.2 Hasil <i>Pretest Self Disclosure</i>	66
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi <i>Pretest Self Disclosure</i>	67
Tabel 4.4 Hasil <i>Posttest Self Disclosure</i>	67
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi <i>Posttest Self Disclosure</i>	68
Tabel 4.6 Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Self Disclosure</i>	68
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Self Disclosure</i>	69
Tabel 4.8 Hasil Perhitungan Rata-rata <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	51
Gambar 2.2 Hubungan antar Variabel	52
Gambar 3.1 Desain Penelitian	57
Gambar 4.1 Diagram Batang <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Self Disclosure</i>	71
Gambar 4.2 Perbandingan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Self Disclosure</i>	71
Gambar 4.3 Uji <i>Hipotesis Wilcoxon Sign Ranks Test</i>	72