

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN
MEDIA PEMBELAJARAN TEBAK KATA UNTUK MENINGKATKAN
KONTROL DIRI PENGGUNAAN *GADGET* SISWA KELAS X TKJ 1
SMK YPK MEDAN TAHUN AJARAN 2022/2023**

SKRIPSI

*Diajukan guna Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Mencapai
Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Program Studi Bimbingan dan Konseling*

Oleh

TRIA IFNA

NPM: 1902080038



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

MEDAN

2023



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mochtar Basri No.3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website : <http://www.fkip.umhu.ac.id> Email: fkip@umhu.ac.id

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pengetahuan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pengetahuan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Senin, Tanggal 04 September 2023 pada pukul 08.30 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa :

Nama : Tria Ifna
NPM : 1902080038
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023.

Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian Komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Ditetapkan : () Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak Lulus

PANITIA PELAKSANA

Ketua

Dra. Hj. Syamsuurnita, M.Pd

Sekretaris

Dr. Hj. Dewi Kesuma Nasution, M.Hum

ANGGOTA PENGUJI :

1. Dra. Jamila M.Pd
2. Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi
3. M. Fauzi Hasibuan S.Pd.,M.Pd

1.
2.
3.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umma.ac.id> E-mail: fkip@umma.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI



Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

Nama Lengkap : Tria Ifna
N.P.M : 1902080038
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023.

sudah layak disidangkan.

Medan, Agustus 2023

Disetujui oleh:

Pembimbing

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Diketahui oleh:

Dekan

Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd

Ketua Program Studi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd, M.Pd



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mochtar Basri No.3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website : <http://www.flip.umsu.ac.id> Email: flip@umsu.ac.id

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Tria Ifna
N.P.M : 1902080038
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023.

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023." adalah bersifat asli (Original), bukan hasil menyandur mutlak dari karya orang lain.

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian pernyataan ini dengan sesungguhnya dan dengan yang sebenar-benarnya.

Medan, September 2023

Hormat Saya

Yang membuat pernyataan,



TRIA IFNA



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umstu.ac.id> E-mail: fkip@umstu.ac.id



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Lengkap : Tria Ifna
N.P.M : 1902080038
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023.

Tanggal	Materi Bimbingan Skripsi	Paraf	Keterangan
10 April 2022	- BAB III : Fisi-biksi Instrument Pendemo Uji Coba pernyataan Instrument	✓	
29 Mei 2023	- BAB IV : Pengujian hasil Pretest-dan posttest pada kelompok eksperimen dan kontrol	✓	
5 Juni 2023	- BAB IV : Cara menghitung rentang skor interval pada setiap kategori	✓	
29 Juni 2023	- BAB IV : Distribusi frekuensi pada kelompok Eksperimen dan kontrol (pretest-posttest)	✓	
11 Juli 2023	- BAB IV : Uji Wilcoxon pada kelompok eksperimen dan kontrol .	✓	
10 Agustus 2023	- BAB IV : Hasil Analisis Fologrov Smirnov two Independent Samples.	✓	
15 Agustus 2023	- Daftar Pustaka	✓	

Medan, Agustus 2023
Dosen Pembimbing Skripsi

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

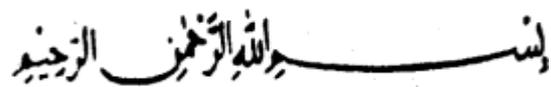
ABSTRAK

TRIA IFNA, NPM.1902080038. Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan *Gadget* Siswa Kelas X TKJ 1 YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023. Skripsi, Medan : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kontrol diri penggunaan *gadget* pada siswa SMK YPK Medan. Adapun dilakukannya penelitian ini ialah untuk mendeskripsikan perbedaan skor dalam meningkatkan kontrol diri penggunaan *gadget* pada siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok menggunakan media pembelajaran tebak kata. Sedangkan kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan tipe penelitian eksperimen. Objek dari penelitian ini adalah siswa kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket kepada siswa untuk mengetahui kontrol diri penggunaan *gadget*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kontrol diri penggunaan *gadget* yang rendah sehingga ketidakmampuan siswa dalam mengendalikan diri dalam penggunaan *gadget* terutama dilingkungan sekolah dan pada saat belajar.. Hasil uji analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan uji analisis *Kolmogorov Smirnov Two Independent Samples*. Dengan demikian berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan antara lain: (1) terdapat perbedaan yang signifikan kontrol diri penggunaan *gadget* siswa pada kelompok eksperimen sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) dengan layanan bimbingan kelompok menggunakan media pembelajaran tebak kata. (2) terdapat perbedaan yang signifikan kontrol diri penggunaan *gadget* siswa pada kelompok kontrol sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) dengan layanan bimbingan kelompok. (3) terdapat perbedaan yang signifikan kontrol diri penggunaan *gadget* siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang diberikan perlakuan (*treatment*).

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Media Pembelajaran Tebak Kata, Kontrol Diri Penggunaan *Gadget*.

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum warahmatullah wabarakatuh

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini untuk melengkapi tugas-tugas dan syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana (S.Pd) tepat waktu pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Shalawat dan salam penulis sampaikan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menyampaikan risalahnya kepada umatnya guna membimbing kegiatan yang diridhoi Allah SWT.

Penulis mengadakan penelitian sesuai dengan observasi serta permasalahan yang terjadi di lapangan. Oleh karena itu, dalam penulisan skripsi ini penulis mengangkat judul **“Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023”**.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada Allah SWT. Yang selalu melindungi serta memberikan kelancaran kepada penulis untuk dapat menyelesaikan penelitian ini. Terimakasih juga untuk kedua orang tua, Ayah saya Alm Bapak Abdullah Salim yang terhebat meskipun raganya tidak ada namun hati dan kebaikannya selalu ada dalam diri saya, hebatnya tiada tanding sabarnya tiada batas dan kuatnya tiada goyah yang mengajarkan saya banyak hal dalam hidup ini,

yang paling tau saya dan keinginan saya sejak dulu juga selalu memastikan saya untuk tetap baik-baik saja, dan menjadi sarjana salah satu bukti kebanggaan terhebat saya untuk babah atas segala perjuangannya selama ini. Dan untuk perempuan terhebat saya Ibu Erlinawati wanita yang sangat saya cintai, cintanya luar biasa kepada anaknya doa nya tiada henti untuk saya, kuatnya tiada mampu mengalahkan. Terimakasih atas segala yang sudah diberikan dalam hidup saya, saya bersyukur Allah memberikan orang tua yang sangat baik dalam hidup saya dan sebentar lagi in syaa Allah keinginan serta cita-cita kedua orang tua saya akan terwujud dengan menjadikan serta membimbing saya menjadi anak yang berpendidikan yang segera lulus sarjana bertitel S.Pd.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Agussani, M.AP selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Ibu Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
3. Ibu Dr. Dewi Kesuma Nasution, S.S., M.Hum, Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
4. Bapak Mandra Saragih, S.Pd., M.Hum, Wakil Dekan III Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
5. Bapak Muhammad Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd. selaku ketua program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dan sekaligus dosen

pembimbing skripsi saya yang telah banyak memberikan arahan dan saran kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini

6. Ibu Sri Ngayomi, Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi. Psikolog. selaku sekretaris program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
7. Bapak dan Ibu Dosen dan Seluruh staf biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan saran, bimbingan, bantuan dan ilmu pengetahuan selama penulis mengikuti perkuliahan
8. Bapak, Ricardo Agogo Sirait, ST., M.Si. selaku kepala sekolah dari SMK YPK Medan yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian selama di sekolah.
9. Bapak Dede Dermawan Lenar, S.Pd. selaku guru BK di SMK YPK Medan yang telah banyak membantu penulis dalam melaksanakan penelitian di sekolah
10. Untuk keluarga, kakak saya Tari Pratiwi yang saya sayangi dan Tiara Syakila wanita tanggung tulang punggung keluarga yang selalu membantu serta mendukung hal hal baik yang saya lakukan, dengan tulus dan ikhlas memberikan yang terbaik untuk saya baik secara materi maupun kasih sayang serta kedua adik saya Rah Dean Syah dan Abdul Rasyid yang saya sayangi.
11. Untuk sahabat-sahabat teristimewa saya Neng Tias Novitasari, Ratih Amara, Ririn Dessy Utami, Hafni Rabbiani, Girna Deliska Putri, Ira

Farahdina Aisah, Ayu Hanung Sekar Mawarni, dan Anindya Indrie
Ambarsari, Silvia Afifah, terimakasih sudah menjadi sahabat terbaik

12. Untuk sahabat saya Esi Wijia, Pita Sari, Putry Sandhy Manik, Nur Vivi,
Tiara Safitri, Sari Fatimah dan Putri Aprilia terimakasih sudah menjadi
sahabat terbaik penulis.

13. Kepada Ahmad Ricky, terimakasih sudah hadir dengan baik membantu dan
mendukung saya hingga saat ini, kamu salah satu bagian dari perjuangan
saya dalam menggapai sarjana ini.

14. Untuk teman-teman yang sudah menemani saya dari awal perkuliahan yaitu
teman-teman BK A PAGI stambuk 2019 semoga kita bisa wisuda sama-
sama di tahun 2023 ini.

15. Serta saya sangat berterimakasih kepada diri saya sendiri karena sudah
sangat kuat dan hebat sampai saat ini sehingga mampu meraih gelar sarjana
S1.

Akhir kata dengan segala kerendahan hati, penulis berharap semoga skripsi
ini dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan bagi pembacanya serta semoga
skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aminyarobbal'amin.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Medan, Agustus 2023

Penulis,

Tria Ifna
NPM. 1902080038

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	vi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II LANDASAN TEORITIS.....	11
A. Kerangka Teoritis	11
1. Layanan Bimbingan Kelompok	11
1.1. Pengertian Bimbingan Kelompok	11
1.2. komponen Layanan Bimbingan Kelompok.....	12
1.3. Teknik-teknik Bimbingan Kelompok	12
1.4. Tujuan Bimbingan Kelompok.....	13
1.5. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok.....	13
1.6. manfaat layanan Bimbingan Kelompok.....	14

2. Media Pembelajaran Tebak Kata	16
2.1. Pengertian Media Pembelajaran.....	16
2.2. Pengertian Tebak Kata	16
2.3. Langkah-langkah Pembuatan Media.....	16
2.4. Kelebihan dan Kekurangan Media.....	17
3. Kontrol Diri	17
3.1. Pengertian Kontrol Diri.....	18
3.2. Jenis-jenis Kontrol diri.....	18
3.3. Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri	20
4. Penggunaan <i>Gadget</i>	20
4.1 Pengertian Penggunaan <i>Gadget</i>	20
4.2 Fungsi Penggunaan <i>Gadget</i>	23
4.3 Faktor yang Mempengaruhi Penggunaan <i>Gadget</i>	25
B. Kerangka Konseptual	29
C. Penelitian yang Relevan.....	30
D. Hipotesis Penelitian.....	30
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Defenisi Operasional Variabel	32
B. Teknik Pengumpulan Data	33
C. Pengembangan Instrument.....	34
1. Pedoman Skoring	35
2. Pengembangan Kisi-Kisi Instrumen Kontrol Diri	35

3. Uji Coba Instrument.....	35
D. Teknik Analisis Data.....	36
1. Deskripsi Data.....	36
2. Pengujian Hipotesis.....	37
E. Perencanaan Penelitian	38
F. Pelaksanaan Penelitian	39
BAB IV : PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN	53
A. Gambaran Umum Sekolah.....	53
B. Deskripsi Hasil Penelitian	58
C. Pengujian Hipotesis	64
D. Pembahasan dan Hasil Diskusi Penelitian.....	70
E. Keterbatasan Penelitian	75
BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN.....	76
A. Kesimpulan.....	76
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN.....	79

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Rencana Kegiatan	32
Tabel 3.2 Populasi Penelitian.....	33
Tabel 3.3 Sampel Penelitian.....	34
Tabel 3.4 Desain Penelitian.....	36
Tabel 3.5 Pedoman Wawancara.....	39
Tabel 3.6 Skor Jawaban Responden Terhadap Instrument	41
Tabel 3.7 Kisi-Kisi Instrument Kontrol Diri.....	42
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas.....	44
Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas	46
Tabel 3.10 Kategori Kontrol diri penggunaan gadget.....	47
Tabel 4.1 Infrastruktur SMK YPK Medan.....	56
Tabel 4.2 Jumlah Siswa SMK YPK Medan.....	57
Tabel 4.3 Biaya Sekolah	57
Tabel 4.4 Jenis Ekstrakurikuler	59
Tabel 4.5 Prestasi Sekolah	60
Tabel 4.6 Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	61
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi <i>Pretest-Posttest</i> Variabel Kontrol diri penggunaan gadget Siswa pada Kelompok Eksperimen	62
Tabel 4.8 Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	63
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi <i>Pretest-Posttest</i> Variabel Kontrol diri penggunaan gadget Siswa pada Kelompok Kontrol.....	64

Tabel 4.10 Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> Perbedaan Kontrol diri penggunaan gadget Siswa <i>pretest-posttest</i> Kelompok Eksperimen.....	66
Tabel 4.11 Arah Perbedaan <i>pretest dan posttest</i> kontrol diri penggunaan gadget Kelompok Eksperimen.....	66
Tabel 4.12 Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> Perbedaan kontrol diri penggunaan gadget Pada Siswa <i>pretest-posttest</i> Kelompok Kontrol.....	67
Tabel 4.13 Arah Perbedaan <i>pretest dan posttest</i> kontrol diri penggunaan gadget Kelompok Kontrol	68
Tabel 4.14 Hasil Analisis <i>Kolmogorov Smirnov Two Independent Samples</i> kontrol diri penggunaan gadget Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Rancangan Quari Eksperimen	39
Gambar 4.1 Struktur Organisasi SMK YPK Medan.....	55

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 01.....	84
LAMPIRAN 02.....	99
LAMPIRAN 03.....	102
LAMPIRAN 04.....	106
LAMPIRAN 05.....	110
LAMPIRAN 06.....	113
LAMPIRAN 07.....	115
LAMPIRAN 08.....	118
LAMPIRAN 09.....	119
LAMPIRAN 10.....	120
LAMPIRAN 11.....	121
LAMPIRAN 12.....	122

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan sebuah proses yang terus-menerus akan menjadi suatu kebutuhan bagi manusia karena pada dasarnya pendidikan merupakan suatu bentuk kegiatan yang mencakup mendidik, mengajar serta melatih. Berdasarkan Undang-undang Nomor 20 tahun 2003 tentang SISDIKNAS menyatakan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, mengendalikan diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang di perlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Pendidikan juga merupakan proses untuk membantu manusia dalam mengembangkan dirinya, sehingga manusia mampu untuk menghadapi setiap perubahan yang terjadi menuju arah yang lebih baik. Salah satu tujuan dari pendidikan ialah mampu mengembangkan potensi diri yang dimiliki dengan tujuan menjadikan pribadi yang memiliki pemahaman diri sendiri baik dalam pengendalian diri maupun dapat mengambil keputusan dengan baik. Begitupun halnya dengan bagaimana cara manusia dalam mengendalikan dirinya , Kontrol diri atau pengendalian diri merupakan cara seseorang mengontrol perilaku yang akan dilakukannya.

Menurut Bachri Thalib (2010:107) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan-dorongan, baik dari dalam maupun dari luar

individu yang memiliki kontrol diri yang baik , akan mengambil keputusan secara efektif untuk mendapatkan sesuatu yang dia inginkan dan menghindari akibat diinginkan. Yang artinya kontrol diri merupakan cara mengendalikan diri dalam melakukan tindakan dan bagaimana cara individu tersebut mengambil keputusan guna menghindari sebab akibat yang akan berpengaruh pada diri individu.

Hal ini dijelaskan oleh Averill (dalam Dwi Marsela & Supriatna, 2019) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Kontrol diri juga terdapat tiga aspek , yaitu kontrol diri perilaku (behavior control), kontrol kognitif (cognitif control), dan mengontrol kepuasan (decisional control). (Dwi Marsela & Supriatna, 2019)

Dengan itu kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif serta merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat dilingkungan sekitarnya.

Dalam hal ini yang terjadi era saat ini berkaitan dengan perkembangan teknologi, dimana perkembangan teknologi yang semakin pesat telah membawa manusia memasuki era globalisasi yang serba maju dan modern dengan adanya kemajuan ini yang terus berkembang dan kebutuhan juga semakin meningkat menjadikan manusia dituntut untuk mengikuti arus perkembangan yang dapat membantu kehidupan.

Salah satu perkembangan teknologinya yaitu *Gadget*, *Gadget* sendiri dapat berupa komputer atau laptop, tablet PC dan juga telepon seluler atau handphone (dalam Juliadi, 2018). Kemajuan teknologi memberikan dampak positif yang besar bagi para penggunanya dengan adanya *gadget* manusia dapat dengan sangat mudah mencari informasi yang mereka butuhkan juga dapat mempermudah dalam hal pekerjaan dengan adanya aplikasi-aplikasi yang canggih di dalam *gadget* seperti; internet, sms, jejaring sosial, game, dan lain-lain. Namun, semakin berkembangnya teknologi informasi dan komunikasi terdapat dampak negatif dalam penggunaan *Gadget* bila digunakan dengan cara yang salah ataupun berlebihan khususnya bagi anak-anak (dalam Simamora, 2016).

Gadget adalah salah satu alat komunikasi yang paling banyak digunakan, terlebih lagi bagi siswa. Penggunaan *Gadget* bagi siswa dapat membawa dampak positif seperti membantu dalam proses belajar, mempermudah komunikasi, menambah pengetahuan, menambah teman, munculnya metode pembelajaran baru (Asmaul, Chusna Puji, 2017, 318). Menurut Budyati (dalam Putri, Daharnis, & Zikra, 2017) munculnya penggunaan *gadget* dapat mempengaruhi proses yang bersifat transaksional tersebut. Kemampuan siswa untuk menahan diri dari *smartphone* yang akan mengganggu konsentrasinya saat belajar memiliki peran penting dalam mencapai keberhasilan.

Pola perilaku dalam penggunaan *gadget* (*smartphone*) menjadi sesuatu yang tidak membawa dampak negatif dalam kehidupannya, artinya siswa mampu mengendalikan diri untuk menolak hal-hal dalam penggunaan *gadget* (*smartphone*) yang mendatangkan dampak buruk bagi dirinya sendiri walaupun memberikan efek

yang menyenangkan (Sari dkk,2019). Selain itu dampak *Gadget* yang mengakibatkan penggunaan secara berlebihan seperti istilah *Nomophobia*, *nomophobia* merupakan personality disorder yaitu suatu keadaan dimana remaja tidak bisa berpisah dengan *gadget* atau *smarthponenya*. Hasil peneitian (Pavithra dkk , 2015: 340) menjelaskan bahwa remaja kehilangan konsentrasi dan merasa stress ketika tidak ada *smarthphone* didekatnya, untuk itu seiring perkembangnya teknologi maka penting untuk meningkatkan kontrol diri sejak awal. Dengan demikian dapat diperkirakan bahwa penggunaan *Gadget* juga berpengaruh sebagaimana kontrol diri yang dimiliki namun perlu dipantau dalam penggunaan *Gadget* siswa agar tidak terlalu terlena dengan aplikasi yang disediakan oleh *Gadget*.

Berdasarkan hasil penelitian oleh (Debora & Sukmawati, 2021) dengan judul penelitian “*The Relationship of Self Control to The Students Gadget Use*” bahwa secara keseluruhan kontrol diri siswa berada pada kategori sedang dan kategori tinggi dan terdapat hubungan negatif tidak signifikan antara kontrol diri dengan penggunaan *gadget* siswa, artinya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi penggunaan *gadget* dan sebaliknya .

Sama halnya berhubungan dengan penelitian tersebut dimana fenomena yang terjadi dilapangan ialah kurangnya kontrol diri dalam penggunaan *Gadget* disekolah pada siswa yang dimana nantinya menjadi gejala adiksi dalam penggunaan *Gadget* dengan beberapa fitur *gadget* yang tersedia didalamnya secara berlebihan. Berdasarkan hasil observasi pelaksanaan PLP 3 saya di SMK YPK Medan diperoleh informasi masih ada sejumlah siswa yang memiliki permasalahan

dalam penggunaan *gadget* disekolah seperti siswa yang terlalu fokus menggunakan *gadget* dan sulit lepas dari *gadget* yang dimiliki, adanya tingkat intensitas dalam penggunaan *gadget* yang berlebihan seperti penggunaan beberapa fitur *gadget* (internet, game online) yang digunakan secara berlebihan dalam waktu penggunaan yang seharusnya juga siswa masih melanggar penggunaan *gadget* pada saat proses belajar disekolah seperti bermain game online saat pelajaran berlangsung, bermain sosial media dan lainnya.

Dengan melihat adanya siswa yang kurang baik dalam penggunaan *Gadget* maka diperlukan kontrol diri dengan menggunakan layanan bimbingan konseling yaitu layanan bimbingan kelompok sebagai upaya peningkatan kontrol diri pada siswa. Rusmana (2009) bimbingan kelompok merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap atau keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi. Dengan pelaksanaan bimbingan kelompok yang dapat memberikan suasana kelompok yang berdinamika juga nantinya siswa memahami serta mendapatkan informasi, arahan dan solusi jalan keluar berdasarkan topik yang akan dibahas dalam proses pelaksanaan bimbingan kelompok.

Selain itu, pelaksanaan bimbingan kelompok ini dilakukan dengan menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata, dimana media pembelajaran ini merupakan model dari media pembelajaran Kooperatif, "Model kooperatif tebak kata adalah menebak suatu kata dengan cara menyebutkan kata-kata tertentu sampai

kata yang disebutkan benar” Menurut Said (dalam (Syamsiyah & Wedyawati, 2016) serta Model pembelajaran tebak kata adalah model pembelajaran yang menggunakan media kartu teka-teki yang berpasangan dengan kartu jawaban teka-teki.

Berdasarkan hasil penelitian oleh (Syamsiyah & Wedyawati, 2016) dengan judul penelitian “Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tebak Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Materi Pesawat Sederhana Kelas V” terdapat perbedaan hasil pretest dan posttest yang terjadi pada saat uji penelitian dengan disimpulkan bahwa adanya pengaruh yang diberikan dengan menggunakan model pembelajaran tebak kata terhadap hasil belajar siswa.

Selain itu penelitian lainnya juga menyebutkan bahwa , menurut hasil (Sulasmi , 2012) dengan judul penelitian “Peningkatan Motivasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Permainan Tebak Kata Pada Siswa Kelas VII A SMP Negeri 5 Natar Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2012/2013” Adanya pencapaian peningkatan skor 19,98% dari hasil sebelum dan sesudah menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan permainan tebak kata, hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan permainan tebak kata efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa .

Dan berdasarkan hasil wawancara dengan Guru Bk disekolah peneliti bahwa belum ada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata, maka dari itu dengan adanya penggunaan media tebak kata ini akan membantu proses pelaksanaan bimbingan kelompok yang bertujuan untuk bermain sambil belajar dan berpikir sehingga terciptanya dinamika

kelompok yang sesuai dan juga dapat memberikan peningkatan dari hasil yang diteliti.

Berdasarkan uraian diatas, dengan latar belakang permasalahan serta keadaan yang ada maka masih perlu untuk diteliti dan adapun judul yang di ambil oleh peneliti yaitu: **“Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan *Gadget* Siswa Kelas X Tkj 1 Smk YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis mengidentifikasi adanya beberapa masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Kurangnya kemampuan siswa dalam mengontrol perilaku dengan mengendalikan diri terhadap penggunaan *gadget* disekolah seperti perilaku penggunaan *gadget* secara berlebihan pada saat pembelajaran dikelas.
2. Kurangnya kemampuan siswa membuat keputusan untuk mengatur penggunaan *gadget* disekolah dikarenakan masih sering ditemukan siswa yang bermain game online saat pelajaran, bermain sosial media dan lainnya pada saat dikelas
3. Masih kurangnya pemahaman siswa dalam mengendalikan diri terhadap *gadget* yang dimiliki termasuk dengan intensitas dari penggunaannya.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang ada agar tidak terjadi kesalahan dalam mencapai tujuan, maka peneliti membatasi

permasalahan pada layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan *Gadget* Siswa X Tkj 1 Smk YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana perbedaan sebelum dan sesudah keefektifan layanan bimbingan kelompok menggunakan media tebak kata dalam meningkatkan kontrol diri penggunaan *gadget* pada kelompok eksperimen?
2. Bagaimana perbedaan sebelum dan sesudah keefektifan layanan bimbingan kelompok menggunakan media tebak kata dalam meningkatkan kontrol diri penggunaan *gadget* pada kelompok kontrol?
3. Apakah ada perbedaan antara keefektifan layanan bimbingan kelompok menggunakan media tebak kata dalam meningkatkan kontrol diri penggunaan *gadget* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah keefektifan layanan bimbingan kelompok menggunakan media tebak kata dalam meningkatkan kontrol diri penggunaan *gadget* pada kelompok eksperimen.

2. Untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah keefektifan layanan bimbingan kelompok menggunakan media tebak kata dalam meningkatkan kontrol diri penggunaan *gadget* pada kelompok kontrol.
3. Untuk mengetahui perbedaan antara keefektifan layanan bimbingan kelompok menggunakan media tebak kata dalam meningkatkan kontrol diri penggunaan *gadget* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian adalah dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan serta referensi keilmuan tentang pemahaman siswa mengenai dalam kontrol diri penggunaan *Gadget* atau menambahkan wawasan baru mengenai layanan bimbingan kelompok bimbingan konseling yang sangat efektif digunakan dalam pemberian informasi khususnya dalam fungsi pemahaman juga dengan menggunakan media tambahan yaitu media pembelajaran tebak kata yang membuat dinamika layanan ini efektif.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi sekolah dapat menjadi bahan evaluasi serta masukan positif bagi sekolah khususnya memperluas pengetahuan sekolah mengenai layanan bimbingan konseling terutama dalam membantu siswa dalam mengontrol diri penggunaan *Gadget* disekolah.
- b. Bagi Guru BK yaitu sebagai penambah pengetahuan mengenai pelaksanaan bimbingan konseling disekolah terutama dalam

meningkatkan kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa melalui bimbingan konseling dengan media pembelajaran tebak kata.

- c. Bagi siswa SMK YPK Medan agar mengetahui dan mampu menerapkan bagaimana cara mengontrol diri dalam menggunakan *gadget*.
- d. Bagi peneliti sebagai cara untuk membantu siswa untuk menerapkan dengan tujuan meningkatkan kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa melalui bimbingan dan kelompok.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kerangka Teoritis

1. Layanan Bimbingan Kelompok

1.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling yang diberikan di sekolah yang merupakan bagian dari pola 17 plus bimbingan dan konseling yang berupa Teknik-teknik yang bertujuan untuk membantu siswa yang dilakukan oleh guru BK/Konselor melalui kegiatan kelompok yang dapat berguna untuk mencegah berkembangnya masalah-masalah yang sedang dihadapi oleh siswa.

Menurut Sukardi (dalam Pranoto, 2016) mengemukakan layanan bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing/konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta pertimbangan dalam pengambilan keputusan.

Prayitno (dikutip Hanan, 2017) menyatakan bimbingan kelompok berarti memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling. Bimbingan kelompok lebih merupakan suatu upaya bimbingan kepada individu-individu melalui kelompok. Juntika (dalam Hanan, 2017) menambahkan bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun

aktivitas kelompok membahas masalah-masalah Pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial.

1.2 Komponen Layanan Bimbingan Kelompok

Komponen-komponen yang ada dalam layanan bimbingan kelompok yang dikutip dari (Pranoto, 2016) diantaranya yaitu:

- 1) Pemimpin kelompok, yaitu sebagai pengontrol proses kegiatan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan.
- 2) Anggota kelompok, merupakan sekumpulan orang yang secara sukarela mengikuti kegiatan kelompok dengan dipimpin oleh seorang konselor atau guru bimbingan konseling yang professional serta memiliki tujuan yang sama antar anggota kelompok

1.3 Teknik-Teknik Layanan Bimbingan Kelompok

Penggunaan Teknik dalam kegiatan bimbingan kelompok mempunyai beberapa fungsi yaitu selain dapat memfokuskan kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan yang ingin dicapai tetapi juga dapat membuat suasana bimbingan menjadi terbangun dengan adanya dinamika kelompok. Ada beberapa teknik yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok, seperti yang diungkapkan oleh Romlah (dikutip Pranoto, 2016) yaitu:

- 1) Teknik permainan peran (*role playing*)
- 2) Diskusi kelompok
- 3) Teknik *problem solving*
- 4) Teknik pemberian informasi
- 5) Permainan *out bound*

1.4 Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Kesuksesan bimbingan kelompok sangat sangat dipengaruhi sejauh mana tujuan yang akan dicapai dalam layanan kelompok yang diselenggarakan. Menurut Prayitno (dalam Pranoto, 2016), tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok secara umum yaitu bertujuan untuk membantu siswa yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok. Suasana kelompok yang berkembang dapat merupakan tempat bagi siswa untuk memanfaatkan semua informasi, tanggapan dan berbagai reaksi teman-temannya untuk kepentingan pemecahan masalah.

Layanan bimbingan kelompok dilakukan untuk membantu siswa dalam meningkatkan hubungan kerjasama dalam kelompok serta dapat membantu siswa untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi serta mendorong siswa untuk dapat mengembangkan sikap yang dapat menunjang perkembangan pribadi yang lebih baik.

1.5 Tahap-Tahap Layanan Bimbingan Kelompok

Tahap-tahap perkembangan kelompok dalam bimbingan melalui pendekatan kelompok sangat penting yang pada dasarnya tahapan perkembangan kegiatan bimbingan kelompok sama dengan tahapan yang ada pada layanan konseling kelompok. Prayitno (dalam Pranoto, 2016) menjelaskan bahwa tahap-tahap bimbingan kelompok ada empat tahap, yaitu: (1) tahap pembentukan, (2) tahap peralihan, (3) tahap kegiatan, dan (4) tahap pengakhiran.

1.6 Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok dalam pelaksanaannya memiliki beberapa manfaat menurut Sukardi (dalam Pranoto, 2016) manfaat dari layanan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

- 1) Memberikan kesempatan untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya.
- 2) Dapat memiliki pemahaman yang obyektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal yang dibicarakan.
- 3) Dapat menumbuhkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan yang berhubungan dengan hal-hal yang sedang dibicarakan dalam kelompok.
- 4) Dapat Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan dapat mendukung yang baik.
- 5) Mampu melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung membuahkan hasil sebagaimana yang telah disepakati dalam kelompok pada program yang telah direncanakan bersama.

Sehingga secara umum dapat dijelaskan bahwa manfaat dari layanan bimbingan kelompok yaitu untuk melatih siswa dapat hidup secara berkelompok dan dapat menumbuhkan kerjasama antara siswa dalam mengatasi masalah, melatih siswa untuk dapat mengemukakan pendapat dan menghargai pendapat orang lain serta dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam berkomunikasi dengan teman sebaya dan guru bimbingan konseling.

2. Media pembelajaran Tebak Kata

2.1 Pengertian Media Pembelajaran

Media berasal dari bahasa latin, yang bermakna “perantara atau “pengantar”. Media dapat diartikan sebagai perantara atau pengantar sumber informasi dengan penerima informasi. Hamidjojo (dalam Arsyad,2014:4) yang mengartikan media pembelajaran sebagai segala bentuk perantara yang digunakan oleh manusia untuk menyebar ide atau menyampaikan informasi dan gagasan, sehingga ide dan gagasan yang disampaikan dapat diterima oleh penerima informasi yang dituju.

Menurut Wiratmojo dan Sasonohardjo (dalam Andriani & Dewi, 2021) pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan minat dan keinginan yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa pengaruh-pengaruh psikologis terhadap pebelajar. Pengertian media pembelajaran menurut Latuheru (2013) menyatakan, “media pembelajaran adalah bahan, alat atau teknik yang digunakan dalam kegiatan belajar mengajar dengan maksud agar proses interaksi komunikasi edukasi antara guru dan siswa dapat berlangsung secara tepat guna dan berdayaguna”. Kemudian menurut Brown (2013) mengungkapkan bahwa media pembelajaran yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran dapat mempengaruhi terhadap efektivitas pembelajaran. Kemudian Iwan (2017) menyatakan secara umum, manfaat media dalam proses pembelajaran adalah memperlancar interaksi antara pembelajar dengan pebelajar sehingga kegiatan pembelajaran akan lebih efektif dan efisien. (Andriani & Dewi, 2021)

2.2 Pengertian Tebak Kata

Tebak kata merupakan salah satu permainan yang bisa dijadikan sebagai media pembelajaran yang menarik apabila dikombinasikan dengan materi yang akan diajarkan kepada peserta didik . media tebak kata ini dimainkan dengan cara memeragakan sebuah kata dengan tujuan untuk ditebak dengan menggunakan gestur tubuh atau gerakan.

Menurut Said (2015:95),”Model kooperatif tebak kata adalah menebak suatu kata dengan cara menyebutkan kata-kata tertentu sampai kata yang disebutkan benar”. Model pembelajaran tebak kata adalah model pembelajaran yang menggunakan media kartu teka-teki yang berpasangan dengan kartu jawaban teka-teki (Suyatno:129).

2.3 Langkah-langkah Pembuatan Media

Media tebak kata ini dibuat dengan menggunakan bahan dasarnya kertas ivory. Adapun cara pembuatannya sebagai berikut ;

1. Mengidentifikasi kata-kata yang berkaitan dengan *handphone/Gadget* (d disesuaikan dengan materi)
2. Membuat desain berupa tulisan terkait dengan *Gadget* (d disesuaikan dengan materi).
3. Mencetak media tebak kata dengan kertas ivory (ukuran disesuaikan kebutuhan).
4. Media tebak kata sudah siap digunakan.

2.4 Kelebihan dan Kekurangan Media

Kelebihan dan kekurangan media pembelajaran tebak kata sebagai berikut:

- a. Kelebihan Media Pembelajaran Tebak Kata
 - 1) Siswa akan mempunyai banyak kekayaan bahasa/kata.
 - 2) Sangat menarik sehingga siswa ingin mencobanya.
 - 3) Memudahkan dalam menanamkan konsep materi dalam kegiatan belajar.
 - 4) Meningkatkan ketertarikan siswa untuk belajar.
- b. Kelemahan Media Pembelajaran Tebak Kata
 - 1) Memerlukan waktu yang lama sehingga materi sulit tersampaikan.
 - 2) Bila siswa tidak menjawab dengan benar maka tidak siswa lainnya terhambat dalam menjawab karena waktu terbatas.

4. Kontrol Diri

4.1 Pengertian Kontrol Diri

Menurut Ghufron dan Risnawati (2011:25-26) Kontrol diri merupakan suatu aktifitas pengendalian tingkah laku, pengendalian tingkah laku mengandung makna melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Situasi disini menyangkut hal yang sangat luas peristiwa dan segala hal yang akan di timbulkan oleh peristiwa tersebut.

Menurut Calhoun dan Acocella (dalam Ghufron 2011), Mendefenisikan bahwa kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri.

Menurut Goldfried dan Merbaum (dalam Ghufron 2011), Kontrol diri di artikan sebagai satu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk prilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif.

Menurut Goleman (2005:131), Kontrol diri adalah keterampilan untuk mengendalikan diri dari api-api emosi yang terlihat mencolok. Tanda-tandanya meliputi ketegangan saat menghadapi stress atau menghadapi seseorang yang bersikap bermusuhan tanpa membalas dengan sikap atau perilaku serupa. Menurut Alwisol (2009:329) Kontrol diri merupakan tindakan diri dalam mengontrol variable-variabel luar yang menentukan tingkah laku. Dan tingkah laku dapat dikontrol meluli berbagai cara yaitu menghindar, penjenuhan, stimulasi yang tidak disukai, dan memperkuat diri. Dari beberapa pendapat para ahli di atas, kontrol diri merupakan suatu usaha dalam mengendalikan prilaku dan merespon atau memutuskan suatu tindakan dengan mempertimbangkan segala dampak atau kosekuensi yang akan terjadi.

4.2 Jenis-jenis Kontrol Diri

1. Kontrol Prilaku (Behaviour control)

Kontrol prilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol prilaku ini di perinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan dan kemampuan memodifikasi stimulus. Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya

sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

2. Kontrol Kognitif (Cognitive Control)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian. Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memerhatikan segi-segi positif secara objektif.

3. Mengontrol Keputusan (Decisional control)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada suatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Menurut Bolock ada tiga jenis kualitas kontrol diri, yaitu over Control, under control, dan appropriate control. Over control merupakan kontrol diri yang

dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus. Under control merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang masak. Sementara appropriate control merupakan control individu dalam upaya mengendalikan implus secara tepat.

Berdasarkan uraian dan penjelasan di atas, maka untuk mengukur control diri biasanya digunakan aspek-aspek seperti di bawah ini.

- 1) Kemampuan mengontrol perilaku
- 2) Kemampuan mengontrol stimulus
- 3) Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian.
- 4) Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian.
- 5) Kemampuan mengambil keputusan.

4.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Sebagaimana Ghufron (2019:7) faktor psikologis lainnya, kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Secara garis besarnya faktor-faktor yang memengaruhi control diri ini terdiri dari faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu).

1. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap control diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.

2. Faktor Eksternal

Factor eksternal ini di antaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian Nasichah (2002:5) menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Oleh sebab itu, bila orangtua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan orangtua tetap konsisten terhadap semua kosekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah di tetapkan, maka sikap kekonsistensian ini akan di internalisasi anak. Dikemudian akan menjadi control diri baginya.

5. Penggunaan *Gadget*

5.1 Pengertian penggunaan *Gadget*

Menurut KBBI(Kamus Besar Bahasa Indonesia) Penggunaan berasal dari kata guna, lalu mendapat imbuhan peng dan akhiran -an yang berarti menggunakan (alat/perkakas), mengambil manfaatnya, melakukan sesuatu dengan tidak boleh menggunakan kekerasan. *Gadget* adalah sebuah istilah dalam Bahasa Inggris yang mengartikan sebuah alat elektronik kecil dengan berbagai macam fungsi khusus.

Dalam (Asmahul Husna:2017) *Gadget* adalah suatu istilah yang berasal dari Bahasa Inggris untuk merujuk suatu peranti atau instrumen yang memiliki tujuan dan fungsi praktis spesifik yang berguna umumnya diberikan pada suatu yang baru. Dalam pengertian umum *Gadget* dianggap sebagai suatu perangkat elektronik yang memiliki fungsi khusus pada setiap perangkatnya. Contohnya computer, handphone, game, dan lainnya.

Berdasarkan pengertian ini *Gadget* adalah media komunikasi yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan. Pada akhirnya kita dapat menarik kesimpulan bahwasanya *gadget* yang paling canggih dan diterima oleh masyarakat di seluruh Negara adalah handphone atau smartphone. Dengan kecanggihannya yang dimilikinya handphone mampu menjadi *gadget* dengan penjualan nomor satu di dunia, serta mampu memberikan kemudahan bagi manusia tidak hanya pada kecanggihannya komunikasi tetapi juga mempermudah pekerjaan-pekerjaan manusia dan dapat menjadi hiburan.

Gadget merupakan alat komunikasi modern yang memiliki berbagai fungsi canggih. Alat ini juga didefinisikan sebagai alat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus dengan unit kerja yang tinggi. Hal yang membedakan *gadget* dengan teknologi lain adalah unsur kekinian, *gadget* selalu muncul dengan aplikasi-aplikasi terbaru yang mengikuti perkembangan zaman.

Inilah yang menjadi faktor tertarik dengan *gadget* disamping fungsinya sebagai alat untuk berkomunikasi. Jadi pengguna *gadget* adalah kekuatan yang timbul dari seseorang dalam menggunakan serta memanfaatkan media *gadgets* sesuai dengan kebutuhannya dalam memenuhi dan menunjang aktivitasnya sehari-hari agar lebih fleksibel, efisien, dan berkualitas.

Berdasarkan definisi-definisi diatas *gadget* merupakan perangkat alat elektronik khusus yang memiliki keunikan dibandingkan dengan perangkat elektronik lainnya. Keunikan *gadget* adalah selalu memunculkan teknologi baru yang dinilai memudahkan penggunaannya, sehingga pengguna merasa senang dan tertarik untuk memiliki dan menggunakan *gadget*. Selain berfungsi untuk

melakukan dan menerima panggilan, *gadget* berfungsi untuk mengirim dan menerima pesan singkat (Short Message Service) (dalam Agusli.R,2008).

5.2 Fungsi menggunakan *Gadget*

Ponsel atau *Gadget* merupakan sahabat wajib yang tidak bisa lepas dari masyarakat Indonesia. Berdasarkan paparan data Ericsson selain sebagai alat komunikasi, *gadget* juga memiliki fungsi lain. Pada tahun 2009 riset menunjukkan bahwa terdapat lima fungsi *gadget* yang ada dimasyarakat. Berikut lima fungsi *gadget* atau telephone seluler bagi masyarakat Indonesia:

- a. Sebagai alat komunikasi agar tetap terhubung dengan teman ataupun keluarga.
- b. Sebagai penunjang bisnis.
- c. Sebagai pengubah batas sosial masyarakat.
- d. Sebagai alat penghilang stress.

Memang jelas manfaat *gadget* yang terbesar yaitu sebagai alat komunikasi agar tetap terhubung dengan teman ataupun keluarga, sesuai dengan fungsi awalnya namun selain fungsi diatas *gadget* bisa bermanfaat untuk menambah pengetahuan tentang kemajuan teknologi dan untuk memperluas jaringan. *gadget* juga bisa digunakan sebagai hiburan karena terdapat berbagai fitur yang beragam seperti kamera, permainan, Mp3, video, radio, bahkan jaringan internet seperti google, facebook, instagram, twitter, line, dan lain sebagainya.

Gadget memiliki fungsi dan manfaat yang relatif sesuai dengan penggunaannya(Nurhakim,2005). Fungsi dan manfaat *gadget* secara umum diantaranya:

1) Komunikasi

Pengetahuan manusia semakin luas dan maju, jika zaman dahulu manusia berkomunikasi melalui batin kemudian berkembang melalui tulisan yang dikirimkan melalui pos. Sekarang zaman era 20 globalisasi manusia dapat berkomunikasi dengan mudah, cepat, praktis dan lebih efisien dengan menggunakan handphone.

2) Sosial

Gadget memiliki banyak fitur dan aplikasi yang tepat untuk kata dapat berbagai berita, kabar dan cerita. Sehingga dengan pemanfaatan tersebut dapat menambah teman dan menjalin hubungan kerabat yang jauh tanpa harus menggunakan waktu yang relatif lama untuk berbagi.

3) Pendidikan

Seiring berkembangnya zaman sekarang belajar tidak hanya terfokus dengan buku, namun juga melalui *gadget*. Dengan *gadget* kita bisa mengakses berbagai ilmu pengetahuan yang diperlukan baik tentang pendidikan, politik, ekonomi, ilmu pengetahuan umum, agama dan sebagainya tanpa harus repot-repot pergi ke perpustakaan yang mungkin jauh untuk dijangkau.

4) Hiburan

Bukan rahasia lagi bahwa *gadget* juga berguna untuk menghilangkan kepenatan melalui hiburan yang ditawarkan. Hiburan tersebut dapat berupa musik, permainan, video dan perangkat lunak multimedia yang lainnya.

5) Mengakses informasi

Bukan *gadget* namanya jika tidak bisa memberikan informasi-informasi. Dengan informasi tersebut akan mempermudah penggunanya untuk melakukan aktivitasnya.

6) Wawasan bertambah

Wawasan yang bertambah merupakan manfaat dari *gadget*, dari gabungan komunikasi lancar dan mudahnya informasi yang didapat. Kita tahu bahwa dengan komunikasi dan informasi merupakan salah satu unsur yang mengukung wawancara seseorang dapat bertambah.

5.3 faktor yang mempengaruhi penggunaan *Gadget*

Pada dasarnya ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang untuk menggunakan *gadget*, baik sebagai alat komunikasi atau transformasi informasi maupun sebagai alat penelusuran sumber informasi sehingga tidak mengherankan jika perkembangan teknologi informasi membuat seseorang merasa tidak berarti hidupnya jika tidak menggunakan *gadget*. Seseorang yang selalu menggunakan *gadget* dalam kehidupan sehari-hari akan merasa hampa apabila kehilangan benda tersebut. Perkembangan teknologi yang cepat dan signifikan tentu saja mengubah budaya membaca. (Musfirowati H.I, 2015)

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) yang dimaksud dengan dampak adalah pengaruh kuat yang mendatangkan akibat (baik positif maupun negatif). Adapun pengertian pengaruh sendiri seperti yang dipaparkan beberapa ahli yakni: Pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang

ikut membentuk watak, kepercayaan atau perbuatan seseorang. Dampak buruk penggunaan *Gadget* pada anak sebagai berikut:

a. Menjadi pribadi yang tertutup

Seseorang yang kecanduan *Gadget* akan menghabiskan sebagian besar waktunya untuk bermain *Gadget*. Kecanduan yang diakibatkan oleh *Gadget* dapat mengganggu kedekatan orang lain, lingkungan dan teman sebayanya. Akibat faktor-faktor tersebut menyebabkan anak menjadi pribadi yang tertutup.

b. Kesehatan terganggu

Penggunaan *Gadget* yang berlebihan dapat mengganggu kesehatan pemainya terutama kesehatan mata. Akibat dari terlalu lama menatap layar *Gadget* mengakibatkan mata mengalami kelelahan hingga menyebabkan mata minus.

c. Ketergantungan Media *Gadget*

Informasi maupun telekomunikasi memiliki kualitas atraktif. Di mana ketika seseorang sudah merasa nyaman dengan *Gadget* yang ia gunakan, ia seolah-olah menemukan dunianya sendiri dan akan merasa sulit untuk terlepas dari kenyamanan itu. Hal ini berakibat pada hubungan dia dengan orang lain secara face to face akan menurun.

d. Gangguan tidur

Anak yang bermain *gadget* tanpa pengawasan orang tua dapat terganggu jam tidurnya. Ketika anak sudah berada di kamarnya terkadang orang tua berpikir anak sudah tidur tapi ternyata masih bermain dengan

gadget-nya. Bahkan tanpa disadari anak dapat bermain dengan *gadget* hingga sampai larut malam sehingga paginya susah bangun. Selain itu akan berdampak pada penurunan minat dan prestasi belajar mereka.

e. Suka menyendiri

Anak yang senang bermain *gadget* akan merasa bahwa kalau *Gadget* merupakan teman yang mengasyikkan sehingga anak cenderung menghabiskan waktu di rumah untuk bermain. Intensitas bermain dengan teman sebayanya secara perlahan akan semakin berkurang, hal seperti ini jika dibiarkan akan membuat anak lebih suka menyendiri bermain dengan *Gadget* daripada bermain dengan 30 teman sebaya, sehingga sosialisasi dengan lingkungan sekitar berkurang.

f. Ancaman Cyberbullying

Cyberbullying merupakan bentuk kekerasan yang dialami anak atau remaja yang dilakukan teman seusia maupun di atasnya melalui dunia internet. Cyberbullying adalah kejadian ketika seseorang diejek, dihina atau dipermalukan oleh anak atau remaja lain melalui media internet atau *gadget* (telepon seluler). Ketika seseorang menggunakan *gadget* untuk mengakses media sosial memungkinkan terjadinya cyberbullying yang lebih tinggi. (Derry, Beranda., 2014)

Dampak yang ditimbulkan akibat penggunaan *Gadget* tidak hanya dampak negatif saja, melainkan ada pula dampak positifnya. Adapun dampak positif dan dampak negatif dari penggunaan *Gadget* antara lain:

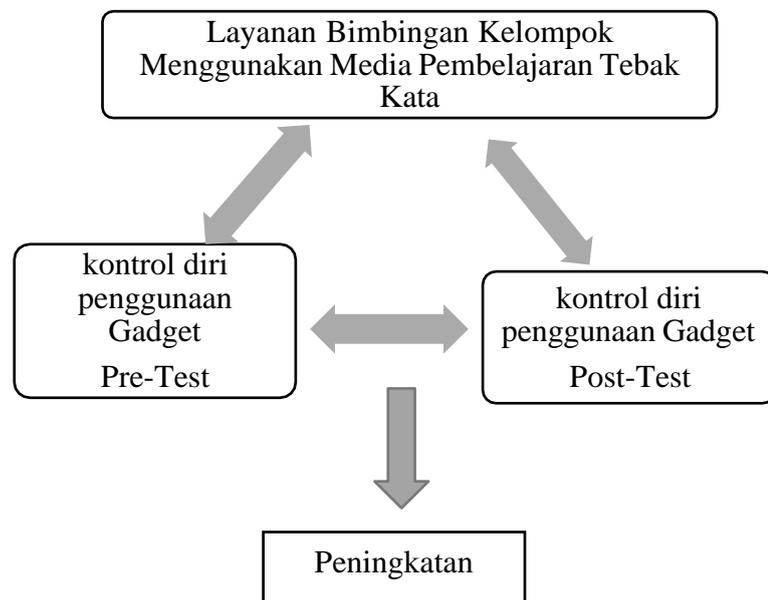
- a) Komunikasi menjadi lebih praktis.
- b) Mudahnya akses keseluruh penjuru dunia.
- c) Manusia menjadi lebih pintar ber-inovasi akibat perkembangan gadget yang menuntut mereka untuk hidup lebih baik.
- d) Meningkatnya rasa percaya diri, perkembangan dan kemajuan ekonomi telah meningkatkan rasa percaya diri dan ketahanan diri sebagai suatu bangsa akan semakin kokoh.
- e) Menambah pengetahuan, Rizki syaputra, Dhani. (2013) menyimpulkan bahwa dengan menggunakan *Gadget* yang berteknologi canggih, anak-anak dengan mudah dan cepat untuk mendapatkan informasi mengenai tugas nya disekoloah. Misalnya kita ingin browsing internet dimana saja dan kapan saja yang ingin kita ketahui. Dengan demikian dari internet kita bias menambah ilmu pengetahuan
- f) Melatih kreativitas anak, kemajuan teknologi telah menciptakan beragam permainan yang kreatif dan menantang.

Jadi dapat disimpulkan bahwa penggunaan *Gadget* dapat berdampak positif dan dapat pula berdampak negatif tergantung pengguna *Gadget* tersebut.

B. Kerangka Konseptual

Kontrol diri didefinisikan sebagai cara individu dalam mengatur tingkah lakunya sendiri yang ia miliki. Individu mempunyai cara-cara tersendiri untuk mengatur dan mengarahkan tingkah lakunya sesuai dengan kehendak dan kemampuan yang di milikinya. Dalam penelitian ini dilakukan karena masih banyak kurangnya kemampuan siswa dalam mengontrol diri terutama dalam penggunaan *Gadget* disekolah .

Oleh karena itu, sebagai solusi alternatif yang diberikan yaitu dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok menggunakan media pembelajaran tebak kata dengan tujuan untuk melihat sejauh mana keefektifan hasil dari penggunaan layanan ini dalam meningkatkan kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa disekolah.



Gambar 1. Rancangan Quari Eksperimen

Keterangan:

X : Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata

Y : Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan *Gadget*

C. Penelitian yang Relevan

1. (Debora & Sukmawati, 2021) dengan judul penelitian “*The Relationship of Self Control to The Students Gadget Use*” bahwa secara keseluruhan kontrol diri siswa berada pada kategori sedang dan kategori tinggi dan terdapat hubungan negatif tidak signifikan antara kontrol diri dengan penggunaan *Gadget* siswa, artinya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi penggunaan *Gadget* dan sebaliknya .
2. (Sulasmi 2012) dengan judul penelitian “Peningkatan Motivasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Permainan Tebak Kata Pada Siswa Kelas VII A SMP Negeri 5 Natar Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2012/2013” Adanya pencapaian peningkatan skor 19,98% dari hasil sebelum dan sesudah menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan permainan tebak kata, hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan permainan tebak kata efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa .

D. Hipotesis

Menurut (Sugiyono, 2018: 99) “Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, oleh karena itu rumusan masalah penelitian biasanya disusun dalam bentuk kalimat pertanyaan”. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui

pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian belum jawaban yang empirik.

Hipotesis penelitian ini yaitu Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan *Gadget* Pada Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023. Adapun kebenarannya akan dibuktikan melalui hasil penelitian yang dilakukan di sekolah yang bersangkutan.

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

SMK YPK berlokasi di Jl. Sakti Lubis Gg Pegawai No. 8, Medan, Sumatera Utara.

2. Waktu Penelitian

Adapun waktu yang diperlukan dalam proses penelitian ini dimulai pada saat sebelum melakukan penelitian dan sedang melakukan penelitian adalah dimulai dari bulan Desember sampai dengan bulan Maret 2023. Rincian waktu penelitian dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3.1. Jawal Rencana Kegiatan

No	Jenis Kegiatan	Bulan/Minggu																															
		Desember				Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni, Juli				Agustus			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Melakukan observasi dan wawancara awal ke sekolah	■	■																														
2	Mengolah data hasil			■	■																												
3	Kajian penelitian							■																									
4	Pengajuan Judul							■	■	■	■	■	■																				
5	Bimbingan Proposal											■	■	■	■	■	■																
6	Seminar Proposal															■																	

Tabel 3.3 Sampel Penelitian

No.	Kelas	Populasi	Sampel	
			Eksperimen	Kontrol
1	X TKJ 1	31	12	12
	Jumlah	31	12	12

Sumber: Data Siswa SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023

Sampel dalam penelitian ini menggunakan *Sampling Purposive*. Menurut Sugiyono (2018: 138) “*Sampling Purposive* adalah Teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”. Juga dilihat dari beberapa faktor seperti jumlah populasi sampel dan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang juga terbatas, *Purposive Sampling* sesuai untuk digunakan pada penelitian ini . Adapun karakteristik siswa yang dijadikan sampel penelitian adalah:

- a. Siswa bersedia mengikuti pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pada kelompok kontrol (tidak menggunakan media pembelajaran tebak kata).
- b. Siswa bersedia mengikuti proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen (menggunakan media pembelajaran tebak kata).

Teknik *sampling* merupakan Teknik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian,

C. Variabel Penelitian

1. Variabel Penelitian

Pengertian variabel penelitian menurut Sugiyono (2018: 57) “Variabel penelitian adalah salah satu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek, organisasi, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk

dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Penelitian ini ada dua variabel yang dapat didefinisikan secara operasional yaitu variable dependen (bebas) yaitu X dan variabel dependen (terikat) yaitu Y:

- a. Variabel X: Layanan bimbingan kelompok menggunakan media pembelajaran tebak kata
- b. Variabel Y: kontrol diri penggunaan *Gadget*

2. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, metode ini sebagai metode ilmiah/*scientific* karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, objektif, terukur, rasional, sistematis, dan *replicable*/dapat diulang.

Menurut Sugyino (2018: 150) “Metode kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menggambarkan dan menguji hipotesis yang telah ditetapkan”.

Dalam penelitian ini menggunakan Pendekatan Kuantitatif Eksperimen, menurut Sugiyono (2018: 111) “metode eksperimen adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independent (*treatment*/perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendalikan”. Dalam hal ini bahwa eksperimen dilakukan untuk mengetahui atau mengukur seberapa pengaruhnya variabel yang akan diuji.

3. Desain Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan *Quasi Eksperimental Design*. Peneliti menggunakan desain penelitian yang berbentuk pretest-posttest control group design dengan menggunakan satu jenis pelaksanaan.

Berikut bagian desai penelitian yang digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2016).

Tabel 3.4. Desain Penelitian

Grup	Pretest	Variabel Bebas (X)	Posttest
KE	Y1	X ₁	Y2
KK	Y1	X ₂	Y2

Keterangan :

KE : Kelompok Eksperimen

KK : Kelompok Kontrol

X₁ : Perlakuan dengan Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media pembelajaran Tebak Kata.

X₂ : perlakuan dengan Layanan bimbingan kelompok.

Y1 : Pretest dan angket

Y2 : Posttest dan angket

Penelitian ini melibatkan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol . kedua kelompok ini diberikan prettest dan angket sebelum diberikan perlakuan, agar mampu melihat kemampuan awal kedua kelompok yang

berkenaan dengan kontrol diri penggunaan *Gadget*. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan dengan Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media pembelajaran Tebak Kata , Sedangkan kelompok kontrol menggunakan layanan bimbingan kelompok. Setelah pemberian perlakuan, dilanjutkan posttest dengan soal yang sama disertai juga pemberian angket.

D. Definisi Operasional Variabel

Guna untuk menghindari kesalahan dan mengarahkan penelitian ini untuk mencapai tujuannya maka dilihat penjelasan mengenai defenisi operasional berikut:

1. Variabel (X) : Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata

Tebak kata merupakan salah satu permainan yang bisa dijadikan sebagai media pembelajaran yang menarik apabila dikombinasikan dengan materi yang akan diajarkan kepada peserta didik dalam layanan bimbingan kelompok di bimbingan konseling

Indikator materi layanan bimbingan kelompok yaitu :

- a. Pertemuan I : Pretest (sebelum)
- b. Pertemuan II : Kurangnya kontrol diri penggunaan *Gadget*
- c. Pertemuan III : Mengontrol diri penggunaan *Gadget* menggunakan layanan Bimbingan kelompok Menggunakan media pembelajaran Tebak kata.
- d. Pertemuan IV : Evaluasi + Posttest (sesudah)

2. Variabel (Y) : Kontrol diri Penggunaan *Gadget*

Kontrol diri atau pengendalian diri merupakan cara seseorang mengontrol perilaku yang akan dilakukannya, penggunaan *Gadget* juga berpengaruh sebagaimana kontrol diri yang dimiliki namun perlu dipantau dalam penggunaan *Gadget* terutama bagi siswa agar tidak terlalu terlena dengan aplikasi yang disediakan oleh *Gadget*.

E. Instrumen Penelitian

A. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah alat penelitian yang digunakan dalam mengumpulkan data atau informasi yang berhubungan dengan penelitian. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Observasi

Menurut Sutrisno Hadi (dalam Sugiyono, 2018) mengemukakan bahwa observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dengan berbagai biologis dan psikologis. Metode observasi ini digunakan untuk mengumpulkan data terkait siswa yang kontrol diri penggunaan *Gadget* rendah pada kelas X TKJ SMK YPK Medan.

2. Wawancara

Wawancara merupakan kegiatan yang dilakukan oleh dua orang secara tatap muka untuk membahas suatu topik tertentu (Sugiyono, 2016). Data yang diperoleh dengan cara tanya jawab dengan guru wali kelas X TKJ 1 dan guru

BK SMK YPK Medan untuk memperoleh data-data yang diperlukan oleh peneliti. Berikut pedoman wawancara yang dilakukan oleh peneliti:

Tabel 3.5. Pedoman Wawancara

No	Pertanyaan	Tujuan Pertanyaan
1.	Bagaimana pandangan bapak menjadi guru bimbingan konseling disekolah ?	Untuk mengetahui pandangan guru bk disekolah sebagai guru bk.
2.	Bagaimana pelaksanaan guru bk disekolah ini ?	Untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan guru bk
3.	Apa saja sarana dan prasarana sekolah dalam mendukung pelaksanaan bimbingan konseling disekolah ?	Mengetahui sarana dan prasarana apa saja yang mendukung disekolah tersebut.
4.	Masalah apa yang sering terjadi disekolah ?	Mengetahui permasalahan yang sering terjadi serta penyebabnya.
5.	Permasalahan apa yang dialami siswa disekolah ?	Mengetahui permasalahan yang dialami siswa
6.	Bagaimana cara penanganan bapak terkait permasalahan siswa disekolah ?	Mengetahui cara penanganan dari guru bk disekolah tersebut.
7.	Layanan bk seperti apa yang sudah dilakukan oleh bapak?	Mengetahui layanan apa yang sudah diberikn
8.	Apakah bapak pernah melaksanakan bimbingan kelompok dengan media pembelajaran tebak kata ?	Mengetahui bahwa pelaksanaan bkp dengan media tebak kata ini belum terjadi.
9.	Bagaimana kontrol diri siswa disekolah ?	Mengetahui kontrol diri siswa disekolah.
10.	Bagaimana penggunaan <i>Gadget</i> pada saat dikelas dan berada disekolah?	Mengetahui penggunaa <i>Gadget</i> siswa disekolah.

3. Angket

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode angket/kuisisioner. Menurut (Sugiyono, 2018) angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden.

B. Pengembangan Instrumen

Berdasarkan jenis data yang diperlukan dalam penelitian ini maka dikembangkan alat pengumpulan data berupa instrument skala likert yang digunakan untuk memperoleh pengetahuan *academic burnout* pada siswa sebelum dan sesudah dilakukannya proses layanan bimbingan kelompok.

1. Pedoman Skoring

Instrument ini disusun dengan menggunakan suatu pemilihan alternatif jawaban. (Yusuf, 2013) menjelaskan bahwa pemilihan alternatif jawaban yaitu menentukan lima, tujuh, Sembilan atau sebelas alternatif jawaban. Alternatif jawaban ini harus mudah dipahami dan harus sesuai dengan pernyataan. Instrument yang digunakan adalah angket skala ordinal yang berpedoman pada skala likert. Menurut (Sugiyono, 2018) “Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi, seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian, fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian. Angka skala likert ini menggunakan 5 alternatif jawaban dalam bentuk skor yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.6. Skor Jawaban Responden Terhadap Instrumen

	Alternatif Jawaban	Skor Jawaban	
		Pertanyaan Positif	Pertanyaan Negatif
		(+)	(-)
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

2. Pengembangan Kisi-Kisi Instrumen Kontrol Diri

Instrument Kontrol diri dikembangkan oleh peneliti didasarkan pada teori yang bertujuan untuk mengukur tingkat kontrol diri yang dialami siswa. Pengembangan instrument tersebut adalah dengan membuat kisi-kisi variabel, sub variabel menjadi indikator dan selanjutnya menyusun aspek yang telah di ukur untuk diuraikan menjadi butir-butir pernyataan dalam instrument, kemudian selanjutnya ditentukan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Pembuatan kisi-kisi instrument berdasarkan teori pada masing-masing variabel
- 2) Membuat indikator masing-masing variabel
- 3) Penyusunan butir-butir pernyataan, kemudian melakukan analisis rasional untuk melihat kesesuaian masing-masing butir dengan indikator variabel

serta ketetapan menyusun butir instrument terhadap aspek-aspek yang akan diteliti.

Tabel 3.7. Kisi-kisi Angket

Variabel	Indikator	Item
Kontrol diri	Kontrol perilaku	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan mengatur perilaku 2. Kemampuan mengendalikan situasi oleh diri sendiri. 3. Kemampuan mengendalikan keadaan/situasi menggunakan sumber eksternal.
	Kontrol kognitif	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan untuk mengolah cara berpikir. 2. Kemampuan untuk memilih. 3. Kemampuan untuk menilai dan mengantisipasi peristiwa.
	Mengontrol keputusan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan untuk dapat menentukan keputusan. 2. Kemampuan untuk dapat mengambil keputusan. 3. Kemampuan untuk dapat menganalisis keputusan.

3. Uji Coba Instrument

Instrument yang telah dibuat oleh peneliti akan dipertimbangi oleh dosen ahli dan selanjutnya akan di uji cobakan sebelum dipergunakan sebagai pengumpulan data. Uji cob aini digunakan untuk mengukur validitas dan reliabilitas instrument.

a) Uji Validitas

Validitas adalah “suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevaliditan atau kesahihan. Suatu instrumen yang valid mempunyai validitas yang tinggi namun sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah”. Adapun validitas instrumen dalam penelitian ini diuji cobakan pada siswa kelas XI Tkj 1 Smk YPK Medan, dengan jumlah responden siswa tahun ajaran 2022/2023 yang berlangsung April 2023.

Instrumen yang diuji validitas adalah skala likert yang berisikan tentang kecerdasan emosional siswa. Penelitian menggunakan validitas konstruk, yaitu bersifat konstruksi teoritis yang diukur oleh satu jenis alat ukur. Untuk mengetahui valid dan tidak valid instrumen peneliti melakukan uji coba instrumen. Pengelolaan data dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package For Sosial Science*) versi 20 dengan rumus kolerasi product moment dengan rumus sebagai berikut:

$$R_{XY} = \frac{N\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\}\{N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\}}}$$

Keterangan:

R_{XY} : Koefisien korelasi tes yang disusun dengan kriterium

X : Skor masing-masing responden variabel X (tes yang disusun)

Y : Skor masing-masing responden variabel Y (tes kriterium)

N : Jumlah responden

Kemudian, data yang telah didapatkan akan di uji validitas dan dianalisis dengan menggunakan tabel koefisien kolerasi. Dasar pengambilan uji validitas ini dengan membandingkan nilai r hitung dan r tabel. Di dalam menentukan layak dan tidaknya suatu item yang akan digunakan, biasanya dilakukan uji signifikansi koefisien korelasi pada taraf signifikansi 0,05 yang artinya suatu item dianggap valid jika berkorelasi signifikan terhadap skor total. Jika r hitung lebih besar dari r tabel dan nilai positif maka butir atau pertanyaan atau variabel tersebut dinyatakan valid. Sebaliknya, jika r hitung lebih kecil dari r tabel, maka butir atau pertanyaan atau variabel tersebut dinyatakan tidak valid.

Berdasarkan hasil analisis item dilakukan uji coba menunjukkan bahwa terdapat 13 item yang gugur dari 43 item yang diuji, dengan demikian angket kontrol diri penggunaan *Gadget* ini terdapat 30 item yang bisa digunakan dalam pengambilan data penelitian.

Tabel 3.8. Hasil Uji Validitas

No butir	r hitung	r tabel	Interprestasi
1	0,414	0,294	Valid
2	0,354	0,294	Valid
3	0,359	0,294	Valid
4	0,321	0,294	Valid
5	0,391	0,294	Valid
6	0,367	0,294	Valid
7	0,677	0,294	Valid
8	0,497	0,294	Valid
9	0,416	0,294	Valid
10	0,622	0,294	Valid
11	0,466	0,294	Valid
12	0,479	0,294	Valid
13	0,480	0,294	Valid
14	0,352	0,294	Valid
15	0,606	0,294	Valid

16	0,565	0,294	Valid
17	0,325	0,294	Valid
18	0,472	0,294	Valid
19	0,564	0,294	Valid
20	0,655	0,294	Valid
21	0,555	0,294	Valid
22	0,296	0,294	Valid
23	0,569	0,294	Valid
24	0,288	0,294	Valid
25	0,420	0,294	Valid
26	0,373	0,294	Valid
27	0,648	0,294	Valid
28	0,556	0,294	Valid
29	0,585	0,294	Valid
30	0,292	0,294	Valid

Apabila r hitung $>$ dari r tabel maka bernilai valid sedangkan apabila r hitung $<$ dari r tabel maka bernilai tidak valid.

b) Uji Reabilitas

Uji Reliabilitas Menurut (Sugiyono, 2009) reliabilitas adalah tingkat kemantapan atau konsistensi suatu alat ukur. (Suliyanto, 2005) mendefinisikan alat ukur yang reliabel adalah alat ukur yang mampu mengungkap data yang cukup dapat dipercaya. Alat ukur yang mantap dapat diandalkan, hasilnya bisa dapat menunjukkan tingkat ketepatan. Uji reliabilitas ini dilakukan jika seluruh item sudah valid. Dalam penelitian ini pengujian reliabilitas instrumen menggunakan rumus Alpha yang perhitungannya dibantu dengan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 26. Adapun rumus Alpha adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \frac{k}{k-1} \times \left\{ 1 - \frac{\sum s_i^2}{\sum st} \right\}$$

Keterangan:

r_{11} : Nilai reliabilitas

$\sum si$: Jumlah varians skor tiap-tiap item

st : Varians total

k : Jumlah item

Adapun untuk mempermudah responden dalam menjawab suatu pertanyaan dalam angket, peneliti menggunakan bentuk jawaban skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2009).

Berdasarkan perhitungan untuk mencari reabilitas tes diperlukan angket yang sudah valid yang telah dicari menggunakan uji validitas maka diperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 3.9 Reabilitas Test Output

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.901	30

Sehingga reabilitas yang diperoleh dari angket kontrol diri penggunaan *gadget* memiliki hasil $r_{11} = 0,901$ setelah dibandingkan dengan indeks korelasi termasuk dalam korelasi tinggi. Berdasarkan hasil penelitian dan skoring yang dilakukan pada angket kontrol diri penggunaan *gadget*.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan salah satu cara yang digunakan untuk mengelola data penelitian guna memperoleh suatu kesimpulan. Dengan analisis data, maka akan dapat membuktikan hipotesis dan menarik kesimpulan tentang masalah yang akan diteliti. Penentuan teknik analisis data dilakukan dengan

melihat karakteristik data. Data penelitian ini mempunyai karakteristik sebagai berikut: (1) berpasangan (pretest-posttest), (2) sampelnya kecil (subjek penelitian), dan (3) menggunakan eksperimen.

1. Deskripsi Data

Untuk menghitung rentang data tau interval, rumus yang dapat digunakan sebagai berikut

$$\text{Interval } k = \frac{\text{skor maksimum} - \text{skor minimum}}{\text{jumlah kategori}}$$

Perhitungan dalam menentukan skor atau interval skor dalam penelitian ini dapat diperhitungkan sebagai berikut:

$$\text{Interval } k = \frac{150 - 30}{5}$$

$$\text{Interval } k = 24$$

Selanjutnya peneliti menentukan kategorisasi untuk meningkatkan kontrol diri penggunaan *Gadget* yaitu sebagai berikut.

Tabel 3.10 Kategori Kontrol Diri Penggunaan Gadget

Kategori	Interval
Sangat Tinggi	>126
Tinggi	125-101
Sedang	100-76
Rendah	75-51
Sangat Rendah	<50

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang dilakukan oleh peneliti dapat dilihat melalui karakteristik data. Data penelitian ini berguna untuk mengembangkan variabel kontrol diri penggunaan *Gadget* sebagai berikut:

- 1) Berpasangan (pretest-posttest)
- 2) Sampelnya kecil (subjek penelitian yang datanya tidak berdistribusi normal)
- 3) Menggunakan penelitian eksperimen atau perlakuan

Berdasarkan karakteristik data, jumlah nilai yang di hitung sebanyak 16 siswa dan memperlihatkan skor awal (pretest). Teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah Wilcoxon Signed Ranks Test dan Kolmogrov Smirnov Two Independent Sampels, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Untuk dapat melihat perkembangan siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-regulated learning, dengan menggunakan bantuan program Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 26.
- b. Untuk dapat melihat academic burnout siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik analisis data Kolmogrov Smirnov Two Independent Sampels.

Adapun langkah-langkah uji hipotesis Wilcoxon Test dengan bantuan SPSS 26 adalah menentukan H_0 dan H_a yang kriteria keputusan pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

- a) Terima H_0 dan tolak H_1 apabila probabilitas (sig 1 – tailed) $>$ alpha ($\alpha = 0.05$)
- b) Tolak H_0 dan terima H_1 apabila probabilitas (sig 1 – tailed) $<$ alpha ($\alpha = 0.05$)

3. Perencanaan Penelitian

1) Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yang pengolahan datanya dilakukan dengan metode statistic. Dalam konteks penelitian ini, metode kuantitatif ditujukan untuk mengetahui perbedaan perubahan antara sebelum dilakukan Tindakan (treatment) dan sesudah dilakukan Tindakan. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen.

(Sugiyono, 2015) menjelaskan penelitian yang dilakukan untuk mencari pengaruh dari perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Eksperimen ini dilakukan untuk mengetahui efek dari suatu perlakuan, maka penelitian eksperimen ini merupakan penelitian yang bersifat predektif, ialah meramalkan akibat dari suatu perlakuan terhadap variabel terikatnya.

Penelitian ini menggunakan eksperimen semu (quasi experiment). Bentuk dari quasi experiment dalam penelitian ini adalah non equivalent control group design. Desain ini hampir sama dengan pretest-posttest control group design pada true experiment, tetapi pada design kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan sebab-akibat serta seberapa besar hubungan sebab-akibat tersebut dengan cara memberikan perlakuan-perlakuan tertentu pada kelompok eksperimen dan menyediakan kelompok kontrol untuk dibandingkan. Design

ini merupakan design yang dilakukan dengan pretest sebelum diberikan perlakuan dan posttest sesudah diberikan perlakuan kepada kelompok eksperimen dan kontrol.

Penelitian ini akan melibatkan perbedaan peningkatan kontrol diri penggunaan *gadget* dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata pada kelompok eksperimen, sedangkan pada kelompok kontrol hanya menggunakan layanan bimbingan kelompok saja media pembelajaran tebak kata.

1) Prosedur Eksperimen

Dalam prosedur ini, peneliti menentukan rancangan materi pemberian layanan bimbingan kelompok dengan media pembelajarantebak kata. Kegiatan ini dilaksanakan sebanyak 4 kali pertemuan dengan materi yang sudah ditentukan.

a. Pelaksanaan Kegiatan

a) Tahap Persiapan

Tahap persiapan ini merupakan tahap peneliti dalam menentukan instrument yang akan digunakan untuk mengetahui academic burnout siswa.

b) Memilih Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Dalam penelitian ini siswa akan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pretest dilaksanakan untuk memberikan instrument tentang academic burnout siswa yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol agar dapat menyetarakan diantara keduanya.

c) Pelaksanaan Eksperimen

Setelah mendapatkan hasil yang setara dari dilakukannya kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, langkah selanjutnya yaitu memberikan perlakuan, dimana peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan media pembelajaran tebak kata dan memberikan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan media pembelajaran tebak kata yang dimana memberikan materi yang sama dengan menyusun Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling (RPL BK).

d) Pelaksanaan Posttest

Setelah peneliti memberikan perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, selanjutnya siswa akan diberikan instrument academic burnout. Kemudian hasilnya akan di analisis sebagai perbandingan antara pretest dan posttest.

b. Pelaksanaan Penelitian**a) Izin Penelitian**

Prosedur pelaksanaan penelitian dapat dilakukan setelah mendapat persetujuan dari Dosen Pembimbing, mulai dari proses surat izin penelitian dari lembaga/instansi yang terkait, permohonan peneliti kepada pihak prodi, dan surat rekomendasi penelitian ini selanjutnya diserahkan ke pihak sekolah yakni SMK YPK Medan untuk melaksanakan kegiatan penelitian.

2) Pengadministrasian Posttest

Pengadministrasian posttest dilakukan untuk melihat hasil dari kegiatan siswa setelah melakukan layanan bimbingan kelompok. Pengadministrasian

posttest ini diberikan kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan tujuan agar dapat mengetahui perbedaan siswa yang mendapat perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata.

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Sekolah

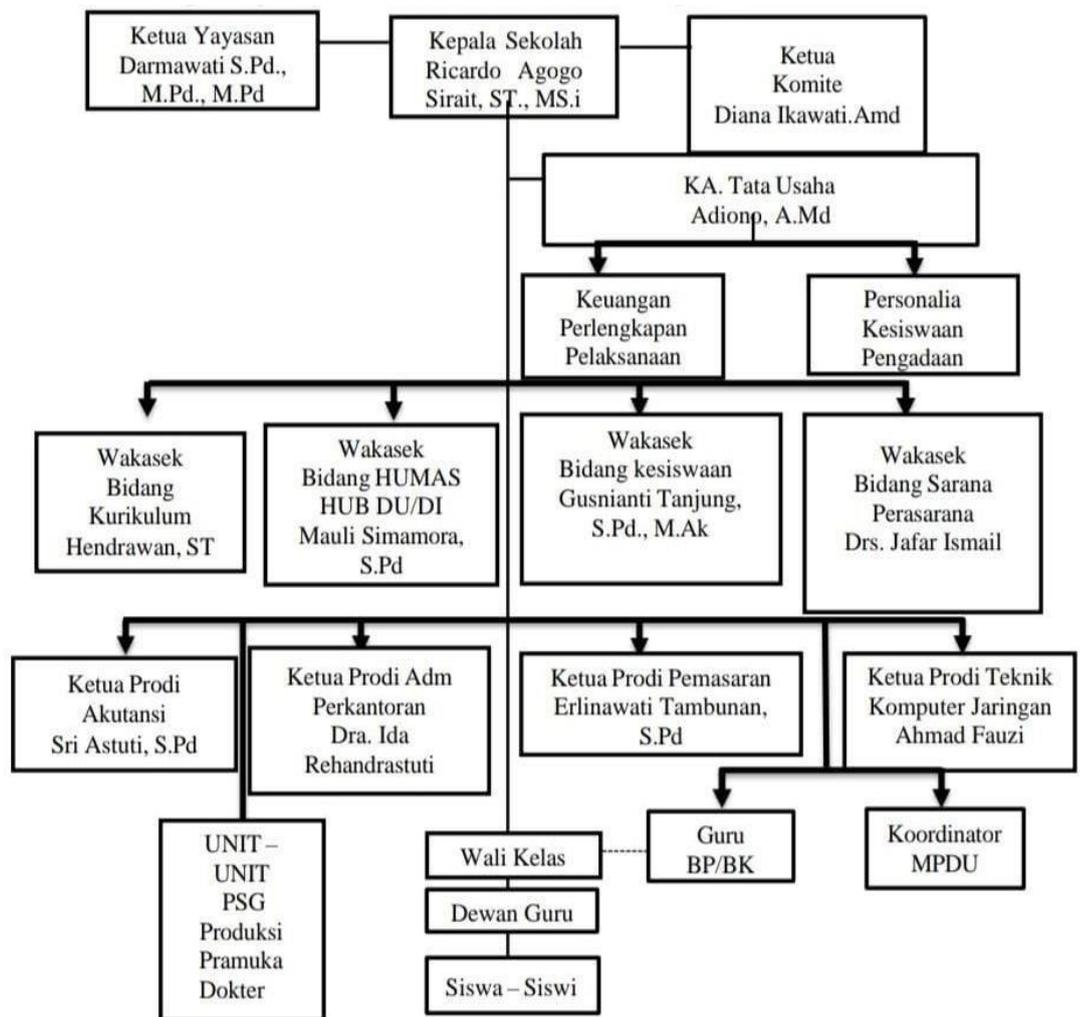
1. Profil Sekolah

- 1) Nama Sekolah : SMK YPK MEDAN
- 2) Alamat Sekolah : Jl. Sakti Lubis Gg Amal No. 25
- 3) Provinsi : Sumatera Utara
- 4) Kabupaten/Kota : Kota Medan
- 5) Kecamatan : Medan Kota
- 6) Desa/Kelurahan : Siti Rejo
- 7) Kode Pos : 20219
- 8) Nama Kepala Sekolah : Ricardo Agogo Sirait, ST.,M.Si
- 9) NPSN : 10211087
- 10) Status Sekolah : Swasta
- 11) Jenjang Pendidikan : SMK
- 12) Naungan : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
- 13) No. SK Pendirian : 300/105/A 1988
- 14) Tanggal SK Pendirian : 1988-07-01
- 15) No. SK Operasional : 420/429/dikmenjur/2016
- 16) Tanggal SK Operasional: 2016-03-24
- 17) Akreditasi : A
- 18) Status Kepemilikan : Yayasan
- 19) Fax : 617866558

- i. Meningkatkan lingkungan kerja yang kondusif.
- j. Menjalin kerjasama dengan DU/DI yang relevan.
- k. Menjadikan unit produksi sebagai tempat praktek siswa.

3. Struktur Organisasi SMK YPK MEDAN

Gambar 4.2 Struktur Organisasi Sekolah



4. Infrastruktur SMK YPK MEDAN

Tabel 4.1. Infrastruktur SMK YPK Medan

No	Keterangan Gedung	Jumlah	Keadaan/kondisi			
			Baik	Rusak Ringan	Rusak Berat	Ket
1	Ruang Kepala Sekolah	1	√			
2	Kantor Guru	1	√			
3	Ruang Tata Usaha	1	√			
4	Ruang BK	1	√			
5	Ruang Belajar	16	√			
6	Kantin	2	√			
7	Lapangan Upacara	1	√			
8	Lapangan basket	1	√			
9	Laboratorium Komputer	3	√			
10	Laboratorium OTKP	1	√			
11	Laboratorium Akuntansi	1	√			
12	Musolah	1	√			
13	Toilet Guru	1	√			
14	Toilet Siswa	2	√			
15	Tempat Parkiran	1	√			

5. Keadaan Siswa SMK YPK MEDAN

Untuk tahun pelajaran 2022/2023 SMK YPK MEDAN memiliki jumlah siswa/i sebanyak 409 siswa, dengan pembagian sebagai berikut:

Tabel 4.2 Jumlah Siswa SMK YPK Medan

No	Jurusan	Kelas					
		X		XI		XII	
		L	P	L	P	L	P
1	Akuntansi dan Keuangan Lembaga Negara (AKL)	4	14	5	34	2	22
2	Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran (OTKP)	-	32	-	55	-	39
3	Bisnis daring dan Pemasaran (BDP)	10	18	5	17	-	13
4	Teknik Komputer dan Jaringan (TKJ)	28	2	21	7	28	10
	TOTAL	42	66	31	113	30	84

6. Biaya Sekolah

Biaya SMK YPK MEDAN dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.3. Biaya Sekolah

No	Jurusan	Biaya SPP
1	Akuntansi Keuangan dan Lembaga (AKL)	Rp 375.000
2	Otomatisasi Tata Kelola Perkantoran (OTKP)	Rp 375.000

3	Bisnis Daring & Pemasaran	Rp 270.000
4	Teknik Komputer dan Jaringan (TKJ)	Rp 450.000

7. Ekstrakurikuler SMK YPK MEDAN

Ekstrakurikuler di SMK YPK MEDAN dapat dilihat dari tabel berikut ini:

No	Jenis Ekstrakurikuler
1	Marching Band
2	Paskibra
3	Pramuka
4	Seni Tari
5	Seni Drama
6	Renang
7	Futsal
8	Mengaji

B. Deskripsi Hasil Data Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK YPK Medan yang beralamatkan Jl. Sakti Lubis Gg Amal No. 25, Medan Kota, Medan yang menjadi subjek penelitian. Sebelum melakukan penyebaran angket dilakukannya observasi terlebih dahulu dimana untuk mengetahui siswa yang mengalami tingkat kontrol diri penggunaan *Gadget* yang menurun kemudian diberikan *treatment* yaitu melalui layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah kelas X

TKJ yang berjumlah 31 orang siswa. Jumlah siswa yang menjadi sampel dalam ini berjumlah 24 orang dengan 12 siswa untuk kelompok eksperimen dan 12 siswa untuk kelompok kontrol.

Setelah diberikan perlakuan layanan yang berbeda antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelas ini diberikan tes menggunakan angket *pretest* dan angket *posttest* yang sebelumnya sudah dilakukan uji validitas dan reabilitas. Tes ini dilakukan untuk mengukur tingkat kontrol diri penggunaan *gadget* antara kedua kelompok tersebut. Analisis data hasil tes *pretest-posttest* siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dilakukan setelah data terkumpul. Berikut disajikan analisis dan hasil perhitungan akhir tes *pretest* dan *posttest* siswa yang diberikan layanan.

1. Hasil Data *Pretest* dan *Posttest* pada kelompok kontrol

Tabel 4.4 Skor Pretest dan Posttest pada Kelompok Kontrol

NO	Kode Siswa	Pretest		Posttest	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	K1	92	Sedang	123	Tinggi
2	K2	100	Sedang	119	Tinggi
3	K3	90	Sedang	119	Tinggi
4	K4	71	Rendah	112	Tinggi
5	K5	101	Sedang	120	Tinggi
6	K6	81	Sedang	101	Tinggi
7	K7	99	Sedang	115	Tinggi
8	K8	76	Sedang	121	Tinggi
9	K9	83	Sedang	106	Tinggi
10	K10	93	Sedang	115	Tinggi

11	K11	68	Rendah	103	Tinggi
12	K12	73	Rendah	102	Tinggi
	Rata-rata	85,58	Sedang	113	Tinggi

Berdasarkan hasil pretest dari 12 orang siswa pada kelompok kontrol yang memiliki kontrol diri penggunaan *gadget* dalam kategori sedang 9 dan yang dalam kategori rendah 3. Sedangkan hasil posttest ada kelompok kontrol 12 dalam kategori tinggi.

Berdasarkan hasil pretest dan posttest diperoleh gambaran kontrol diri penggunaan *gadget* pada kelompok kontrol. Data hasil pretest dapat dilihat pada Tabel 4.5

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Variabel Kontrol Diri Penggunaan Gadget Kelompok Kontrol (Pretest dan Posttest)

Kategori	Interval	Pretest		Posttest	
		Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	>126	-	0%	-	0%
Tinggi	125-101	-	0%	12	100%
Sedang	100-76	9	75%	-	8%
Rendah	75-51	3	25%	-	0%
Sangat Rendah	<50	-	0%	-	0%
Jumlah		12	100%	12	100%

Berdasarkan Tabel 4.5 diketahui dari 12 siswa pada kelompok kontrol pada pretest pada kontrol diri penggunaan *gadget* dalam kategori sedang 8 dan kategori rendah 4, dimana siswa yang memiliki kontrol diri penggunaan *Gadget* pada kategori sedang 75% dan pada kategori rendah 25%. Dan pada kelompok kontrol

posttest diketahui dari 8 siswa pada kelompok kontrol pada kontrol diri penggunaan *gadget* dalam kategori tinggi 12 dimana siswa yang memiliki kontrol diri penggunaan *gadget* pada kategori tinggi 100%.

1. Hasil Data Pretest dan Posttest pada Kelompok Eksperimen.

Sesuai dengan tujuan dilakukannya *pretest* dan *posttest*, yaitu untuk mengetahui gambaran tentang kontrol diri penggunaan *Gadget* yang telah diberi perlakuan atau *treatmen*. Hasil *pretest* dan *posttest* yang diperoleh dianalisis menggunakan pengolahan data SPSS versi 26. Berikut disajikan kondisi *pretest* kontrol diri penggunaan *Gadget* pada kelompok eksperimen.

Tabel 4.6 Skor Pretest dan Posttest pada Kelompok Eksperimen

NO	Kode Siswa	Pretest		Posttest	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	K1	95	Sedang	132	Sangat tinggi
2	K2	98	Sedang	128	Sangat Tinggi
3	K3	100	Sedang	126	Sangat Tinggi
4	K4	60	Rendah	117	Tinggi
5	K5	100	Sedang	128	Sangat tinggi
6	K6	80	Sedang	130	Sangat Tinggi
7	K7	79	Sedang	126	Sangat tinggi
8	K8	94	Sedang	127	Sangat Tinggi
9	K9	96	Sedang	128	Sangat Tinggi
10	K10	99	Sedang	133	Sangat tinggi
11	K11	70	Rendah	118	Tinggi
12	K12	85	Sedang	129	Sangat Tinggi
	Rata-rata	88	Sedang	126,9	Sangat Tinggi

Berdasarkan hasil *pretest* dari 12 orang siswa pada kelompok eksperimen yang memiliki kontrol diri penggunaan *gadget* dalam kategori sedang 10 dan yang dalam

kategori rendah 2. Sedangkan hasil posttest ada kelompok eksperimen 2 kategori tinggi dan 10 kategori sangat tinggi.

Berdasarkan hasil pretest dan posttest diperoleh gambaran kontrol diri penggunaan *gadget* pada kelompok eksperimen. Data hasil pretest dapat dilihat pada Tabel 4.7.

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Variabel Kontrol Diri Penggunaan *Gadget* Kelompok Eksperimen (*Pretest dan Posttest*)

Kategori	Interval	Pretest		Posttest	
		Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	>126	-	0%	10	83%
Tinggi	125-101	-	0%	2	17%
Sedang	100-76	10	83%	-	0%
Rendah	75-51	2	17%	-	0%
Sangat Rendah	<50	-	0%	-	0%
Jumlah		12	100%	12	100%

Berdasarkan Tabel 4.7 diketahui dari 12 siswa pada kelompok eksperimen pada kontrol diri penggunaan *gadget* dalam kategori sedang 10 dan kategori rendah 2, dimana siswa yang memiliki kontrol diri penggunaan *gadget* pada kategori sedang 83% dan pada kategori rendah 17%. Dan pada kelompok eksperimen diketahui dari 12 siswa pada kelompok eksperimen pada kontrol diri penggunaan *gadget* dalam kategori tinggi 8 dan kategori sangat tinggi 4, dimana siswa yang memiliki kontrol diri penggunaan *gadget* pada kategori tinggi 17% dan pada kategori sangat tinggi 83%.

Perbandingan Skor Masing-masing Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol dan Eksperimen

Tabel 4.8 Skor Pretest Masing-Masing Kontrol Diri Penggunaan Gadget Kelompok Ekperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok Ekperimen			Kelompok Kontrol		
Kode siswa	Skor	Kategori	Kode siswa	Skor	Kategori
K1	95	Sedang	K1	92	Sedang
K2	98	Sedang	K2	100	Sedang
K3	100	Sedang	K3	90	Sedang
K4	60	Rendah	K4	71	Rendah
K5	100	Sedang	K5	101	Sedang
K6	80	Sedang	K6	81	Sedang
K7	79	Sedang	K7	99	Sedang
K8	94	Sedang	K8	76	Sedang
K9	96	Sedang	K9	83	Sedang
K10	99	Sedang	K10	93	Sedang
K11	70	Rendah	K11	68	Rendah
K12	85	Sedang	K12	73	Rendah
Rata-rata	88	Sedang	Rata-rata	85,58	Sedang

4.9 Skor Posttest Masing-Masing Kontrol Diri Penggunaan Gadget Kelompok Ekperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok Ekperimen			Kelompok Kontrol		
Kode siswa	Skor	Kategori	Kode siswa	Skor	Kategori
K1	132	Sangat tinggi	K1	123	Tinggi
K2	128	Sangat tinggi	K2	119	Tinggi
K3	126	Sangat tinggi	K3	119	Tinggi
K4	117	Tinggi	K4	112	Tinggi
K5	128	Sangat tinggi	K5	120	Tinggi
K6	130	Sangat tinggi	K6	101	Tinggi
K7	126	Sangat tinggi	K7	115	Tinggi
K8	127	Sangat tinggi	K8	121	Tinggi
K9	128	Sangat tinggi	K9	106	Tinggi
K10	133	Sangat tinggi	K10	115	Tinggi
K11	118	Tinggi	K11	103	Tinggi
K12	129	Sangat tinggi	K12	102	Tinggi
Rata-rata	126,9	Sangat tinggi	Rata-rata	113	Tinggi

C. Uji Hipotesis

Untuk menguji hipotesis dapat dilakukan dengan menggunakan uji non parametik dengan menggunakan rumus *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan menggunakan SPSS versi 26.0. Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* digunakan sebagai analisis dari pengamatan yang berpasangan dari dua data apakah kedua data

tersebut memiliki persamaan atau tidak. Sedangkan untuk data independen dapat digunakan rumus *Kolmogorov Smirnov 2 Independen Samples*. Berdasarkan metode perhitungan yang dilakukan di dalam rumus Wilcoxon Signed Rank Test, nilai-nilai yang di dapat adalah nilai mean rank dan sum of ranks dari kelompok negative ranks, positive ranks dan ties.

Negative ranks artinya sampel dengan nilai kelompok kedua (*posttest*) lebih rendah dari nilai kelompok pertama (*pretest*). Positive ranks artinya sampel dengan nilai kelompok kedua (*posttest*) lebih tinggi dari nilai kelompok pertama (*pretest*). Sedangkan ties adalah nilai kelompok kedua (*posttest*) sama besarnya dari nilai kelompok pertama (*pretest*). Symbol N menunjukkan jumlahnya. Mean rank adalah peringkat rata-ratanya. Dan sum of ranks adalah jumlah dari peringkatnya.

Adapun kriteria keputusan pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

- 1) Terima H_0 dan tolak H_1 apabila probabilitas (sig 2-tailed) $>$ alpha ($\alpha = 0.05$)
- 2) Tolak H_0 dan terima H_1 apabila probabilitas (sig 2-tailed) $<$ alpha ($\alpha = 0.05$)

1. Pengujian Hipotesis Pertama

Hipotesis pertama diajukan dalam penelitian ini adalah “Terdapat peningkatan tentang kontrol diri penggunaan *Gadget* pada kelompok eksperimen sebelum dan setelah diberikan perlakuan Layanan Bimbingan Kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata “. Pengujian hipotesis ini dilakukan dengan teknik analisis Wilcoxon Signed Ranks Test melalui program SPSS versi 26.0. Berdasarkan hal tersebut telah didapatkan hasil perhitungan seperti pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.10 Hasil Analisis Wilcoxon Signed Ranks Test Output

Perbedaan kontrol diri penggunaan Gadget pada Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen

Test Statistics^a	
	post test - pre test
Z	-3.059 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan 4.10 diatas terlihat bahwa angka probabilitas Asymp. Sig. (2-tailed) kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa pada kelompok eksperimen sebesar 0,002 atau probabilitas dibawah alpha 0,05 ($0,002 < 0,05$). Dari hasil tersebut maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, maka hipotesis pertama yang diuji dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu “Terdapat peningkatan yang terjadi pada kelompok eksperimen dan sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata”.

Selanjutnya untuk melihat arah perbedaan tersebut, apakah pretest atau posttest yang lebih tinggi dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.11

Arah Perbedaan Pretest dan Posttest Kontrol Diri Penggunaan Gadget

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
post test - pre test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	12 ^b	6.50	78.00
	Ties	0 ^c		
	Total	12		

a. post test < pre test

b. post test > pre test

c. post test = pre test

Berdasarkan tabel 4.11 nilai positif Ranks 12b berarti bahwa dari 12 responden kelompok eksperimen yang dilibatkan dalam perhitungan, semuanya mengalami peningkatan secara signifikan dari pretest ke posttest. Oleh karena itu, dapat diartikan bahwa kelompok eksperimen mengalami perubahan ataupun peningkatan kontrol diri penggunaan *Gadget* setelah mendapatkan perlakuan Layanan Bimbingan Kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata. Hal ini dapat dilihat dari hasil posttest lebih besar dari hasil pretest.

2. Pengujian Hipotesis Kedua

Hipotesis pertama diajukan dalam penelitian ini adalah “Terdapat peningkatan tentang kontrol diri penggunaan *Gadget* pada kelompok kontrol sebelum dan setelah diberikan perlakuan Layanan Bimbingan Kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata “. Pengujian hipotesis ini dilakukan dengan teknik analisis Wilcoxon Signed Ranks Test melalui program SPSS versi 26.0. Berdasarkan hal tersebut telah didapatkan hasil perhitungan seperti pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.12 Hasil Analisis Wilcoxon Signed Ranks Test Output

Perbedaan kontrol diri penggunaan Gadget pada Pretest dan Posttest Kelompok

Kontrol

Test Statistics^a	
	post test - pre test
Z	-3.065 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan 4.12 diatas terlihat bahwa angka probabilitas Asymp. Sig. (2-tailed) kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa pada kelompok eksperimen sebesar 0,002 atau probabilitas dibawah alpha 0,05 ($0,002 < 0,05$). Dari hasil tersebut maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, maka hipotesis pertama yang diuji dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu “Terdapat peningkatan yang terjadi pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata”.

Selanjutnya untuk melihat arah perbedaan tersebut, apakah pretest atau posttest yang lebih tinggi dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.13

Arah Perbedaan Pretest dan Posttest Kontrol Diri Penggunaan Gadget

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
post test - pre test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	12 ^b	6.50	78.00
	Ties	0 ^c		
	Total	12		

a. post test < pre test

b. post test > pre test

c. post test = pre test

Berdarkan tabel 4.13 nilai positif Ranks 12b berarti bahwa dari 12 responden kelompok kontrol yang dilibatkan dalam perhitungan, semuanya mengalami peningkatan secara signifikan dari pretest ke posttest. Oleh Karena itu, dapat diartikan bahwa kelompok kontrol mengalami perubahan ataupun peningkatan kontrol diri penggunaan *Gadget* setelah mendapatkan perlakuan Layanan Bimbingan Kelompok. Pada bagian deskripsi data terlihat bahwa

kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama mengalami peningkatan yang signifikan. Akan tetapi peningkatan jauh lebih tinggi pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol.

3. Pengujian Hipotesis ketiga

Hipotesis ketiga yang diuji pada bagian ini adalah “Terdapat perbedaan yang positif dan signifikan tentang kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan Layanan Bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata, sedangkan dengan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan Layanan Bimbingan Kelompok”. Untuk menguji ketiga hipotesis ini juga menggunakan program SPSS versi 26.0 dengan teknik Kolmogrov Smirnov 2 Independen Sampels. Berdasarkan teknik tersebut didapatkan hasil pengujian seperti tabel dibawah ini :

Tabel 4.14

Hasil Analisis Komolgrov Smirnov 2 Idependen Samples Kontrol Diri

Penggunaan Gadget Siswa Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol

Test Statistics^a		Hasil
Most Extreme Differences	Absolute	.833
	Positive	.000
	Negative	-.833
Kolmogorov-Smirnov Z		2.041
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000

a. Grouping Variable: Kelompok

Berdasarkan tabel 4.14, maka dapat dilihat bahwa skor Z untuk uji data adalah 0,000 dengan angka probability *Asymp.Sig (2-tailed)* kontrol diri

penggunaan *Gadget* siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah 0,000 atau probabilitas dibawah 0,05 ($0,000 < 0,05$). Dari hasil tersebut maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, dengan demikian maka hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu “terdapat perbedaan yang positif dan signifikan tentang kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata dengan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok.

D. Pembahasan

Temuan penelitian adalah terdapat peningkatan kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selanjutnya, untuk lebih memahami secara konseptual hasil penelitian, maka dilakukan pembahasan terhadap hasil penelitian.

1. Gambaran Kontrol Diri Penggunaan *Gadget*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada saat pretest tingkat kontrol diri penggunaan *Gadget* pada kelas X TKJ 1 berada dalam kategori sedang. Setelah diberikan perlakuan yaitu dengan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata pada kelompok eksperimen dan tidak berikan perlakuan yaitu dengan memberikan layanan bimbingan kelompok saja pada kelompok kontrol dilihat dari hasil posttest terjadinya peningkatan kontrol diri penggunaan *Gadget* dalam kategori tinggi dan sangat tinggi.

2. Perbedaan Kontrol Diri Penggunaan *Gadget* pada Kelompok Eksperimen (Pretest dan Posttest)

Dilihat dari observasi awal dan pelaksanaan pretest yang dilakukan pada siswa dimana masih kurangnya tingkat kontrol diri penggunaan *Gadget* pada siswa sehingga dilakukannya pemberian layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media tebak kata guna meningkatkan dinamika kelompok yang terjadi pada saat dilakukannya layanan bimbingan kelompok. Dan sesuai dengan hasil yang didapatkan setelah pelaksanaan layanan tersebut dengan hasil posttest yang meningkat dalam kategori tinggi.

Dalam proses pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok menggunakan media pembelajaran tebak kata, dimana siswa sangat antusias untuk menebak kata yang ada kartu yang telah disediakan dan membuat siswa berpikir bagaimana cara untuk bisa menebak kata tersebut yang berkaitan dengan *Gadget*. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata benar memberikan dampak yang baik bagi siswa, serta dapat memberikan pemahaman mereka tentang kontrol diri penggunaan *Gadget*.

3. Perbedaan Kontrol Diri Penggunaan *Gadget* Siswa Pada Kelompok Kontrol (Pretest Dan Post Testtest)

Pada layanan ini kelompok kontrol hanya diberikan Layanan Bimbingan Kelompok saja, tanpa diberikan perlakuan dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata yang berkaitan dengan kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa yang rendah sehingga tidak banyak melibatkan keaktifan siswa dalam

mengembangkan wawasan dan pikiran seperti halnya kelompok eksperimen. Sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok pada kelompok kontrol ini, terdapat perbedaan kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa pada saat pretest dan posttest, namun perbedaan tersebut tidak meningkat seperti kelompok eksperimen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan skor penyesuaian diri peserta didik pada pretest dan posttest pada kelompok kontrol tidak terlalu besar dibandingkan kelompok eksperimen. Pemberian layanan bimbingan kelompok pada siswa untuk kelompok kontrol juga baik dilaksanakan, akan tetapi proses pelaksanaannya membuat kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa belum maksimal.

Hal ini diketahui saat pengamatan yang terlihat pada siswa yang diam dan mendengarkan saja tentang apa yang dijelaskan, siswa kurang bersemangat saat diberikan layanan. Disebabkan karena pemberian layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan media pembelajaran tebak kata yang memberikan rasa senang serta membangkitkan antusias mereka pada saat menebak kata yang ada dikartu tersebut juga membuat siswa berpikir cepat dan tepat dalam memberi clue jawaban serta menebak kata tersebut. Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan media pembelajarantebak kata juga efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri peserta didik, hal ini dapat terlihat dari hasil rata-rata skor kelompok kontrol yang awalnya berada pada kategori Rendah menjadi tinggi.

4. Perbedaan Kontrol Diri Penggunaan *Gadget* Siswa Pada Kelompok Kontrol Dan Eksperimen

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan peserta didik kelompok eksperimen yang diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata dengan kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan media pembelajaran tebak kata. Hal ini dapat dilihat dari rata-rata posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan skor diatas dapat dilihat skor rata-rata antara posttest kelompok eksperimen lebih besar daripada kelompok kontrol. Walaupun jumlah tersebut tidak jauh berbeda. Namun, hal ini tentu terdapat perbedaan yang signifikan, yang mana layanan bimbingan kelompok dengan media pembelajaran tebak kata lebih efektif dari pada layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan media pembelajaran tebak kata. Hal ini disebabkan adanya komponen-komponen dalam layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata yang menjadi keunggulan dalam meningkatkan kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa.

Media pembelajaran tebak kata ini membantu para siswa untuk berpikir dan mencari kata apa yang sudah dikode dengan teman kelompoknya juga dan juga adanya kesinambungan sesuai dengan penelitian untuk mengelola serta mengendalikan diri siswa dalam membuat keputusan jawaban. Pada perlakuan Layanan Bimbingan Kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata mampu membantu siswa untuk mengoptimalkan serta dapat membantu adanya peningkatan kontrol diri penggunaan *Gadget* dan siswa dapat

lebih aktif serta semangat untuk mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok yang dilakukan. Sedangkan pada kelompok kontrol dimana hanya memberikan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan media pembelajaran tebak kata berjalan seperti monoton saja, dimana para siswa hanya melihat saja serta tidak turut aktif bertanya maupun merespon ketika peneliti menjelaskan materi yang diberikan.

Berdasarkan penjelasan diatas, sebagai Guru BK atau Konselor seharusnya mampu untuk memberikan pelayanan dan konseling kreatif kepada siswa khususnya pada saat memberikan layanan bimbingan kelompok, hal ini dilakukan untuk menumbuhkan rasa percaya diri serta keaktifan dan semangat siswa untuk mengikuti kegiatan layanan yang diberikan. Jadi, data yang telah dianalisis dapat disimpulkan bahwa Layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan menggunakan media pembelajaran tebak kata lebih efektif untuk meningkatkan kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa. Keefektifan ini dapat dilihat dari jumlah hasil keseluruhan analisis yang telah dilakukan, skor penyesuaian diri pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

E. Keterbatasan Penelitian

Suatu penelitian dapat dikatakan sempurna jika sesuai dengan perencanaan dan telah memuhi syarat penelitian. Namun, dapat terjadi keterbatasan dalam penelitian, baik yang bersumber dari peneliti, subjek penelitian maupun lain sebagainya. Adapun keterbatasan yang dialami oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya mengukur 1 kali pretest dan satu kali posttest sehingga rancangan eksperimen pada penelitian ini kurang menyakinkan dalam mengukur ketepatan variabel. Jadi, tidak bisa dipastikan keefektifan dilaksanakan diluar kelompok subjek penelitian ini, berhasil karena perlakuan atau karena faktor internal dan eksternal lainnya.
2. Peneliti hanya mampu melihat kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa dan hanya memamparkan hasil pretest dan posttest subjek penelitian, tanpa adanya pendalaman pengamatan untuk melihat perubahan siswa secara mendalam.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian yang peneliti lakukan di SMK YPK Medan pada kelas X TKJ mengenai kontrol diri penggunaan *Gadget*, maka dapat disimpulkan bahwa sebagai berikut:

1. Gambaran kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dalam kategori sedang 10 dan kategori rendah 2, dimana siswa yang memiliki kontrol diri penggunaan *Gadget* pada kategori sedang 83% dan pada kategori rendah 17%.
2. Gambaran kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok kontrol dalam kategori sedang 8 dan kategori rendah 4, dimana siswa yang memiliki kontrol diri penggunaan *Gadget* pada kategori sedang 75% dan pada kategori rendah 25%.
3. Gambaran kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dalam kategori kategori tinggi 8 dan kategori sangat tinggi 4, dimana siswa yang memiliki kontrol diri penggunaan *Gadget* pada kategori tinggi 17% dan pada kategori sangat tinggi 83%.
4. Gambaran kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok kontrol dalam kategori kategori tinggi

12 dimana siswa yang memiliki kontrol diri penggunaan *Gadget* pada kategori tinggi 100%

5. Penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata meningkatkan . Hal tersebut dapat dilihat melalui tabel 4.7 skor *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen. Dalam tabel tersebut menjelaskan bahwa kontrol diri penggunaan *Gadget* meningkat setelah diberikan perlakuan, yakni pada saat *pretest* memperoleh hasil rata-rata 88 dengan kategori sedang. Setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata siswa mengalami peningkatan yang memperoleh hasil rata-rata 126,9 dengan kategori sangattinggi.
6. Perbedaan kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata dapat dilihat pada pengujian hipotesis menggunakan rumus Wilcoxon Signed Rank Test dengan menggunakan SPSS versi 26.0. Dengan hasil pengujian hipotesis menggunakan rumus Wilcoxon Signed Rank Test yang telah dilakukan peneliti, dapat diketahui bahwa hasil dari perhitungan Wilcoxon Signed Rank Test dengan *probabilitas Asymp. Sig. (2 tailed)* siswa pada kelompok eksperimen sebesar 0,002 dan kelompok kontrol sebesar 0,002 atau *probabilitas* dibawah alpha 0,05 dimana $(0,002 < 0,05)$ dan $(0,002 < 0,05)$. Dari hasil tersebut maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, maka terdapat perbedaan yang positif dan signifikan antara kelompok eksperimen dan

kelompok kontrol *pretest* dan *posttest* sebelum dan sesudah diberi perlakuan.

7. Untuk menguji kedua hipotesis, juga menggunakan program SPSS versi 26.0 dengan rumus *Kolmogorov Smirnov Two Independent Sampels*. Dapat disimpulkan bahwa diperoleh nilai Asymp Sig kurang dari α ($0,000 < 0,05$). Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil kontrol diri penggunaan *Gadget* kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok.

B. Saran

Berdasarkan hasil analisis, pembahasan dan kesimpulan dalam penelitian yang telah dikemukakan, ada beberapa saran sebagai tindak lanjut dari penelitian ini, antara lain sebagai berikut:

1. Bagi Guru

Bagi Guru disarankan untuk membuat suatu pembelajaran yang menarik antusias siswa agar pembelajaran tidak monoton dan berjalan dengan aktif .

2. Bagi Prodi Bimbingan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan dalam mengembangkan suatu keterampilan mengajar bagi calon guru BK/Mahasiswa/I dalam melaksanakan layanan kegiatan kelompok pada peserta didik.

3. Bagi peneliti lainnya

Penelitian ini dapat dikembangkan sebagai penelitian lanjutan terkait dengan masalah kontrol diri penggunaan *Gadget*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A.(2020), Pengaruh penggunaan *Gadget* terhadap perilaku remaja dalam keluarga., Volume 05 Nomor 02, 2020
- Andriani, I. D., & Dewi, R. M. (2021). Pengembangan Media Pembelajaran Tebak Kata Pada Materi Bank Sentral, Sistem Pembayaran dan Alat Pembayaran. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 9(2), 65–71.
- Antonius Simamora. (2016). Persepsi Orang Tua Terhadap Dampak Penggunaan *Gadget* Pada Anak Usia Pendidikan Dasar Di Perumahan Bukit Kemiling Permai Kecamatan Kemiling Bandar Lampung. Skripsi. Tidak Diterbitkan. FKIP Universitas Lampung. Bandar Lampung.
- Arsyad, Azhar. (2014). Media Pembelajaran. Depok :PT Rajafindo Persada
- Chusna, p. (2017). pengaruh media *Gadget* pada perkembangan karakter anak.
- Bakar Abu. 2011. *Dasar-dasar Konseling*. Bandung: Cita pustaka Media Perintis.
- Bachri Thalib, S. (2010). Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif (1st ed.). Jakarta: Kencana, Prenada Media.
- Debora, N., & Sukmawati, I. (2021). Hubungan Kontrol Diri Dengan Penggunaan *Gadget* Siswa SMA. *Jurnal Neo Konseling*, 3(3).
- Dwi Marsela, R., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69.
- Fitriana, S. (2018). *self management terhadap kontrol diri siswa dalam penggunaan handphone kelas xi sma mardisiswa* (vol. 5, issue 1).

- Ghufron, Risnawati. 2019. Teori-teori psikologi. Yogyakarta: Arruz-media.
- Ita Musfirowati Hanika, “Fenomena Phubbing di Era Milenia (Ketergantungan Seseorang pada Smartphone terhadap Lingkungannya,” *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi* 4, No 1, 2015, hal. 43
- Juliadi. (2018). Penyebab Penggunaan *Gadget* Pada Remaja. Skripsi. Tidak Diterbitkan. FKIP Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Riau Kepulauan Batam.
- M. Nur Ghufon & Rini Risnawita S, Teori-teori Psikologi, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2011) hal 22
- Nurlaelah Syarif, Pengaruh Perilaku Pengguna Smartphone Terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa SMK IT Airlangga Samarinda, (*eJurnal Ilmu Komunikasi Univ. Mulawarman*, 2015), hal. 218
- Pavithra, M., Madhukumar, S., & Murthy, M. (2015). a Study On Nomophobia - Mobile Phone Dependence, Among Students of a Medical College in Bangalore. *Original Article*, 6(2), 340–344.
- Putri, M.S., Daharnis., & Zikra. (2017). Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Membolos Siswa. *Konselor*, 6 (1)
- Pranoto, H. (2016). *Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Sma Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara. 1(1)*, 100–111.
- Rusmana, Nandang. 2009. Bimbingan Dan Konseling Kelompok Di Sekolah (Metode, Teknik Dan Aplikasi). Bandung: Rizqi Press.

- Said, A. dan Budimanjaya. A. 2015. 95 Strategi Mengajar Multiple Intelligences. Jakarta : Prenada Media Group.
- Sulasmu, R. E., Unila, F., Sumantri, J. P., No, B., Program, B. L., Fakultas, P., Dan, K., & Pendidikan, I. (n.d.). *Peningkatan motivasi belajar melalui kelompok dengan permainan smp negeri 5 natarlampung selatan.*
- Suyatno. 2009. Menjelajah Pembelajaran Inovatif. Jawa Timur: Masmmedia Buana Pustaka
- Syamsiyah, N., & Wedyawati, N. (2016). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tebak Kata Pesawat Sederhana Kelas V. *Vox Edukasi*, 8(1), 30–41.
- Syerif Nurhakim, Dunia Komunikai dan *Gadget*, (Jakarta: Bestari Buana Murni, 2005), hal. 41
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.
- Suliyanto. (2005). *Analisis Data Dalam Aplikasi Pemasaran*. Ghalia Indonesia.
- Tohirin. (2008). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Raja Grafindo Persada.
- Ummu Syaroh A.(2019) (n.d.). *Faktor kontrol diri dalam penggunaan Gadget (smartphone) pada siswa* (vol. 6).

LAMPIRAN

LAMPIRAN 01

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN DAN KONSELING
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023

Satuan Pendidikan	SMK YPK Medan
Kelas/Semester	X/Genap
Komponen Layanan	Layanan Dasar
Bidang Bimbingan	Belajar
Jenis Layanan	Bimbingan Kelompok
Tempat Pelaksanaan	Kelas
Alokasi Waktu	2 x 30 menit
Pertemuan	1

1.	Topik Bahasan	Pemberian informasi kepada siswa tentang kurangnya kontrol diri penggunaan gadget yang dialami siswa.
2.	Fungsi Layanan	Pengentasan dan Pengembangan
3.	Tujuan Layanan	Siswa mendapatkan informasi mengenai kontrol diri dalam penggunaan gadget serta menangani bagaimana mampu mengendalikan diri terhadap penggunaan gadget tersebut.
4.	Sasaran Layanan	Peserta Didik Kelas X TKJ
5.	Metode	Diskusi, tanya jawab, dan game
6.	Pelaksanaan Kegiatan Layanan	
	a. Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor membuka pertemuan dengan mengucapkan salam 2) Menerima anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih atas kesediaan konseli mengikuti kegiatan 3) Konselor meminta salah satu konseli untuk memimpin doa 4) Menjelaskan tujuan yang akan dicapai melalui layanan Bimbingan Kelompok 5) Konselor memperkenalkan diri kepada konseli dan konseli memperkenalkan dirinya satu persatu dengan game 6) Konselor membangun <i>rapport</i>
	b. Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor membuka percakapan netral 2) Konselor menyampaikan susunan kegiatan yang akan dilakukan dalam pertemuan ini 3) Konselor meminta pendapat konseli tentang waktu yang akan dilakukan 4) Konselor memberikan <i>ice breaking</i> untuk membuat kegiatan semakin semangat 5) Konselor menjelaskan tujuan pertemuan dan tahapan kegiatan yang akan di lakukan

		6) Konselor menjelaskan asas kegiatan 7) Konselor menanyakan kesiapan konseli untuk memasuki tahap selanjutnya atau kegiatan selanjutnya
	c. Kegiatan	1) Konselor memberikan gambaran tentang masalah yang dialami konseli tentang kontrol diri dan penggunaan gadget. 2) Konselor memberikan informasi untuk memperkuat keyakinan konseli bahwa permasalahan mengontrol diri secara menurun dalam menggunakan gadget itu masalah yang harus ditangani, seperti kelebihan dan kekurangan gadget. 3) Konselor meyakinkan konseli untuk menyadari bahwa kurangnya pengontrolan diri dalam menggunakan gadget yang dimiliki.
	d. Pengakhiran	1) Konselor merefleksikan kembali kegiatan yang telah dilakukan 2) Menjelaskan bahwa kegiatan BKP akan diakhiri 3) Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing 4) Pembahasan kegiatan lanjutan 5) Pesan serta tanggapan anggota kelompok 6) Ucapan terima kasih 7) Berdoa
7.	Evaluasi	Pengamatan terhadap perkembangan konseli serta evaluasi terhadap materi yang telah di diskusikan
8.	Tindak Lanjut	Proses penilaian melalui skala

Medan, Juni 2023

Mengetahui

Guru Bimbingan dan Konseling

Dede Dermawan Lenar, S.Pd

Peneliti

Tria Ifna
NPM. 1902080038

Menyetujui

Kepala SMK YPK Medan



Ricardo Agogo Sirait, ST., M.Si
NRKS. 4902310720760241155245

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN DAN KONSELING
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023

Satuan Pendidikan	SMK YPK Medan
Kelas/Semester	X/Genap
Komponen Layanan	Layanan Dasar
Bidang Bimbingan	Belajar
Jenis Layanan	Bimbingan Kelompok
Tempat Pelaksanaan	Kelas
Alokasi Waktu	2 x 30 menit
Pertemuan	2

1.	Topik Bahasan	Evaluasi diri dan monitoring
2.	Fungsi Layanan	Pengentasan dan Pengembangan
3.	Tujuan Layanan	Siswa memiliki reaksi diri yang positif untuk menilai kekurangan serta kelebihan melalui keterampilan atau kemampuan dalam hal evaluasi diri dan monitoring
4.	Sasaran Layanan	Peserta Didik Kelas X TKJ
5.	Metode	Diskusi, tanya jawab, dan game
6.	Pelaksanaan Kegiatan Layanan	
	a. Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor membuka pertemuan dengan mengucapkan salam 2) Menerima anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih atas kesediaan konseli mengikuti kegiatan 3) Konselor meminta salah satu konseli untuk memimpin doa 4) Menjelaskan tujuan yang akan dicapai melalui layanan Bimbingan Kelompok 5) Konselor memperkenalkan diri kepada konseli dan konseli memperkenalkan dirinya satu persatu dengan game 6) Konselor membangun <i>rapport</i>
	b. Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor membuka percakapan netral 2) Konselor menyampaikan susunan kegiatan yang akan dilakukan dalam pertemuan ini 3) Konselor meminta pendapat konseli tentang waktu yang akan dilakukan 4) Konselor memberikan <i>ice breaking</i> untuk membuat kegiatan semakin semangat 5) Konselor menjelaskan tujuan pertemuan dan tahapan kegiatan yang akan dilakukan 6) Konselor menjelaskan asas kegiatan 7) Konselor menanyakan kesiapan konseli untuk

		memasuki tahap selanjutnya atau kegiatan selanjutnya
	c. Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor menggali informasi yang diketahui konseli tentang gadget 2) Konselor mengarahkan siswa melakukan evaluasi diri tentang pemahaman dalam menggunakan gadget, kelebihan dan kekurangan gadget. 3) Konselor mengarahkan siswa untuk menyadari apakah sudah tingkat kontrol diri konseli mengalami penurunan. 4) Konselor membebaskan konseli untuk berpendapat mengenai gadget dan penggunaan diri konseli.
	d. Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor merefleksikan kembali kegiatan yang telah dilakukan 2) Konselor memberikan tugas rumah untuk mencatat semua hal yang berhubungan dengan kepercayaan diri 3) Pembahasan kegiatan lanjutan 4) Konselor menutup pertemuan dengan mengucapkan terima kasih 5) Berdoa
6.	Evaluasi	Pengamatan terhadap perkembangan perilaku konseli serta evaluasi terhadap materi yang telah di diskusikan
7.	Tindak Lanjut	Proses penilaian melalui lembar kerja

Medan, Juni 2023

Mengetahui

Guru Bimbingan dan Konseling

Dede Dermawan Lenar, S.Pd

Peneliti

Tria Ifna
NPM. 1902080038

Menyetujui

Kepala SMK YPK Medan



Ricardo Arago Sirait, ST., M.Si
NRK. 1902310720760241155245

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN DAN KONSELING
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023

Satuan Pendidikan	SMK YPK Medan
Kelas/Semester	X/Genap
Komponen Layanan	Layanan Dasar
Bidang Bimbingan	Belajar
Jenis Layanan	Bimbingan Kelompok
Tempat Pelaksanaan	Kelas
Alokasi Waktu	2 x 30 menit
Pertemuan	3

1.	Topik Bahasan	Kontrol diri penggunaan gadget menggunakan media pembelajaran tebak kata
2.	Fungsi Layanan	Pengentasan dan Pengembangan
3.	Sasaran Layanan	Peserta Didik Kelas X TKJ
4.	Metode	Diskusi, tanya jawab, media tebak kata
5.	Pelaksanaan Kegiatan Layanan	
	a. Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor membuka pertemuan dengan mengucapkan salam 2) Menerima anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih atas kesediaan konseli mengikuti kegiatan 3) Konselor meminta salah satu konseli untuk memimpin doa 4) Menjelaskan tujuan yang akan dicapai melalui layanan Bimbingan Kelompok 5) Konselor memperkenalkan diri kepada konseli dan konseli memperkenalkan dirinya satu persatu dengan game 6) Konselor membangun <i>rapport</i>
	b. Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor membuka percakapan netral 2) Konselor menyampaikan susunan kegiatan yang akan dilakukan dalam pertemuan ini 3) Konselor meminta pendapat konseli tentang waktu yang akan dilakukan 4) Konselor memberikan <i>ice breaking</i> untuk membuat kegiatan semakin semangat 5) Konselor menjelaskan tujuan pertemuan dan tahapan kegiatan yang akan di lakukan 6) Konselor menjelaskan asas kegiatan 7) Konselor menanyakan kesiapan konseli untuk memasuki tahap selanjutnya atau kegiatan selanjutnya

	c. Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor memberikan layanan dengan menggunakan media pembelajaran media tebak kata mengenai gadget dan kurangnya kontrol diri 2) Konselor menginstruksikan kepada konseli untuk menyampaikan dan menebak kata yang ada dikartu tebak kata tersebut. 5) Konselor memberi informasi dan menyimpulkan mengenai kontrol diri dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata yang nantinya bertujuan untuk mengetahui sejauh mana konseli memahami tentang gadget .
	d. Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor merefleksikan kembali kegiatan yang telah dilakukan 2) Pembahasan kegiatan lanjutan 3) Konselor menutup pertemuan dengan mengucapkan terima kasih 4) Berdoa
6.	Evaluasi	Pengamatan terhadap perkembangan perilaku konseli serta evaluasi terhadap materi yang telah di diskusikan
7.	Tindak Lanjut	Proses penilaian melalui lembar kerja berupa kartu kontrol

Medan, Juni 2023

- Mengetahui

Guru Bimbingan dan Konseling

Dede Dermawan Lenar, S.Pd

Peneliti


 Tria Ifna
 NPM. 1902080038

Menyetujui

Kepala SMK YPK Medan



Ricardo Agogo Sirait, ST., M.Si
 NRKS. 1902310720760241155245

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN DAN KONSELING
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

Satuan Pendidikan	SMK YPK Medan
Kelas/Semester	X/Genap
Komponen Layanan	Layanan Dasar
Bidang Bimbingan	Belajar
Jenis Layanan	Bimbingan Kelompok
Tempat Pelaksanaan	Kelas
Alokasi Waktu	2 x 30 menit
Pertemuan	4

1.	Topik Bahasan	Memonitor hasil layanan
2.	Fungsi Layanan	Pengentasan dan Pengembangan
3.	Sasaran Layanan	Peserta Didik Kelas X TKJ
4.	Metode	Diskusi, tanya jawab, dan game
5.	Pelaksanaan Kegiatan Layanan	
	a. Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor membuka pertemuan dengan mengucapkan salam 2) Menerima anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih atas kesediaan konseli mengikuti kegiatan 3) Konselor meminta salah satu konseli untuk memimpin doa 4) Menjelaskan tujuan yang akan dicapai melalui layanan Bimbingan Kelompok 5) Konselor memperkenalkan diri kepada konseli dan konseli memperkenalkan dirinya satu persatu dengan game 6) Konselor membangun <i>rapport</i>
	b. Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor membuka percakapan netral 2) Konselor menyampaikan susunan kegiatan yang akan dilakukan dalam pertemuan ini 3) Konselor meminta pendapat konseli tentang waktu yang akan dilakukan 4) Konselor memberikan <i>ice breaking</i> untuk membuat kegiatan semakin semangat 5) Konselor menjelaskan tujuan tujuan pertemuan dan tahapan kegiatan yang akan di lakukan 6) Konselor menjelaskan asas kegiatan 7) Konselor menanyakan kesiapan konseli untuk memasuki tahap selanjutnya atau kegiatan selanjutnya
	c. Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor menanyakan kembali tentang pemahaman

		tentang materi yang disampaikan pertemuan lalu mengenai kontrol diri penggunaan gadget 2) Konselor menyimpulkan dan memberi informasi mengenai berbagai macam cara untuk mengendalikan diri dalam menggunakan gadget secara tepat, fungsi dan kegunaannya.
	d. Pengakhiran	1) Konselor merefleksikan kembali kegiatan yang telah dilakukan 2) Pembahasan kegiatan lanjutan 3) Konselor menutup pertemuan dengan mengucapkan terima kasih 4) Berdoa
6.	Evaluasi	Pengamatan terhadap perkembangan perilaku konseli serta evaluasi terhadap materi yang telah di diskusikan
7.	Tindak Lanjut	Proses penilaian melalui skala

Medan, Juni 2023

Mengetahui

Guru Bimbingan dan Konseling



Dede Dermawan Lenar, S.Pd

Peneliti


Tria Ifna
NPM. 1902080038

Menyetujui

Kepala SMK YPK Medan

Ricardo Agogo Sirait, ST., M.Si
NRKS. 1902310720760241155245

MATERI

Kurangnya Kontrol Diri dalam Penggunaan Gadget Siswa Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Menurut Ghufron dan Risnawati (2011:25-26) Kontrol diri merupakan suatu aktifitas pengendalian tingkah laku, pengendalian tingkah laku mengandung makna melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Situasi disini menyangkut hal yang sangat luas peristiwa dan segala hal yang akan di timbulkan oleh peristiwa tersebut.

Menurut Calhoun dan Acocella (dalam Ghufron 2011), Mendefenisikan bahwa kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan prilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses-proses fisik, psikologis, dan prilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Menurut Goldfried dan Merbaum (dalam Ghufron 2011), Kontrol diri di artikan sebagai satu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk prilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif.

2. Jenis-jenis Kontrol Diri

1. Kontrol Prilaku (Behaviour control)

Kontrol prilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan.

2. Kontrol Kognitif (Cognitive Control)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan

3. Mengontrol Keputusan (Decisional control)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada suatu yang di yakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Berdasarkan uraian dan penjelasan di atas, maka untuk mengukur control diri biasanya digunakan aspek-aspek seperti di bawah ini.

- 6) Kemampuan mengontrol perilaku
- 7) Kemampuan mengontrol stimulus
- 8) Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian.
- 9) Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian.
- 10) Kemampuan mengambil keputusan.

3. Pengertian penggunaan *Gadget*

Berdasarkan pengertian ini *Gadget* adalah media komunikasi yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan. Pada akhirnya kita dapat menarik kesimpulan bahwasanya *gadget* yang paling canggih dan diterima oleh masyarakat di seluruh Negara adalah handphone atau smartphone. Dengan kecanggihan yang

dimilikinya handphone mampu menjadi *gadget* dengan penjualan nomor satu di dunia, serta mampu memberikan kemudahan bagi manusia tidak hanya pada kecanggihan komunikasi tetapi juga mempermudah pekerjaan-pekerjaan manusia dan dapat menjadi hiburan.

Gadget merupakan alat komunikasi modern yang memiliki berbagai fungsi canggih. Alat ini juga didefinisikan sebagai alat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus dengan unit kerja yang tinggi. Hal yang membedakan *gadget* dengan teknologi lain adalah unsur kekinian, *gadget* selalu muncul dengan aplikasi-aplikasi terbaru yang mengikuti perkembangan zaman.

Inilah yang menjadi faktor tertarik dengan *gadget* disamping fungsinya sebagai alat untuk berkomunikasi. Jadi pengguna *gadget* adalah kekuatan yang timbul dari seseorang dalam menggunakan serta memanfaatkan media *gadgets* sesuai dengan kebutuhannya dalam memenuhi dan menunjang aktivitasnya sehari-hari agar lebih fleksibel, efisien, dan berkualitas.

Berdasarkan definisi-definisi diatas *gadget* merupakan perangkat alat elektronik khusus yang memiliki keunikan dibandingkan dengan perangkat elektronik lainnya. Keunikan *gadget* adalah selalu memunculkan teknologi baru yang dinilai memudahkan penggunaannya, sehingga pengguna merasa senang dan tertarik untuk memiliki dan menggunakan *gadget*. Selain berfungsi untuk melakukan dan menerima panggilan, *Gadget* berfungsi untuk mengirim dan menerima pesan singkat (Short Message Service) (dalam Agusli.R,2008).

4. Fungsi menggunakan *Gadget*

Ponsel atau *Gadget* merupakan sahabat wajib yang tidak bisa lepas dari masyarakat Indonesia. Berdasarkan paparan data Ericsson selain sebagai alat komunikasi, *gadget* juga memiliki fungsi lain. Pada tahun 2009 riset menunjukkan bahwa terdapat lima fungsi *gadget* yang ada dimasyarakat. Berikut lima fungsi *gadget* atau telephone seluler bagi masyarakat Indonesia:

- e. Sebagai alat komunikasi agar tetap terhubung dengan teman ataupun keluarga.
- f. Sebagai penunjang bisnis.
- g. Sebagai pengubah batas sosial masyarakat.
- h. Sebagai alat penghilang stress.

Gadget memiliki fungsi dan manfaat yang relatif sesuai dengan penggunaannya(Nurhakim,2005). Fungsi dan manfaat *gadget* secara umum diantaranya:

- a. Komunikasi
- b. Sosial
- c. Pendidikan
- d. Hiburan
- e. Mengakses informasi
- f. Wawasan bertambah

5. faktor yang mempengaruhi penggunaan *Gadget*

Dampak buruk penggunaan *Gadget* pada anak sebagai berikut:

- g. Menjadi pribadi yang tertutup

- h. Kesehatan teranggu
- i. Ketergantungan Media *Gadget*
- j. Gangguan tidur
- k. Suka menyendiri
- l. Ancaman Cyberbullying

Adapun dampak positif dan dampak negatif dari penggunaan *Gadget* antara lain:

- g) Komunikasi menjadi lebih praktis.
- h) Mudahnya akses keseluruh penjuru dunia.
- i) Manusia menjadi lebih pintar ber-inovasi akibat perkembangan gadget yang menuntut mereka untuk hidup lebih baik.
- j) Meningkatnya rasa percaya diri, perkembangan dan kemajuan ekonomi telah meningkatkan rasa percaya diri dan ketahanan diri sebagai suatu bangsa akan semakin kokoh.
- k) Menambah pengetahuan
- l) Melatih kreativitas anak, kemajuan teknologi telah menciptakan beragam permainan yang kreatif dan menantang.

Jadi dapat disimpulkan bahwa penggunaan *Gadget* dapat berdampak positif dan dapat pula berdampak negatif tergantung pengguna *Gadget* tersebut.

LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM PELAYANAN KONSELING

Pelaksanaan Kegiatan Layanan		
	Konselor	Konseli
a. Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor membuka pertemuan dengan mengucapkan salam 2) Menerima anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih atas kesediaan konseli mengikuti kegiatan 3) Konselor meminta salah satu konseli untuk memimpin doa 4) Menjelaskan tujuan yang akan dicapai melalui layanan Bimbingan Kelompok 5) Konselor memperkenalkan diri kepada konseli dan konseli memperkenalkan dirinya satu persatu dengan game 6) Konselor membangun <i>rapport</i> 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konseli menjawab salam 2) Konseli berdoa 3) Konseli menyimak penyampaian konselor 4) Konseli antusias dengan dengan kegiatan yang diberikan.
b. Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor membuka percakapan netral 2) Konselor menyampaikan susunan kegiatan yang akan dilakukan dalam pertemuan ini 3) Konselor meminta pendapat konseli tentang waktu yang akan dilakukan 4) Konselor memberikan <i>ice breaking</i> untuk membuat kegiatan semakin semangat 5) Konselor menjelaskan tujuan pertemuan dan tahapan kegiatan yang akan di lakukan 6) Konselor menjelaskan asas kegiatan 7) Konselor menanyakan kesiapan konseli untuk memasuki tahap selanjutnya atau kegiatan selanjutnya 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konseli merespon 2) Konseli mendengarkan susunan kegiatan yang akan mereka lakukan 3) Konseli merespon dengan memberikan argument tentang kesepakatan waktu yang di gunakan 4) Konseli merespon kesiapan mereka dalam melakukan kegiatan selanjutnya
c. Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor memberikan gambaran tentang masalah yang dialami konseli tentang kontrol diri dan penggunaan gadget. 2) Konselor memberikan informasi untuk memperkuat keyakinan konseli bahwa permasalahan mengontrol diri secara menurun dalam menggunakan gadget itu masalah yang harus 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konseli menyampaikan pendapat mereka tentang gadget dan kontrol diri. 2) Menceritakan permasalahan pada saat belajar dengan keterkaitan menggunakan gadget

	<p>ditangani, seperti kelebihan dan kekurangan gadget.</p> <p>3) Konselor meyakinkan konseli untuk menyadari bahwa kurangnya pengontrolan diri dalam menggunakan gadget yang dimiliki.</p>	
d. Pengakhiran	<p>1) Konselor merefleksikan kembali kegiatan yang telah dilakukan</p> <p>2) Menjelaskan bahwa kegiatan BKP akan diakhiri</p> <p>3) Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing</p> <p>4) Pembahasan kegiatan lanjutan</p> <p>5) Pesan serta tanggapan anggota kelompok</p> <p>6) Ucapan terima kasih</p>	<p>1) Konseli memberikan kesimpulan tentang kegiatan yang telah dilakukan</p> <p>2) Konseli menjawab salam</p>
Evaluasi	Pengamatan terhadap perkembangan konseli serta evaluasi terhadap materi yang telah di diskusikan	
Tindak Lanjut	Proses penilaian melalui skala	

LAMPIRAN 02**Angket Penelitian**

Petunjuk Pengisian:

1. Tulis nama dan kelas pada kolom yang telah disediakan.
2. Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan pendapat anda dengan memberikan tanda (√) atau (X) pada alternatif jawaban yang telah tersedia berikut ini:

Keterangan :

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

KS : Kurang Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

NAMA :

KELAS :

No.	PERNYATAAN	SS	S	KS	TS	STS
1. (+)	Saya mematikan notifikasi <i>updatean</i> dari aplikasi gadget saat belajar.					
2. (+)	Saya mematikan gadget pada saat pembelajaran dimulai.					
3. (+)	Saya melakukan logout aplikasi fitur gadget agar fokus belajar.					
4. (+)	Saya tidak menggunakan gadget sampai pembelajaran usai.					
5. (+)	Saya mengatur waktu penggunaan gadget disekolah.					
6. (-)	Saya tidak bisa memaksakan diri untuk tidak melihat notifikasi yang ada di smartphone.					

7. (-)	Saya selalu mengikuti perkembangan up to date yang ada pada aplikasi smartphone.					
8. (-)	Saya tidak bisa membiarkan smartphone jauh dari jangkauan saya					
9. (-)	Walaupun tidak ada notifikasi masuk , namun saya tetap menggunakan gadget.					
10. (-)	saya tidak bisa mengatur waktu penggunaan gadget.					
11. (-)	Saya selalu menyempatkan untuk membalas pesan di sosmed.					
12. (-)	Saya tidak merasa takut menggunakan smartphone walaupun ada guru dikelas.					
13. (+)	Saya merasa smartphone tidak mengganggu dalam belajar.					
14. (+)	Saya membatasi intensitas waktu dalam menggunakan gadget yang dimiliki.					
15. (+)	Saya mengurangi bermain sosmed agar tidak kecanduan.					
16. (+)	Saya bermain game online pada saat waktu luang saja.					
17. (+)	Saya berusaha fokus pada saat belajar.					
18. (+)	Saya merasa sia-sia jika belajar sambil bermain gadget.					

19. (-)	Saya tidak dapat menahan diri untuk melihat sosmed.					
20. (+)	Saya tidak menggunakan gadget saat berkendara atau sedang di jalan.					
21. (+)	Saya tidak bermain sosial media sampai larut malam.					
22. (+)	Saya memanfaatkan gadget untuk mengerjakan tugas disekolah					
23. (-)	Bagi saya gadget menjadi kebutuhan sehari-hari.					
24. (+)	Jika harus membuat keputusan, saya biasanya mencari alternatif jawaban cepat dan spontan.					
25. (+)	Saya akan bertanggung jawab apabila saya membuat keputusan.					
26. (+)	Saya selalu mengatur diri saya dalam melakukan sesuatu.					
27. (+)	Saya dapat mengontrol perbuatan baik dan tidak baik untuk saya.					
28. (-)	Akibat penggunaan gadget secara berlebihan , saya dimarahi oleh orang tua.					
39. (-)	Saya merasa bosan hanya bermain gadget setiap harinya.					
30. (+)	Saya tidak pernah menyadari bahwa menggunakan gadget secara berlebihan bisa merugikan diri saya sendiri.					

LAMPIRAN 03**DOKUMENTASI**

Tahap pembentukan : memulai dengan membentuk kelompok sebelum kegiatan bimbingan kelompok berlangsung



Peneliti menjelaskan tujuan yang akan dicapai melalui layanan bimbingan kelompok



peneliti memperkenalkan diri kepada konseli dan konseli memperkenalkan dirinya satu persatu dengan menjelaskan motivasi dirinya.



Tahap peralihan : peneliti menyampaikan susunan kegiatan yang akan dilakukan dalam pertemuan ini

Tahap kegiatan : peneliti memberikan kesempatan kepada konseli tentang pemahaman awal mereka mengenai kontrol diri penggunaan gadget.



Tahap kegiatan : Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata



Tahap akhiran : penutup, doa dan ucapan terimakasih.

Video kegiatan bimbingan kelompok penelitian dapat dilihat pada link berikut ini :

<https://youtu.be/Kc5D1xvj1wU?feature=shared>

LAMPIRAN 04**LEMBAR KERJA 1****(Tahap Evaluasi Diri dan Monitoring)****Nama :****Kelas :**

1. Tulislah kelebihan dan kekurangan yang alami saat menggunakan gadget dalam belajar!

Kelebihan anda dalam belajar	Kekurangan anda dalam belajar
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.

2. Langkah-langkah/strategi anda untuk mencapai kelebihan dalam belajar dengan menggunakan gadget!

.....

3. Langkah-langkah/strategi untuk mengatasi kekurangan dalam belajar dalam menggunakan gadget!

.....

4. Apa manfaat setelah anda bagaimana kontrol diri dalam penggunaan gadget didalam belajar!

.....

LEMBAR KERJA 2

(Menentukan tujuan dan perencanaan strategi)

Nama :

Kelas :

1. Tuliskan tujuan dan strategi yang anda gunakan dalam belajar!

Tujuan	Strategi
	1.
	2.
	3.
	4.
	5.
	6.
	7.
	8.
	9.
	10.

2. Seberapa besar keinginan anda menerapkan setiap strategi untuk menggapai tujuan?

Jawaban:

.....

.....

.....

.....

LEMBAR EVALUASI**Nama :****Kelas :**

1. Tuliskan bagaimana perasaan yang di alami setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata!

.....

.....

.....

.....

.....

2. Komitmen apa yang telah anda miliki terkait perubahan-perubahan sikap anda setelah mengikuti bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata!

.....

.....

.....

.....

.....

3. Tuliskan komentar (kesan, harapan) anda mengenai pelaksanaan menggunakan media tebak kata!

.....

.....

.....

.....

.....

PENILAIAN SKALA

NO	ASPEK PENILAIAN	SKALA PENILAIAN			
		SS	S	KS	TS
1	Pada saat layanan diberikan, saya menjadi tahu mengenai kontrol diri yang menurun				
2	Kontrol diri yang menurun membuat saya tidak fokus dalam belajar				
3	Menggunakan gadget yang berlebihan menjadikan saya malas belajar				
4	Saya merasa penggunaan gadget saya sudah berlebihan.				
5	Saya merasa gadget itu kebutuhan bagi saya.				

LAMPIRAN 05

FORM K 1



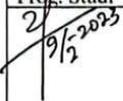
MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Telp.(061)6619056 Medan 20238
 Website :<http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Yth : Ketua dan Sekretaris
 Program Studi Bimbingan dan Konseling
 FKIP UMSU

Perihal : **PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI**

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Tria Ifna
 N P M : 1902080038
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Kredit Kumulatif : 118 IPK = 3,82

Persetujuan Ketua/ Sekretaris Prog. Studi	Judul yang diajukan	Disyahkan Oleh Dekan
	Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran <i>Tebak Kata</i> Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023	
	Pengaruh Konseling Behaviour dengan Teknik Self Control dalam Mereduksi Kecanduan Aplikasi Tiktok Pada Siswa SMK YPK Tahun Ajaran 2022/2023	
	Penerapan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri dalam Perilaku Asertif Pada Siswa SMK YPK Tahun Ajaran 2022/2023	

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Bapak saya ucapkan terima kasih.

Medan, 09 Februari 2023

Hormat Pemohon,


 Tria Ifna

Dibuat Rangkap 3 :
 - Untuk Dekan/Fakultas
 - Untuk Ketua Prodi
 - Untuk Mahasiswa yang bersangkutan

FORM K 2



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. KaptenMukhtarBasri No.3 Telp.(061)6619056 Medan 20238
 Website :<http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Kepada Yth : Ketua dan Sekretaris
 Program Studi Bimbingan dan Konseling
 FKIP UMSU

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tria Ifna
 NPM : 1902080038
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposal/ risalah/ makalah/skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut :

"Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ I SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023"

Sekaligus saya mengusulkan /menunjuk Ibu sebagai :

Dosen Pembimbing: M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd *19/2/2023*

Sebagai Dosen Pembimbing proposal/risalah/makalah/skripsi saya.
 Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya.
 Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, 09 Februari 2023
 Hormat Pemohon,

Tria Ifna
 Tria Ifna

Dibuat Rangkap 3 :
 - Untuk Dekan/Fakultas
 - Untuk Ketua Prodi
 - Untuk Mahasiswa yang bersangkutan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**
Mukhtar Basri BA No. 3 Telp. 6622400 Medan 20217 Form : K3

Nomor : 958 /IL.3.AU /UMSU-02/F/2023
Lamp : ---
Hal : **Pengesahan Proyek Proposal
Dan Dosen Pembimbing**

*Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : Tria Ifna
NPM : 1902080038
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Penelitian : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak kata untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ I SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023
Pembimbing : M. Fauzi Hsb.,S.Pd.,M.Pd

Dengan demikian mahasiswa tersebut di atas diizinkan menulis proposal/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan
2. Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan **BATAL** apabila tidak sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan
3. Masa daluwarsa tanggal : 20 Februari 2024

Medan, 29 Rajab 1444 H
20 Februari 2023 M




Dra. Hj. Syamsuayurnita.,M.Pd.
NIDN-0004066701

Dibuat rangkap 4 (Empat) :

1. Fakultas (Dekan)
2. Ketua Program Studi
3. Pembimbing
4. Mahasiswa yang bersangkutan :
WAJIB MENGIKUTI SEMINAR



LAMPIRAN 06



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mochtar Baari No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website : <http://www.fkip.umhu.ac.id> Email: fkip@umhu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jurusan/Prog.Studi : Bimbingan dan Konseling
Nama Lengkap : Tria Ifna
NPM : 1902080038
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Tanda Tangan
05/01/2023	Tambahkan media dan panduannya dalam judul	
09/02/2023	Bab I : Tambahkan di latar belakang hasil penelitian terdahulu. menulis latar belakang harus	
15/02/2023	Bab I : Sebaiknya identifikasi masalah dengan indikator variabelnya. Rumusan masalah harus sinkron.	
20/02/2023	Bab II : Tambahkan lagi referensi teorinya. Buat kerangka konseptual yang sesuai.	
25/02/2023	Bab III : Tentukan sampelnya sesuai tujuan variabel yg diteliti. metodologinya sebaiknya menggunakan eksperimen kuasi.	
01/03/2023	Daftar Pustaka harus disesuaikan dengan teori di proposal. Cetak di seminar kan.	

Medan, Maret 2023

Diketahui/Disetujui
Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling

Dosen Pembimbing

M. Fauzi Hasiqun, S.Pd., M.Pd

M. Fauzi Hasiqun, S.Pd., M.Pd

SURAT PERMOHONAN

Medan, Maret 2023

Lamp : Satu Berkas
Hal : Seminar Proposal Skripsi

Yth. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Bismillahirrahmannirrahim
Assalamu'alaikum, Wr. Wb

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Tria Ifna
NPM : 1902080038
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023

Dengan ini mengajukan seminar proposal skripsi kepada Bapak/Ibu.

Sebagai bahan pertimbangan Bapak/Ibu saya lampirkan:

1. Foto kopi proposal skripsi yang telah disetujui pembimbing satu eksamplar;
2. Kuitansi biaya seminar satu lembar (Asli dan fotocopy)
3. Kuitansi SPP yang sedang berjalan satu lembar (Asli dan fotocopy)
4. Foto kopi K1, K2, K3 masing-masing satu lembar

Demikianlah surat permohonan ini saya sampaikan ke hadapan Bapak/Ibu. Atas kesediaan Bapak/Ibu mengabulkan permohonan ini, saya ucapkan terima kasih.

Wassalam
Pemohon,



Tria Ifna

LAMPIRAN 07



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mochtar Basri No .3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> Email: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Pada hari ini Rabu, Tanggal 08 Maret 2023 telah diselenggarakan Seminar Proposal Skripsi atas nama Mahasiswa dibawah ini :

Nama Lengkap : Tria Ifna
NPM : 1902080038
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023

No	Masukan dan Saran
Judul	Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023.
Bab I	Perbaiki Penulisan di latar Belakang dan Judul di Batasan Masalah.
Bab II	Perbaiki Penulisan pada seluruh Bab II
Bab III	Memasukan Uji pada rumus teknik analisis data.
Lainya	
Kesimpulan	[] Disetujui [] Ditolak [] Disetujui dengan adanya perbaikan

Medan, 22 Mei 2023

Dosen Pembahas

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi

Dosen Pembimbing

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Panitia Pelaksana

Ketua Prodi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Sekretaris Prodi

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mochtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> Email: fkip@umsu.ac.id



LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa dibawah ini :

Nama Lengkap : Tria Ifna
NPM : 1902080038
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023.

Pada hari ini Rabu, Tanggal 8 Maret 2023 sudah layak menjadi Proposal Skripsi.

Medan, 22 Mei 2023

Disetujui Oleh :

Dosen Pembahas

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi

Dosen Pembimbing

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Diketahui Oleh :

Ketua Prodi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mochtar Basri No .3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
 Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> Email: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN

NO. :

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
 Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Menerangkan di bawah ini :

Nama Lengkap : Tria Ifna
 NPM : 1902080038
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023.

Benar telah melakukan seminar proposal skripsi pada hari Rabu, Tanggal 08 Maret 2023.
 Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk memperoleh surat izin riset dari Dekan Fakultas. Atas kesediaan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Medan, 22 Mei 2023

Diketahui Oleh :

Ketua Prodi

M. Fauzi Hasbuan, S.Pd., M.Pd

LAMPIRAN 08



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UMSU Terakreditasi A Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 89/SK/BAN-PT/Akred/PT/IIU/2019
 Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003
<http://fkip.umsu.ac.id> fkip@umsu.ac.id [umsumedan](#) [um.umedan](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#)

Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggalnya

Nomor	: 2311/II.3-AU/UMSU-02/F/2023	Medan,	23 Dzulqaidah 1444 H
Lamp	: ---		12 Juni 2023 M
Hal	: Permohonan Izin Riset		

Kepada Yth, Bapak /Ibu Kepala
SMK YPK Medan
di
Tempat

*Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktifitas sehari-hari, sehubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan Skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu memberi izin kepada mahasiswa kami untuk melakukan penelitian/riset di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun data mahasiswa tersebut sebagai berikut:

Nama	: Tria Ifna
NPM	: 1902080038
Jurusan	: Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi	: Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ I SMK YPK Meda T.A 2022/2023

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Amin.




Dra. H. Syamsuurnita, M.Pd
NIDN.0004066701

Pertinggal






LAMPIRAN 09



YAYASAN PENDIDIKAN KELUARGA MEDAN

SMK YPK MEDAN

1. BISNIS MANAJEMEN (Akuntansi dan Keuangan Lembaga, Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran, Bisnis Daring dan Pemasaran) Terakreditasi A
 2. TEKNOLOGI INFORMASI DAN KOMUNIKASI (Teknik Komputer dan Jaringan) Terakreditasi A
- Izin Operasional Sekolah Nomor : 420/4295/DIKMENJUR/2016, Tanggal 24 Maret 2016
 Alamat : Jl. Sakti Lubis Gg. Pegawai No. 8 Medan 20219 Telp. 061 - 7866558
 Website : smkypkmedan.sch.id email : smkypkmedan@yahoo.com

NSS : 344076001064

NDS : 5307120508

NPSN : 10211087

SURAT KETERANGAN

Nomor : 1061.12.7/SMK/YPK/E.12/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : RICARDO AGOGO SIRAIT, ST, M.Si
 NIP/NPA : -
 Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan bahwa yang tersebut dibawah ini :

Nama : TRIA IFNA
 NPM : 1902080038
 Jenjang Studi : S1
 Program Studi / Jurusan : Bimbingan dan Konseling

benar telah melakukan penelitian di sekolah / instansi / lembaga kami pada :

Tanggal : 17 Juni s.d 16 Juli 2023
 Tempat : SMK YPK Medan

Judul Penelitian :

Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ SMK YPK Medan TA. 2022/2023

Demikian Surat keterangan ini dibuat, untuk dapat digunakan seperlunya.

Medan, 16 Agustus 2023
 Kepala Sekolah,

 RICARDO AGOGO SIRAIT, ST, M.Si

LAMPIRAN 10



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mochtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> Email: fkip@umsu.ac.id

SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Tria Ifna
NPM : 1902080038
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 SMK YPK Medan Tahun Ajaran 2022/2023

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul diatas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *Plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali.

Demikianlah surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 22 Mei 2023
Hormat Saya,
Yang membuat pernyataan,



Diketahui Oleh :
Ketua Program Studi Bimbingan Konseling

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

LAMPIRAN 11

TRIA IFNA-NPM.1902080038. Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Kelas X TKJ 1 YPK Medan

ORIGINALITY REPORT

18%	16%	5%	12%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.umsu.ac.id Internet Source	2%
2	eprints.walisongo.ac.id Internet Source	1%
3	repository.uinsu.ac.id Internet Source	1%
4	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	1%
5	ojs.ummetro.ac.id Internet Source	1%
6	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	1%
7	repository.upstegal.ac.id Internet Source	1%
8	Submitted to Universitas Diponegoro Student Paper	1%

LAMPIRAN 12**DAFTAR RIWAYAT HIDUP****A. Data Pribadi**

Nama : Tria Ifna
 NPM : 1902080038
 Tempat/Tanggal Lahir : P.Brandan/28 April 2001
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Status : Belum Menikah
 Agama : Islam
 Kewarganegaraan : Indonesia
 Alamat :Jln. Nusa Indah, Kampung Baru, Brandan Timur
 Baru, Langkat, Sumatera Utara
 Anak ke : 3 dari 5 bersaudara
 Nama Orang Tua
 Ayah : Alm. Abdullah Salim
 Ibu : Erlinawati

B. Pendidikan

1. SD Negeri 050748 Babalan
2. SMP Negeri 2 Babalan
3. SMKS Muhammadiyah 18 P.Brandan.
4. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Tahun 2019-2023