

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
PERMAINAN TRADISIONAL UNTUK MENINGKATKAN KONTROL DIRI  
SISWA DALAM PENGGUNAAN *HANDPHONE* DI SEKOLAH MENENGAH  
PERTAMA NEGERI 1 KOTA SUNGAI PENUH**

**SKRIPSI**



**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KERINCI  
TAHUN 2020**

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
PERMAINAN TRADISIONAL UNTUK MENINGKATKAN KONTROL DIRI  
SISWA DALAM PENGGUNAAN *HANDPHONE* DI SEKOLAH MENENGAH  
PERTAMA NEGERI 1 KOTA SUNGAI PENUH**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)



**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
K E R I N C I**

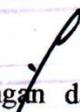
**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KERINCI  
TAHUN 2020**

Nuzmi Sasferi, S.Pd.,M.Pd  
Hengki Yandri, M.Pd.,Kons  
Dosen IAIN Kerinci

Sungai Penuh, 11 Juni 2020

Kepada Yth.  
Rektor IAIN Kerinci

di  
Sungai Penuh

AGENDA	
NOMOR :	150
TANGGAL :	16 07 2020
PARAF :	

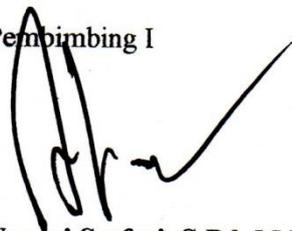
### NOTA DINAS

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Dengan hormat, setelah membaca dan mengadakan bimbingan dan perbaikan, maka kami mendapatkan bahwa skripsi saudara: **DIYAH OKTASARI, NIM: 1610307014** yang berjudul "**Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone* di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Sungai Penuh**", telah dapat diajukan untuk dimunaqasahkan guna melengkapi tugas dan memenuhi syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci.

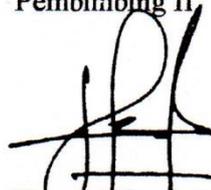
Maka dengan ini kami ajukan skripsi tersebut, kiranya diterima dengan baik. Demikianlah kami ucapkan terimakasih semoga bermanfaat bagi Agama, Bangsa, dan Negara.

Pembimbing I



**Nuzmi Sasferi, S.Pd.,M.Pd**  
NIP. 19780605 200604 1 001

Pembimbing II



**Hengki Yandri, M.Pd.,Kons**  
NIP. 19880425 201503 1 006



**DEPARTEMEN AGAMA RI  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
(IAIN) KERINCI**

Jalan Pelita IV Sungai Penuh Telp. (0748)21065 Fax.0748-2211 Kode pos. 37112

**PENGESAHAN**

Skripsi ini telah di munaqasahkan oleh Sidang Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci pada hari Rabu tanggal 12 Agustus 2020 dan telah diterima sebagai syarat-syarat yang harus dipenuhi guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Negeri (IAIN) Kerinci.

Sungai Penuh, 12 Agustus 2020  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
(IAIN) KERINCI**

Ketua Sidang

**Nuzmi Sasferi, S.Pd.,M.Pd**  
**NIP. 19780605 200604 1 001**

Penguji I

**Eko Sujadi, M.Pd**  
**NIP. 19910718 201503 1 004**

Pembimbing I

**Nuzmi Sasferi, S.Pd.,M.Pd**  
**NIP. 19780605 200604 1 001**

Penguji II

**Agung Tri Prasetya, M.Pd**  
**NIP. 19930524 201903 1 012**

Pembimbing II

**Hengki Yandri, M.Pd.,Kons**  
**NIP.19880425 201503 1 006**

## PERSEMBAHAN DAN MOTTO

### PERSEMBAHAN

*Puji syukur atas berkah dan rahmat Mu yaa Rabb..  
Sehingga aku telah sampai dititik ini  
Dititik dimana perjalanan hidup mulai satu persatu mulai terselesaikan  
Meskipun kiranya perjalananku tetap masih berjalan ke depan  
Untuk menuju suatu kesuksesan yang hakiki*

*Kupersembahkan karya ini  
Buat ayahanda tercinta (Armen Pane) dan Ibunda tersayang (Elmi Detri)  
Sebagai bukti terima kasih yang setulus nya atas restu, do'a,  
Dukungan dan kasih sayangnya  
Juga ku persembahkan untuk orang-orang terkasih  
Kakanda ku yang kusayangi (Rima Afriani)  
Serta seluruh keluargaku yang selalu memberikan dukungan dan semangat*

*Dan terima kasih yang tak terhingga kepada dosen pembimbingku  
Bapak (Nuzmi Sasferi) dan bapak (Hengki Yandri) yang telah membimbing dan  
memotivasi sehingga aku dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik*

*Semoga karya ini bisa menjadi awal dari sebuah kemajuan  
Untuk masa depan yang lebih cerah...*

### MOTTO

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Diyah Oktasari  
NIM : 1610307014  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri  
(IAIN) Kerinci

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, Skripsi dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan



**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**K E R I N C I**

## ABSTRAK

**Diyah Oktasari. 2020. “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone* Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Sungai Penuh”. Skripsi. Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan. Institut Agama Islam Negeri Kerinci.**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena yaitu masih rendahnya kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*, yang mana hal tersebut dapat berpengaruh negatif pada diri pribadi siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) untuk mengungkapkan tingkat penggunaan *handphone* oleh siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional, 2) untuk mengungkapkan tingkat penggunaan *handphone* oleh siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional, 3) untuk mengungkapkan tingkat penggunaan *handphone* oleh siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimen melalui rancangan *The One Group Pretest-Posttest Desigh*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Sungai Penuh sebanyak 192 orang dengan sampel 10 orang siswa untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data mengenai tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* diperoleh melalui skala dengan model skala *likert*. Data kemudian dianalisis menggunakan skor ideal dan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan bantuan *SPSS versi 24.00*.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional dapat dilihat dari: 1) Tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional berada pada kategori sedang dengan nilai rata-rata sebesar 118,5, 2) Tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional berada pada kategori tinggi dengan nilai rata-rata sebesar 138,5, 3) Terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* pada kelas VIII setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional dengan angka probabilitas *asmyp. (2-tailed)* sebesar 0,005 atau probalitas dibawah *alpha 0,05* ( $0,005 < 0,05$ ).

**Kata Kunci:** *Kontrol Diri, Handphone, Bimbingan Kelompok, Permainan Tradisional.*

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

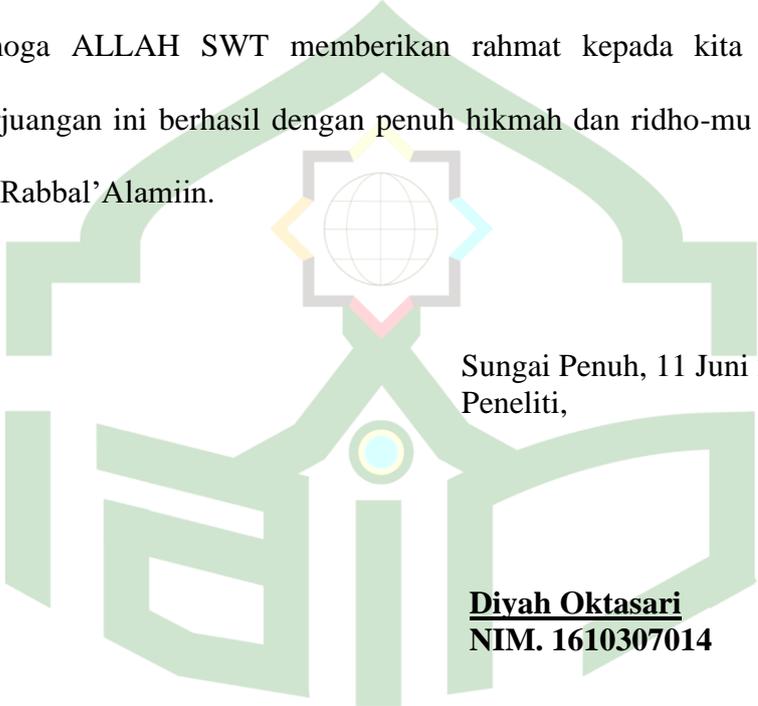
Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone* di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Sungai Penuh”** dengan baik serta tepat waktu. Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat kelulusan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). Dalam menyusun skripsi ini penulis mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Kepada Allah SWT. yang telah memberikan kesempatan untuk menulis skripsi ini, serta kesabaran di dalam menyusun karya ini.
2. Ibu Elmi Detri dan Ayah Armen Pane tercinta yang telah mendidik dan merawat penulis sejak kecil sampai sekarang dengan penuh rasa cinta dan kasih sayang, yang memberikan dukungan baik moril dan materil untuk penulis.
3. Bapak Dr. Y. Sonafist, M.Ag selaku rektor Institut Agama Islam Negeri Kerinci.
4. Bapak Dr. Dairabi Kamil, M.Ed selaku dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Kerinci.

5. Bapak Drs. Saaduddin, M.PdI selaku Wadek I, Bapak Rimin, S.Ag, M.PdI selaku Wadek II, Bapak Toni Haryanto, M.Sc selaku Wadek III Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Kerinci.
6. Bapak Nuzmi Sasferi, S.Pd.,M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang sekaligus sebagai Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan serta arahan yang sangat berarti bagi peneliti, beserta Bapak Bukhari Ahmad, S.PdI.,M.Pd selaku sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah menerima judul skripsi peneliti.
7. Bapak Hengki Yandri, M.Pd.,Kons selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bantuan, arahan, bimbingan, serta motivasi yang sangat berarti bagi peneliti.
8. Bapak Eko Sujadi, M.Pd., Ibu Emi Karnangsyah, M.Pd, dan Ibu Roshinta Erezka, S.Psi.I.,M.Pd selaku penilai skala peneliti.
9. Bapak/ ibu dosen beserta karyawan dan karyawanwati Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan, serta memberikan pelayanan dan fasilitas demi kelancaran dalam penyusunan Skripsi ini.
10. Pembimbing akademik yang telah membimbing dan membantu penulis selama perkuliahan sampai sekarang.
11. Bapak Munir, S.Pd., MM., selaku Kepala SMP Negeri 1 Sungai Penuh beserta Bapak Ibu Majelis Guru dan Staf Tata Usaha yang telah banyak membantu dalam hal penelitian dan pemberian data serta informasi yang berhubungan dengan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, mengingat keterbatasan yang ada pada penulis, untuk itu dengan rendah hati penulis memohon saran dan kritikan yang membangun dari pembaca sekalian. Akhir kata hanya kepada Allah jualah penulis memohon dan berdoa semoga amal kebaikan semua pihak mendapatkan imbalan yang berlipat ganda dari-Nya dengan harapan semoga hasil karya ini bermanfaat bagi kita semua.

Semoga ALLAH SWT memberikan rahmat kepada kita semua dan semoga perjuangan ini berhasil dengan penuh hikmah dan ridho-mu ya ALLAH Aamiin Ya Rabbal'Alamiin.



Sungai Penuh, 11 Juni 2020  
Peneliti,

**Diyah Oktasari**  
**NIM. 1610307014**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**K E R I N C I**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN SAMPUL.....</b>	<b>ii</b>
<b>NOTA DINAS.....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN DAN MOTTO.....</b>	<b>v</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Batasan Masalah .....	8
D. Rumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	10
G. Definisi Operasional .....	11
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Remaja .....	13
B. <i>Handphone</i> .....	18
C. Kontrol Diri .....	23
D. Permainan .....	27

E. Layanan Bimbingan Kelompok.....	31
F. Kajian Penelitian yang Relevan.....	46
G. Kerangka Penelitian.....	48
H. Hipotesis Penelitian .....	50

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	51
B. Populasi dan Sampel.....	52
C. Teknik Pengumpulan Data .....	54
D. Pengujian Persyaratan Analisa .....	56
E. Teknik Analisis Data .....	58
F. Pelaksanaan Penelitian .....	62

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	64
B. Pengujian Hipotesis .....	71
C. Pembahasan .....	74
D. Keterbatasan .....	79

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	80
B. Saran .....	81

### **REFERENSI**

### **RIWAYAT PENDIDIKAN**

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Prosedur Eksperimen .....	49
Gambar 2. Rancangan Penelitian <i>One Group Pre-test Post-test Desigh</i> .....	51
Gambar 3. Diagram Batang Hasil <i>Pretest</i> Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan <i>Handphone</i> .....	63
Gambar 4. Diagram Batang Hasil <i>Posttest</i> Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan <i>Handphone</i> .....	65
Gambar 5. Diagram Batang Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan <i>Handphone</i> .....	67



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Sampel Penelitian.....	54
Tabel 2. Penskoran Masing-Masing Pertanyaan.....	55
Tabel 3. Instrumen Kontrol Diri Siswa Setelah di Uji Coba.....	56
Tabel 4. Pedoman Pengujian Reliabilitas Instrumen .....	57
Tabel 5. Nilai Koefisien Reliabilitas Instrumen.....	58
Tabel 6. Pedoman Interpretasi Skor.....	59
Tabel 7. Jadwal Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok.....	63
Tabel 8. Data Hasil <i>Pretest</i> Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan <i>Handphone</i> .....	65
Tabel 9. Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan <i>Handphone</i> Sebelum Diberikan Perlakuan.....	66
Tabel 10. Data Hasil <i>Posttest</i> Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan <i>Handphone</i> .....	67
Tabel 11. Kondisi Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan <i>Handphone</i> Sesudah Diberikan Perlakuan .....	68
Tabel 12. Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan <i>Handphone</i> Pada Saat <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	69
Tabel 13. Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> Perbedaan Antara <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan <i>Handphone</i> .....	72
Tabel 14. Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan <i>Handphone</i> .....	72

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Kisi-Kisi Skala Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone*
2. Skala Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone*
3. Data Hasil Uji Validitas Instrumen Penelitian
4. Data Hasil Uji Reabilitas Instrumen Penelitian
5. Data Keseluruhan Tabulasi *Pretest*
6. Data Sampel Tabulasi *Pretest*
7. Data Sampel Tabulasi *Posttest*
8. Hasil Analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* Perbedaan Antara *Pretest* dan *Posttest* Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone*
9. Perhitungan Peningkatan Persentase antara Nilai *Pretest* dan *Posttest*
10. Rencana Pelaksanaan Program Layanan Bimbingan Kelompok
11. Laporan Pelaksanaan Program Kegiatan Bimbingan dan Konseling
12. Daftar Hadir Layanan Bimbingan Kelompok
13. Surat-surat



INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
K E R I N C I

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Dunia khususnya Indonesia pada saat ini memasuki era revolusi industri 4.0 atau sering disebut dengan era digitalisasi yang mana hakikatnya dunia sekarang sudah tidak mempunyai batas ruang dan waktu, apa yang terjadi dimanapun dapat diakses oleh siapapun, dunia dalam genggamannya penuh harapan dan tantangan pada masa sekarang maupun masa mendatang. Oleh sebab itu lembaga pendidikan harus mampu menjawab tantangan tersebut dengan merubah arah dan orientasi perubahan pendidikan untuk menghasilkan manusia yang unggul.

Sekolah sebagai lembaga pendidikan memegang peranan penting dalam mempersiapkan diri anak menghadapi kemajuan dalam kehidupan pada saat ini, sekolah diharapkan untuk dapat membantu anak mengembangkan potensi, pengetahuan, keterampilan, watak, kepribadian dan keahlian dirinya. Disamping itu sekolah juga dihendaki agar dapat memperbaiki kesalahan lingkungan yang tidak terkontrol sehingga dapat menjadikan anak mampu mengontrol dirinya dalam segala hal.<sup>2</sup>

Lebih lanjut sekolah merupakan lembaga pendidikan formal secara teratur, sistematis, bertingkat, yang menjadi perangkat yang berkewajiban memberikan pelayanan kepada masyarakat dalam mendidik warga negaranya

---

<sup>2</sup> Hamdani. *Dasar-dasar Kependidikan*. (Bandung: CV Pustaka Setia, 2011). h 57-58

sebagai jawaban terhadap kebutuhan dimasa yang akan mendatang, untuk menjawab berbagai keadaan yang akan dihadapi dalam kehidupan yang semakin berkembang pesat ini.<sup>3</sup>

Seyogyanya sekolah menyediakan tempat bagi siswa yang berada dalam usia remaja untuk dapat mengendalikan dirinya, baik fisik, psikologis, dan perilakunya dalam segala hal, salah satu hal yang sangat menjadi perhatian bagi remaja di era modern ini ialah perkembangan teknologi yang semakin canggih berpengaruh pada berbagai segi kehidupan remaja yaitu dalam penggunaan fasilitas teknologi seperti *handphone* yang sangat berkembang pesat ditengah-tengah kehidupan remaja.

*Handphone* bukan lagi sekadar alat berkomunikasi, tetapi *handphone* juga merupakan alat untuk mencipta dan menghibur dengan suara, tulisan, gambar, dan video. Remaja berlomba-lomba untuk memiliki *handphone* seakan-akan *handphone* merupakan kebutuhan pokok yang harus dimilikinya, tidak hanya itu pada saat ini *handphone* bahkan dijadikan sebagai (*lifestyle*) gaya hidup, *tren*, dan *prestise* bagi sebagian besar remaja.<sup>4</sup>

Keberadaan *handphone* yang begitu memiliki posisi tersendiri dalam keseharian secara tidak langsung memang akan memberikan dampak positif dan negatif terhadap penggunanya. Untuk dampak positifnya akan menunjang keberhasilan kegiatan remaja setiap harinya. Sedangkan dampak negatif dari

---

<sup>3</sup> Hasbullah, *Dasar-dasar Ilmu Pendidikan*, (Jakarta Utara: PT Grafindo Persada 2011). h 46-47.

<sup>4</sup> Dekinus Kogoya. 2015. Dampak Penggunaan Handphone Pada Masyarakat Studi Pada Masyarakat Desa Piungun Kecamatan Gamelia Kabupaten Lanny Jaya Papua. *e-journal "Acta Diurna"*. 4(4).

penggunaan *handphone* yaitu remaja dengan mudah mendapat kiriman/download situs-situs porno dari internet melalui *handphone*. Remaja yang terlalu hobi dengan game yang ada dalam fasilitas *handphone* cenderung lupa waktu, tidak peduli dengan situasi dan kondisi yang sering berakibat berkurangnya waktu mereka untuk belajar, sehingga menurunkan prestasi belajarnya.<sup>5</sup>

Dampak negatif penggunaan *handphone* cenderung menghampiri remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah, Individu yang kontrol dirinya rendah tidak mampu mengendalikan dirinya, mengarahkan dan mengatur perilaku yang dilakukannya.<sup>6</sup> Remaja yang tidak dapat mengontrol dirinya dapat disebabkan karena remaja yang tidak mampu mengatur waktu dengan baik karena banyak menyibukkan dirinya dengan *handphone*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru mata pelajaran dan guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 1 Kota Sungai Penuh diperoleh beberapa gambaran bahwa banyaknya siswa yang kurang mampu mengontrol dirinya dalam penggunaan *handphone*, dalam tata tertib sekolah tidak diperbolehkan membawa *handphone* tetapi masih banyak siswa yang membawa *handphone*, pada saat jam pelajaran siswa masih menggunakan *handphone*, siswa yang kurang memiliki jiwa sosial lagi dikarenakan terlalu sering bermain *handphone*, siswa kurang berinteraksi dengan siswa yang

---

<sup>5</sup> Sys Maf'qihul Umi1, Siti Fitriana, dan Suhendri. 2018. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* Terhadap Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone* Kelas Xi SMA Mardasiswa. *Jurnal ilmiah*. 5 (1). h 65.

<sup>6</sup> Herlina Siwi Widiana, Sofia Retnowati, dan Rahma Hidayat. 2004. Kontrol Diri dan Kecenderungan Kecanduan Internet. *Indonesian Psychological Journal*. 1(1). H 6-16.

lainnya dikarenakan pengaruh *handphone*, siswa yang kurang berminat pada ekstrakurikuler lebih senang bermain *handphone*.

Lebih lanjut beliau mengatakan dalam mengatasi masalah tersebut pihak sekolah melakukan pengentasan masalah dengan memberikan teguran, nasehat, dan menyita HP siswa agar tidak mengulangi hal tersebut, secara khususnya pihak sekolah belum pernah melaksanakan pelayanan secara khusus dalam menangani siswa-siswa yang sulit mengontrol diri dalam penggunaan *handphone*.

Pengaturan waktu yang baik sangat diperlukan oleh remaja dalam kehidupannya sehari-hari agar tidak terus-menerus menyibukkan diri dengan *Handphone* dan melupakan hal-hal yang sebaiknya dilakukan, hal tersebut tentunya tidak sesuai dengan firman Allah SWT yang artinya: “(1) Demi masa, (2) Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, (3) Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menepati kesabaran.” (QS. Al-Asr 103:1-3).

Berdasarkan salah satu firman Allah diatas, maka dapat dipahami bahwa menghargai waktu adalah yang lebih utama bagi manusia sehingga manusia-manusia yang melalaikan waktunya dengan hal yang tidak bermanfaat berada dalam kerugian yang sia-sia, tetapi tidak dengan manusia yang beriman dan taat kepada Allah SWT dengan memanfaatkan waktunya dengan baik maka akan mendapatkan keuntungan dengan berbagai waktu yang berguna didapatkannya.

Untuk itu sebagai siswa yang berada pada usia remaja harus mampu mengontrol dirinya dengan baik dalam penggunaan *handphone* dikarenakan dapat menyebabkannya lalai dalam berbagai hal yang sebaiknya dilakukannya, untuk mampu mengontrol waktu tersebut siswa haruslah mampu mengatur waktunya dengan baik serta dapat mengendalikan dirinya dengan baik dalam berbagai kegiatan. Dalam menangani siswa yang tidak dapat mengontrol dirinya dalam penggunaan *handphone* dapat digunakan berbagai jenis layanan dalam bimbingan dan konseling.

Bimbingan dan konseling merupakan bantuan yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling (BK) kepada konseli (siswa) agar dapat memperbaiki tingkah laku kearah yang lebih baik, tujuan memberikan layanan bimbingan dan konseling yaitu agar konseli (siswa) mampu mengembangkan kepribadiannya, bertanggung jawab serta keputusan arah hidupnya. Dengan berbagai jenis layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling yang diterapkan di sekolah, layanan yang paling tepat digunakan melihat dari fenomena yang ada salah satunya adalah layanan bimbingan kelompok.

Layanan bimbingan kelompok merupakan bentuk khusus dari layanan konseling, yaitu wawancara konseling antara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus yang tergabung dalam suatu kelompok kecil, dalam hal ini anggota kelompok akan diberi kesempatan untuk mengemukakan topik-topik sesuai dengan yang dialaminya maupun topik-topik yang hangat-hangatnya dibicarakan sesuai dengan masalah-masalah yang sedang terjadi. Kegiatan bimbingan kelompok benar-benar menjadi tempat atau wadah

diusahakannya pemecahan masalah anggota kelompok melalui dinamika kelompok.<sup>7</sup>

Layanan bimbingan kelompok dapat dijadikan salah satu alternatif pemecahan masalah siswa yang tidak dapat mengontrol dirinya dalam penggunaan *handphone* dengan membahas topik tugas yang telah dipersiapkan oleh seorang guru BK yang disertai dengan berbagai informasi, tips/cara mengatur waktu yang baik dari anggota kelompok yang dapat diterapkan dalam kehidupannya secara efektif dapat diselesaikan secara bersama-sama.

Sebagaimana juga dari hasil analisis skala kontrol diri dalam penggunaan *handphone* yang dilakukan oleh Sys Maf'qhul Umi, Siti Fitriana, dan yang menunjukkan rata-rata setelah pelaksanaan *post-test* di kelas eksperimen dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* berpengaruh terhadap kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* kelas XI SMA Mardisiswa.<sup>8</sup>

Selain menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managemen* dapat juga menggunakan teknik dengan berbagai permainan, seperti dalam penelitian Kadek Suhardita yang menyatakan bahwa diajukan agar guru bimbingan dan konseling dapat mengkolaborasikan bimbingan kelompok dengan teknik permainan salah satunya yaitu permainan tradisional, sehingga suasana belajar yang diciptakan menyenangkan serta tidak monoton

---

<sup>7</sup> Prayitno. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995). h 70.

<sup>8</sup> Sys Maf'qhul Umi, Siti Fitriana, dan Suhendri. *Op.cit.*, h.1

yang dapat menyebabkan siswa bosan dalam mengikuti kegiatan layanan yang diberikan.<sup>9</sup>

Salah satu intervensi masalah yang bisa digunakan untuk menangani siswa yang tidak dapat mengontrol dirinya dalam menggunakan *handphone* yaitu dengan memanfaatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional. Merujuk pada defenisi bimbingan kelompok sebelumnya, maka dapat dipahami bahwa pada hakikatnya bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional dilaksanakan untuk membahas masalah anggota kelompok secara bersama-sama sehingga dapat secara efektif mengentaskan masalah siswa khususnya pengendalian diri siswa dengan kegiatan yang lebih menyenangkan dan tidak membosankan, sehingga terbentuklah siswa yang dapat mengontrol dirinya dengan baik dalam menggunakan *handphone*.

Berdasarkan fenomena yang ditemukan berkenaan dengan ketidakmampuan siswa dalam mengontrol diri dalam penggunaan *handphone* yang dilakukan oleh siswa di SMP Negeri 1 Sungai Penuh, tampaknya topik mengenai layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional merupakan suatu hal yang sangat penting untuk dibahas dan diterapkan dalam mengatasi dan mengentaskan permasalahan siswa.

---

<sup>9</sup> Kadek Suhardita. 2011. Efektifitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. (1). h 128.

Sesuai dengan latar belakang di atas maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan Tradisional Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone*”**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan pada halaman sebelumnya, penulis mengidentifikasi beberapa masalah yang akan dijadikan bahan penelitian diantaranya yaitu banyaknya siswa yang kurang mampu mengontrol dirinya dalam penggunaan *handphone*, pada saat jam pelajaran siswa menggunakan *handphone*, siswa yang kurang memiliki jiwa sosial lagi karena terlalu sering bermain *handphone*, siswa kurang berinteraksi dengan siswa yang lainnya dikarenakan pengaruh *handphone*, siswa yang kurang berminat pada ekstrakurikuler lebih senang bermain *handphone*.

## **C. Batasan Masalah**

Agar penelitian lebih berfokus pada masalah yang akan diteliti demi tercapainya tujuan yang diinginkan, maka penelitian ini dibatasi pada hal berikut:

1. Tingkat penggunaan *handphone* oleh siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional.
2. Tingkat penggunaan *handphone* oleh siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik permainan tradisional.

3. Perbedaan penggunaan *handphone* oleh siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah, maka dapat peneliti kemukakan beberapa rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat penggunaan *handphone* oleh siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional?
2. Bagaimana tingkat penggunaan *handphone* oleh siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional?
3. Bagaimana perbedaan tingkat penggunaan *handphone* oleh siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang ingin dicapai dengan adanya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengungkapkan tingkat penggunaan *handphone* oleh siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional.

2. Untuk mengungkapkan tingkat penggunaan *handphone* oleh siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional.
3. Untuk mengungkapkan tingkat penggunaan *handphone* oleh siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian ini diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan motivasi untuk siswa agar dapat mengontrol dirinya dengan baik dalam penggunaan *handphone*.

2. Bagi Guru Mata Pelajaran

Sebagai sumbangan pengetahuan dan informasi terkait dengan cara membantu siswa dalam mengontrol diri dalam penggunaan *handphone*.

3. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan, serta pengalaman bagi peneliti khususnya dalam meningkatkan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kajian penelitian ini dapat memberikan informasi kepada peneliti lain untuk meneruskan penelitian yang berhubungan dengan cara meningkatkan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*.

### G. Defenisi Operasional

#### 1. Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik untuk memperoleh berbagai bahan dari guru BK atau anggota kelompok untuk membahas secara bersama-sama bahasan (topik) tertentu untuk memperoleh informasi tertentu sehingga dapat dijadikan pedoman memahami dirinya serta untuk mengembangkan dirinya dengan baik dalam dinamika kelompok yang dilakukan bersama anggota kelompok.

#### 2. Permainan Tradisional

Permainan tradisional adalah salah satu permainan yang turun-temurun dilakukan oleh anak-anak maupun remaja agar dapat membentuk interaksi, kerja sama, maupun jiwa sosial yang baik antara satu dengan lainnya sehingga mampu memberikan kesenangan tersendiri bagi anak-anak maupun remaja dalam melakukannya.

### 3. Kontrol Diri dalam Penggunaan *Handphone*

Kontrol diri adalah suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif dalam kehidupannya agar tidak terpengaruh oleh berbagai hal-hal negatif yang dapat menyebabkan berbagai permasalahan dalam kehidupannya sehari-hari.



## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Remaja

##### 1. Pengertian Remaja

Remaja berasal dari kata latin *adolescere* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Dalam bahasa inggris, *murahaqoh* adalah *adolescence* yang berarti *at-tadarruj* (beransur-ansur). Artinya beransur-ansur menuju kematangan secara fisik, akal, kejiwaan, dan sosial serta emosional. Dalam islam secara terminologi, kata remaja berasal dari *murahaqoh*, kata kerjanya adalah *raahoqa* yang berarti *al-iqtirab* (dekat) berarti mendekati kematangan secara fisik, akal, dan jiwa serta sosial.<sup>10</sup>

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang dimulai dari usia 12-21 tahun. Masa remaja sering dikenal dengan masa pencaharian jati diri (*ego identity*). Pada masa ini manusia berumur belasan tahun yang mana tidak dapat disebut sudah dewasa tetapi tidak dapat pula disebut anak-anak.<sup>11</sup>

Berkaitan dengan itu masa remaja juga merupakan masa dimana remaja bukan lagi anak-anak melainkan sudah seperti orang dewasa yang ditunjukkan baik yang terlihat dari perubahan fisik maupun psikis, namun apabila mereka diperlakukan seperti orang dewasa, ternyata belum dapat

---

<sup>10</sup> Muhammad Al-Mighwar. *Psikologi Remaja* (Bandung: Cv Pustaka Setia, 2011). h. 55.

<sup>11</sup> Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014). h. 37.

menunjukkan sikap dewasa, karena mereka belum mampu memegang peran barunya sebagai remaja.<sup>12</sup>

Jadi dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan masa dimana seorang anak mengalami masa peralihan dari usia anak-anak menuju usia sebelum dewasa dimana anak mengalami berbagai perubahan dalam dirinya yang lebih menggunakan emosi untuk melakukan banyak hal.

## 2. Karakteristik Remaja

Remaja ditandai dengan sejumlah karakteristik penting mulai dari karakteristik positif maupun karakteristik negatif untuk lebih jelasnya diuraikan sebagai berikut:

### a. Karakteristik Positif

Masa remaja ditandai dengan sejumlah karakteristik penting, diantaranya anak mencapai hubungan yang matang dengan teman sebaya, dapat menerima dan belajar peran sosial, menerima keadaan fisik, mencapai kemandirian emosional, memilih dan mempersiapkan karir, mengembangkan keterampilan intelektual, mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab, mampu berfikir secara sistematis, memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai pedoman bertingkah laku.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> Mohammad Ali dan Mohammad Asrori. *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2010). h. 16.

<sup>13</sup> Desmita. *Op.cit.*, h.37.

Jadi dapat disimpulkan bahwa karakteristik positif remaja ialah keadaan dimana dia mampu mencapai hubungan yang baik dengan lingkungan sosial ditempat dia berada, mampu memilih mana yang baik dilakukan dan mana yang tidak sebaiknya dilakukan.

#### b. Karakteristik Negatif

Karakteristik negatif remaja terjadi pada konsep diri pada remaja diantaranya yaitu remaja akan terus memiliki ciri ketidakstabilan hingga, remaja cenderung menolak adanya karakteristik negatif yang ada pada dirinya untuk mencari alasan, ragu-ragu, keinginan untuk diperhatikan sering berasumsi bahwa apa yang dipikirkan orang lain sama dengan apa yang mereka pikirkan, dan keyakinan remaja tentang dirinya yang spesial, unik, serta tidak tunduk patuh pada peraturan yang mengatur dunia.<sup>14</sup>

Jadi dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa karakteristik negatif dalam konsep diri remaja yaitu merasa semua yang dilakukannya benar serta tidak mengakui adanya karakter yang tidak baik pada dirinya kadang remaja menginginkan kehidupan yang bebas ataupun tidak terikat dengan aturan yang ada.

---

<sup>14</sup> *Ibid.*, h. 108

### c. Karakteristik Umum Masa Remaja

Karakteristik masa remaja secara umum dijelaskan sebagai berikut:<sup>15</sup>

#### 1) Kegelisahan

Keadaan dimana siswa belum mampu meraih angan-angan masa depannya menyebabkan adanya kegelisahan yang luar biasa pada diri remaja

#### 2) Pertentangan

Keadaan dimana remaja ingin bebas dari berbagai aturan terutama dari orang tua menjadikan adanya pertentangan di dalam diri remaja.

#### 3) Menghayal

Keinginan remaja untuk menyalurkan berbagai hal-hal yang dipikirkannya yang tidak selalu ke hal-hal negatif namun juga ke hal-hal yang positif.

#### 4) Aktivitas Berkelompok

Pada masa remaja ini remaja lebih banyak menghabiskan kesenangannya dengan teman sebayanya.

<sup>15</sup> Mohammad Ali dan Mohammad Asrori. *Op.cit.*, h.16-18.

### 5) Keinginan mencoba segala sesuatu

Remaja memiliki rasa ingin tau tinggi (*high curiosity*). Seperti dalam menggunakan *handphone* remaja ingin mencoba berbagai aplikasi-aplikasi yang ada dalam nya, yang tentunya memiliki pengaruh yang tidak baik baik kehidupannya sebagai siswa.

### 3. Tugas-Tugas Perkembangan Masa Remaja

Tugas-tugas perkembangan merupakan suatu proses yang harus dijalankan oleh remaja baik fisik dan psikis yang harus dipelajari, dijalani, dan dikuasai oleh setiap individu. Adapun tugas perkembangan tersebut ialah: (1) Menjalani hubungan dengan teman sebaya, (2) Menyiapkan masa depannya, (3) Mengembangkan keterampilannya, (4) Bertingkah laku yang bertanggung jawab moral ataupun sosial, (5) Berpedoman pada nilai dalam bertingkah laku.<sup>16</sup>

Lebih lanjut tugas-tugas perkembangan masa remaja diantaranya :

(1) Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya, (2) Mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas, (3) Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal, (4) Menemukan manusia model yang dijadikan identitas pribadinya, (5)

---

<sup>16</sup> Enung Fatimah. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. (Bandung : CV Pustaka Setia, 2008). h 159-161.

Menerima dirinya sendiri, (6) Memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri), (7) Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) kekanak-kanakan.<sup>17</sup>

## B. Handphone

### 1. Pengertian *Handphone*

Telepon genggam atau telepon seluler (disingkat ponsel) atau *handphone* (disingkat HP) adalah perangkat telekomunikasi elektronik yang mempunyai kemampuan dasar yang sama dengan telepon konvensional saluran tetap, tetapi dapat dibawa ke mana-mana (bahasa Inggris: *portable* atau *mobile*) dan tidak perlu disambungkan dengan jaringan telepon menggunakan kabel (jadi komunikasi nirkabel).<sup>18</sup>

Lebih lanjut *handphone* merupakan alat telekomunikasi elektronik dua arah yang bisa dibawa kemana-mana dan memiliki kemampuan untuk mengirimkan pesan berupa teks, gambar, video, suara, bahkan tatap muka secara langsung yang biasanya menyediakan fungsi *Personal Digital Assistant* (PDA) seperti fungsi kalender, buku agenda, buku alamat, kalkulator, dan catatan. Seiring mengikuti zaman *handphone* mempunyai

---

<sup>17</sup> KZ Saputro. Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*. 17 (1), 2017, 23-32.

<sup>18</sup> Wikipedia. Pengertian *Handphone*. *Ensiklopedia Bebas*. 2019.

fungsi yang sama menyerupai komputer yaitu memiliki kemampuan untuk mengakses internet.<sup>19</sup>

Dari pengertian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa *handphone* merupakan alat telekomunikasi yang dapat dibawa kemana-mana yang mempunyai kemampuan untuk saling berhubungan jarak jauh menggunakan berbagai kemampuan dari *handphone* itu sendiri.

## 2. Jenis-jenis *Handphone*

Terdapat berbagai jenis *handphone* yang dapat digunakan oleh berbagai kalangan masyarakat mulai anak-anak sampai orang tua diantaranya yaitu sebagai berikut:

### a. *Handphone* biasa

*Handphone* ini relatif berukuran kecil, biasa ini merupakan *handphone* yang di dalamnya hanya dapat melakukan komunikasi sebatas mengirim pesan teks dan melakukan panggilan suara.

### b. *Feature Phone*

*Handphone* ini jenis ini berukuran lebih besar dari pada *handphone* biasa yang relatif lebih canggih yang mana didalamnya dapat mengambil gambar, memutar lagu ataupun mengakses internet.

### c. *Smartphone*

*Smartphone* merupakan *handphone* pintar yang mana didalamnya di dalamnya disediakan *fiture* ataupun aplikasi selayaknya komputer dengan pilihan jaringan mulai dari 3G, 4G dapat pula menggunakan

---

<sup>19</sup> Ahmad fatoni dan Dwi Bayu Rendra. 2014. Perancangan *Prototype* Sistem Kendali Lampu Menggunakan *Handphone* Android Berbasis Arduino. *Jurnal Prosisko*. (1). 23.

WiFi, penggunaannya dapat menggunakan dengan mengeser layar tanpa tombol.<sup>20</sup>

### 3. Aplikasi yang Ada di *Handphone*

Dahulunya *handphone* hanya dapat diakses untuk alat komunikasi SMS (*short message service*) dan pesan suara saja, namun mengikuti perkembangan zaman pada saat ini *handphone* mempunyai berbagai kemampuan diantaranya yaitu sebagai berikut:

#### a. *Multimedia Messaging Service* (MMS)

Selain SMS yang dimiliki oleh *handphone* terdapat juga MMS yang memiliki kemampuan untuk mengirim pesan bergambar serta dalam MMS ini dapat digunakan untuk mengirimkan musik ataupun video sehingga tidak hanya sebatas mengirimkan teks pesan biasa saja.

#### b. Internet

Seiring dengan perkembangan teknologi, yang dulunya internet terbatas hanya dapat diakses melalui media komputer/laptop namun pada saat ini internet dapat dinikmati melalui media *handphone* hal ini memberikan kemudahan bagi banyak orang untuk dapat mengaksesnya dimana saja selama memiliki akses ke jaringan seluler maupun wifi.

#### c. Kamera

Didalam *handphone* terdapat kamera yang dapat digunakan oleh penggunanya untuk mengambil gambar sesuai dengan keinginannya, sehingga gambar-gambar tersebut dapat langsung disimpan sebagai file

---

<sup>20</sup> *Ibid.*, h 23.

pribadi pemiliknya tanpa perlu repot untuk mengambil gambar dengan kamera secara khusus maupun menyimpan di dalam album foto.

d. *Moving Picture Experts Group Layer-3 Audio (Mp3)*

Fitur Mp3 yang terdapat didalam *handphone* dapat digunakan untuk memutar musik yang sudah disediakan sendiri oleh penggunanya, yang dapat disimpan atau dihapus sesuai dengan keinginan si pengguna *handphone* itu sendiri.<sup>21</sup>

e. *Youtube*

*Youtube* merupakan salah satu aplikasi yang ada di dalam *handphone* yang dapat digunakan oleh penggunannya untuk mengakses berbagai video ataupun film-film sesuai dengan keinginan dari penggunannya karena di dalam *youtube* ini menyediakan berbagai pilihan video ataupun film mulai dari untuk anak-anak sampai untuk orang dewasa.

f. *Game (Permainan)*

*Handphone* tidak hanya dapat digunakan sebagai alat untuk berkomunikasi tetapi juga dapat digunakan untuk media hiburan seperti *game* yang beraneka ragam, seperti saat sekarang ini *game online* yang banyak sekali diminati oleh berbagai kalangan baik perempuan maupun laki-laki, terlebih lagi bagi remaja pada usia sekolah.

---

<sup>21</sup> Aliahardi Winata dan Tri Hartiti Retnowati. 2016. Pengaruh Penggunaan Waktu Menonton Televisi, Internet, dan Handphone Terhadap Disiplin Belajar Siswa di Lombok. *Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*. 13 (2). 6-7.

#### g. Media Sosial

Mengikuti era globalisasi ini berbagai aplikasi-aplikasi menarik banyak bermunculan diantaranya *Facebook* (Fb), *Twitter*, *Massanger*, *WhatsApp* (WA), *BBM*, *Line* dan *Instagram*, aplikasi tersebut dapat digunakan oleh banyak orang untuk berkomunikasi baik lisan maupun tulisan, serta berbagi cerita, berbisnis dan lain sebagainya, yang mana beberapa jenis aplikasi ini banyak digunakan oleh remaja yang masih dalam usia sekolah, didalamnya mereka dapat berkomunikasi dengan orang yang ada di Indonesia bahkan di berbagai belahan dunia.

#### 4. Dampak Penggunaan Handphone

*Handphone* sebagai alat komunikasi dan media sosial dapat memiliki dampak positif maupun negatif bagi remaja diantaranya yaitu sebagai berikut:

##### a. Dampak Positif

Adapun dampak positif penggunaan *handpone* bagi remaja diantaranya yaitu: (1) Mempermudah remaja dalam meperoleh informasi dan pengetahuan baik tentang pelajaran, hobi, ataupun berita terkini, (2) Mempermudah terhubung dengan keluarga dari jarak jauh, (3) Remaja dapat mengisi waktu luang nya seperti berjualan online di media sosial, (4) Sebagai media promosi kegiatan sekolah mereka,

sehingga dengan mudah menceritakan tentang sekolahnya di media sosial.<sup>22</sup>

#### b. Dampak Negatif

Selain dampak positif terdapat pula dampak negatif dari penggunaan *handphone* oleh remaja diantaranya yaitu: (1) Kecanduan terhadap media sosial yang ada di *handphone* sehingga tidak semangat belajar dan lupa waktu, (2) Pencurian identitas bagi remaja yang membagikan foto berlebihan sehingga menjadi sasaran *cyberbullying*, (3) Pornografi, bagi remaja yang tidak mampu mengontrol dirinya dengan baik, (4) Rasa panik, cemas, tidak percaya diri dan gagap sosial karena adanya perbandingan sosial yang dilakukan remaja di media sosial.<sup>23</sup>

### C. Kontrol Diri

#### 1. Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri adalah seperangkat tingkah laku yang berfokus pada keberhasilan mengubah diri pribadi, keberhasilan menangkap pengrusakan diri (*self-destructive*), perasaan mampu pada diri sendiri, perasaan mandiri (*autonomy*) atau bebas pengaruh dari pribadi, keberhasilan menangkalkan pengrusakan diri (*self-destructive*), perasaan mampu pada diri sendiri, perasaan mandiri (*autonomy*) atau bebas pengaruh

<sup>22</sup> Endah Triastuti, Dimas Adrianto, dan Akmal Nurul. Kajian Dampak Penggunaan Media Sosial Bagi Anak dan Remaja. *Buku Literasi Digital* (Pustaka Kajian Komunikasi FISIP Universitas Indonesia: Jakarta, 2017). H 64-66.

<sup>23</sup> *Ibid.*, h 74

dari orang lain, serta kemampuan untuk memisahkan tingkah laku yang baik dilakukan dan tidak baik dilakukan.<sup>24</sup>

Kontrol diri dapat juga diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif dalam kehidupannya agar tidak terpengaruh oleh berbagai hal-hal negatif yang dapat menyebabkan berbagai permasalahan dalam kehidupannya sehari-hari.<sup>25</sup>

Lebih lanjutnya kontrol diri adalah perasaan bahwa seseorang dapat membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk menghasilkan akibat yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan, setiap individu memiliki mekanisme untuk mengatur dan mengarahkan dirinya, sebagai salah satu sifat kepribadian kontrol diri individu satu dengan yang lainnya tidaklah sama, ada individu yang memiliki kontrol diri tinggi maupun rendah.<sup>26</sup>

Berdasarkan penjelasan di atas, maka kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku, dimana pengendalian tingkah laku mengandung makna melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak dan bagaimana berperilaku. Semakin tinggi kontrol diri seseorang, maka semakin tinggi pula pengendaliannya terhadap tingkah lakunya.

---

<sup>24</sup> Sys Maf'qihul Umi1, Siti Fitriana, dan Suhendri. *Op.cit.*, h 65.

<sup>25</sup> Evi Aviyah dan Muhammad Farid. 2014. Regiliusitas, Kontrol diri dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 3 (2) h 126-129.

<sup>26</sup> Herlina Siwi Widiani, Sofia Retnowati, dan Rahma Hidayat. *Op.Cit.*, 6-16.

## 2. Ciri-ciri Kontrol Diri yang Baik

Adapun menurut teori Logue dan Forzano ciri-ciri remaja yang mampu memiliki kontrol diri yang tinggi, adalah sebagai berikut:

### a. Kemampuan mengendalikan segala sesuatu

Seorang anak yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan memiliki kemampuan yang baik dalam mengendalikan dirinya dalam melakukan berbagai hal, dan mampu untuk membuat keputusan dalam melakukan sesuatu yang positif maupun yang negatif, sehingga pengendalian dirinya terarah dengan baik.

### b. Tekun dan tetap bertahan dengan tugas yang harus dikerjakan, walaupun menghadapi banyak hambatan

Remaja yang mampu mengontrol diri dengan baik ditandai dengan kemampuannya dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan kepadanya meskipun tugas tersebut sulit, dia tetap berusaha bertahan dengan tugas tersebut dengan melewati berbagai hambatan-hambatan yang ada karena merasa bertanggung jawab terhadap tugas-tugasnya.

### c. Dapat mengubah perilaku menyesuaikan dengan aturan dan norma yang berlaku dimana ia berada

Ciri remaja yang mampu mengontrol dirinya ialah remaja yang mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya, apabila ada perilaku yang tidak sesuai dengan lingkungan tempat dia berada maka dia akan mampu mengubahnya sesuai dengan kondisi yang ada tersebut.

- d. Tidak menunjukkan perilaku yang emosional atau meledak-ledak

Remaja yang mampu mengontrol dirinya dengan baik akan mampu untuk memilih perilaku yang sebaiknya ditampilkannya di hadapan orang-orang disekitarnya, dia akan memiliki kemampuan mengontrol emosi dengan baik agar orang lain tidak mengetahui keadaan ataupun amarahnya.

- e. Bersifat toleran atau dapat menyesuaikan diri terhadap situasi yang tidak dikehendaki

Ciri remaja yang mampu mengontrol dirinya dengan baik ialah remaja yang mampu menghargai setiap perbedaan yang ditemuinya dimanapun dia berada meskipun keadaan tersebut merupakan keadaan yang tidak disukainya tetapi dia mampu untuk menutupi ketidak sukannya tersebut.<sup>27</sup>

### 3. Apek-aspek dalam Kontrol Diri

Menurut Averill ada tiga aspek dalam kontrol diri diantaranya yaitu sebagai berikut:

- a. Kontrol perilaku (*behavior control*)

Kontrol perilaku yaitu kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, dimana individu yang kontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan kemampuan dirinya, bila tidak mampu maka individu akan menggunakan sumber eksternal untuk mengatasinya.

---

<sup>27</sup> Haryanti Tri Darmi Titisari. 2017. Hubungan antara Penyesuaian diri dan Kontrol diri dengan Perilaku Delikuen pada Siswa SMA Muhammadiyah 1, Jombang. *Psikodimensia*. 16(2).. h 135.

b. Kontrol kognitif (*cognitive control*)

Kontrol kognitif yaitu kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai untuk memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan.

c. Kontrol pengambilan keputusan (*decisional control*)

Kontrol pengambilan keputusan yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih beberapa hal yang saling memberatkan.<sup>28</sup>

## D. Permainan

### 1. Pengertian Permainan

Permainan adalah situasi bermain yang terkait dengan beberapa aturan atau tujuan tertentu, yang menghasilkan kegiatan dalam bentuk tindakan didalamnya terdapat aktivitas yang diikat dengan aturan untuk mencapai tujuan tertentu.<sup>29</sup> Permainan juga merupakan suatu cara yang dapat meningkatkan dan mengembangkan perkembangan sosial anak.

---

<sup>28</sup> Yuli Yanti Harahap. 2017. Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Ketergantungan Internet di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan. *Jurnal Edukasi, Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3(2). h 139-140.

<sup>29</sup> Haerani Nur. 2013. Membangun Karakter Anak Melalui Permainan Anak Tradisional. *Jurnal Pendidikan Karakter*. 3(1). h 90.

belajar memahami orang lain dan peran-peran yang akan ia mainkan di kemudian hari setelah tumbuh menjadi orang dewasa.<sup>30</sup>

Jadi dapat disimpulkan bahwa permainan merupakan suatu kegiatan yang menyenangkan dilakukan berdasarkan tata cara dan aturan yang telah ditetapkan sehingga dapat menjadikan orang yang melakukannya berinteraksi antara satu sama lainnya.

## 2. Pengertian Permainan Tradisional

Permainan tradisional merupakan permainan yang telah diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya dengan permainan tersebut mengandung nilai “baik”, “positif”, “bernilai”, dan “diinginkan”. Ada konsensus bahwa permainan tradisional merujuk pada aktivitas-aktivitas yang sudah pernah dimainkan dengan julukan-julukan khas dengan sejarah yang panjang.<sup>31</sup>

Berkaitan dengan hal tersebut permainan tradisional juga merupakan permainan yang menganut nilai-nilai luhur dan pesan-pesan moral tertentu seperti nilai-nilai kebersamaan, kejujuran, tanggung jawab, sikap lapang dada (kalau kalah), dorongan berprestasi, dan taat pada aturan. Semua itu didapatkan kalau si pemain benar-benar menghayati, menikmati permainan tersebut.<sup>32</sup>

---

<sup>30</sup> Abdul Khobir. 2009. Upaya Mendidik Anak dengan Permainan Edukatif. *Forum Tarbiyah*. 7(2). h 199.

<sup>31</sup> Dasrun Hidayat. 2017. Permainan Tradisional Dan Kearifan Lokal Kampung Dukuh Garut Selatan Jawa Barat. *Jurnal Academica*. 5(2). h 1061.

<sup>32</sup> Haerani Nur. Op.cit., h 92.

Jadi dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional adalah suatu jenis permainan yang dimainkan secara turun temurun yang banyak mengandung nilai-nilai moral serta kebersamaan diantara satu sama lainnya.

### 3. Fungsi Permainan Tradisional

Permainan memiliki fungsi yang baik dalam kehidupan seorang remaja, terutama permainan tradisional yang dilakukan secara bersama-sama diantaranya yaitu: (1) Meningkatkan jiwa sosial remaja dengan melakukan interaksi, (2) Dapat menjadi wadah anak untuk mengembangkan potensi dirinya, dan (3) Melatih remaja dalam mengontrol diri, emosi serta sikapnya dengan baik saat melakukan aktivitas permainan.<sup>33</sup>

Lebih lanjut kegiatan permainan tradisional yang beraneka ragam dapat mengembangkan berbagai aspek perkembangan terutama pada remaja seperti, aspek motorik: melatih daya tahan, aspek kognitif: mengembangkan imajinasi, aspek bahasa: mengetahui tentang nilai-nilai, aspek sosial: dapat berinteraksi dengan baik bersama orang lain, psikomotorik: dapat mengontrol diri dalam melakukan berbagai hal<sup>34</sup>

Jadi dapat disimpulkan bahwa fungsi permainan tradisional ialah dapat melatih setiap remaja agar mengatur dirinya dengan baik mulai dari bertingkah laku, berinteraksi dengan orang lain, maupun mengontrol diri dengan baik.

<sup>33</sup> *Ibid.*, h 91.

<sup>34</sup> Abdul Khobir. *Op.cit.* h 1062.

#### 4. Jenis-Jenis Permainan Tradisional

##### a. Lempar Batu

Lempar Batu merupakan permainan menggunakan kerikil, permainan ini dibutuhkan kecepatan, kelincahan, dan konsentrasi tingkat tinggi. Sebelum bermain dilakukan hompimpah untuk menentukan siapa pemain pertama. Jika pemain tersebut gagal menangkap batu, maka dilanjutkan oleh pemain berikutnya. Pemain yang berhasil mengumpulkan kerikil terbanyak keluar sebagai pemenang.

##### b. Ular Naga

Ular naga adalah permainan dengan langkah awal dua orang akan menyatukan tangan di atas kepala sehingga membentuk sebuah terowongan dan menyanyikan lagu ular naga. Saat lagu dinyanyikan pemain lain berbaris membentuk seperti ular memutar melewati terowongan tersebut. Lagu ular tangga kurang lebih liriknya seperti ini; Ular naga panjangnya, bukan kepalang. Menjalar-jalar selalu riang kemari. Umpan yang lezat itulah yang dicari. Ini dianya yang terbelakang. Ketika lagu selesai dan berhenti pada seorang anak, dia harus mengikuti salah satu pemain yang menjadi terowongan.

##### c. Kotak Pos

Permainan kotak pos dilakukan dengan pemain mengepalkan tangannya dan menyatukan di tengah. Salah satu pemain ada yang menjadi pemimpin dengan menyentuh satu per satu kepalan tangan sambil menyanyikan “Kotak pos belum diisi, mari kita isi dengan buah-

buahan, tak uk uk minta apa?’. Setelah lagu berakhir, pemain yang terkena sentuhan terakhir harus menyebutkan tiga nama buah-buahan. Jika ia tidak dapat menyebutkan nama tersebut, dia harus keluar dari permainan dan dianggap kalah.

#### d. Kucing dan Tikus

Permainan kucing dan tikus dilakukan dengan minimal 10 orang pemain. Diawal permainan dipilih 2 orang yang menjadi kucing dan tikus, dan yang lain membentuk lingkaran dan bergandengan tangan. Tugas kucing adalah menangkap tikus yang ada ditengah lingkaran, Jika kucing berhasil menangkap tikus maka mereka akan berganti giliran.

#### e. ABC lima dasar

ABC lima dasar adalah salah satu permainan yang membutuhkan kecerdasan dan konsentrasi, sebelum permainan seluruh anggota menentukan tebakan nama apa yang akan dimainkan, selanjutnya anggota pemain akan menyumbangkan jari di awal permainan untuk menentukan huruf apa yang akan dijadikan sebagai patokan.

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

K E R I N C I

### E. Layanan Bimbingan Kelompok

#### 1. Pengertian Bimbingan

Bimbingan secara istilah dalam bahasa Indonesia adalah suatu proses pemberian informasi yang menyajikan pengetahuan yang dapat digunakan untuk mengambil suatu keputusan ataupun memberitahukan sesuatu sambil memberikan nasihat, serta mengarahkan, menuntun ke suatu tujuan yang

hanya diketahui oleh pihak yang mengarahkan ataupun mungkin diketahui oleh kedua belah pihak yang terkait.<sup>35</sup>

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu dalam hal memahami diri sendiri, menghubungkan pemahaman tentang dirinya sendiri dengan lingkungan, memilih, menentukan, dan menyusun rencana sesuai dengan konsep dirinya dan tuntunan lingkungan berdasarkan norma-norma yang berlaku sehingga secara sistematis dapat memecahkan masalah yang sedang dihadapinya.<sup>36</sup>

Berkaitan dengan hal tersebut bimbingan merupakan bagian dari proses pendidikan yang teratur dan sistematis guna membantu pertumbuhan, anak-anak, anak muda, orang dewasa, maupun orang tua atas kekuatannya dalam menentukan dan mengarahkan kehidupannya sendiri, yang pada akhirnya ia dapat memperoleh pengalaman-pengalaman yang dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi dirinya dan orang lain agar dapat mengendalikan dan menyesuaikan dirinya dengan baik.<sup>37</sup>

Lebih lanjut bimbingan merupakan suatu arahan yang memiliki fungsi untuk pengembangan seluruh potensi yang dimiliki individu, membantu individu menyalurkan minat, bakat, keahlian yang dimilikinya, mengadaptasikan program pendidikan sesuai dengan kemampuan maupun

---

<sup>35</sup> Winkel dan Sri Hastuti. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. (Yogyakarta: Media Abadi, 2006). h 27.

<sup>36</sup> Anas Salahudin. *Bimbingan dan Konseling*. (Bandung: Pustaka Setia, 2010). h 15.

<sup>37</sup> Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004). h 94.

kebutuhan individu, dan untuk membantu individu dalam menemukan penyesuaian diri serta perkembangannya secara optimal.<sup>38</sup>

Dari pengertian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan yang diberikan oleh orang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu agar dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dengan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan yang ada pada dirinya.

## 2. Kelompok

### a. Pengertian Kelompok

Kelompok adalah berkumpulnya sejumlah orang yang saling berkaitan satu sama lain yang berinteraksi bersama sejumlah orang untuk mencapai tujuan bersama sehingga di dalamnya ada norma yang harus ditaati oleh setiap anggota kelompok, masing-masing anggota kelompok mengetahui sasaran yang akan dicapai dan bertindak laku sesuai dengan peranannya, dan peranan itu saling berkaitan untuk melakukan usaha bersama-sama.<sup>39</sup>

Terdapat beberapa definisi tentang kelompok yaitu sebagai berikut:<sup>40</sup>

- 1) Kelompok dapat diartikan sebagai sejumlah orang yang berkumpul bersama untuk mencapai suatu tujuan.

<sup>38</sup> Achmad Juntika Nurihsan. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2009). h 8-9.

<sup>39</sup> Prayitno. *Op.cit.*, h 15.

<sup>40</sup> Wildan Zulkarnain. *Dinamika Kelompok, Latihan Kepemimpinan Pendidikan*. (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2013). h 2-4.

- 2) Kelompok dapat diartikan sebagai kumpulan orang-orang yang bergantung dalam beberapa hal yang saling mempengaruhi satu sama lainnya.
- 3) Kelompok dapat diartikan sebagai sejumlah individu yang berinteraksi satu sama lain, sehingga kelompok tidak ada sebelum ada interaksi.
- 4) Kelompok dapat diartikan suatu kesatuan sosial yang terdiri dari dua orang atau lebih yang menganggap dirinya berada dalam suatu kelompok, masuk ke dalam kelompok karena memiliki persepsi sendiri tentang kelompok itu.
- 5) Kelompok diartikan sebagai sekumpulan individu yang interaksinya tersusun oleh serangkaian peran dan norma-norma.

Dari pendapat dua ahli di atas maka dapat penulis simpulkan bahwa kelompok merupakan berkumpulnya beberapa orang secara langsung terjadi interaksi timbal balik antara satu sama lainnya yang terikat dengan norma-norma untuk mencapai tujuan bersama .

#### **b. Ciri-ciri kelompok**

Adapun menurut Prayitno dan Amti sekumpulan orang dapat dikatakan sebuah kelompok apabila memenuhi ciri-ciri sebagai berikut:<sup>41</sup>

- 1) Mempunyai tujuan bersama, melakukan kegiatan yang tertuju pada pencapaian tujuan bersama itu.
- 2) Diikat dengan adanya pemimpin kelompok yang bertugas mempersatukan seluruh anggota kelompok.

---

<sup>41</sup> Prayitno dan Erman Amti. *Op.cit.*, h 308.

- 3) Keanggotaan kelompok terdiri dari sejumlah orang yang diikat dengan tujuan dan rasa kebersamaan.
- 4) Memiliki aturan, nilai-nilai, atau pedoman yang memungkinkan seluruh anggota bertindak dan mengarahkan diri bagi pencapaian tujuan-tujuan yang mereka kehendaki.

### **c. Fungsi Kelompok**

Secara umum fungsi kelompok untuk memenuhi kebutuhan anggota agar setiap anggota kelompok relatif merasa puas, lebih lengkapnya fungsi-fungsi kelompok diantaranya yaitu agar anggota kelompok merasa memiliki terhadap kelompoknya, loyalitas serta kesetiakawanan sosial, rasa aman, penghargaan, mencapai tujuan, agar anggota kelompok merasa organ dari kelompok.

## **3. Bimbingan Kelompok**

### **a. Pengertian Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik (konseli) secara bersama-sama melalui dinamika kelompok untuk memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing/konselor) membahas secara bersama-sama bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan untuk

perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, untuk pertimbangan pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.<sup>42</sup>

Berkaitan dengan hal tersebut bimbingan kelompok juga merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi maupun sosial agar individu mampu untuk meningkatkan pemahaman terhadap dirinya serta lingkungannya.<sup>43</sup>

Menurut Gazda (dalam Prayitno dan Erma Amti) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok merupakan kegiatan bertukaran informasi antara individu dalam suatu kelompok untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat yang diselenggarakan untuk menyampaikan informasi personal, vokasional, maupun sosial sesuai dengan keperluan berbagai individu dalam kelompok.<sup>44</sup>

Lebih lanjut bimbingan kelompok adalah suatu teknik atau metode yang digunakan untuk mendampingi suatu kelompok dalam meningkatkan cara maupun mutu interaksi, pertukaran pikiran, diskusi maupun kepercayaan diri antara satu dengan yang lainnya untuk membentuk kepribadian setiap anggota kelompok agar dapat

---

<sup>42</sup> Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2008). h 78.

<sup>43</sup> Achmad Juntika Nurihsan. *Op.,cit.* h 23.

<sup>44</sup> Prayitno dan Erma Amti. *Op.,cit.* h 309.

bekerjasama dengan baik antara satu sama lainnya di dalam suatu kelompok yang terdiri dari beberapa orang.<sup>45</sup>

Dari beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah salah satu jenis layanan dalam bimbingan dan konseling yang memungkinkan beberapa peserta didik memperoleh pelayanan maupun informasi mengenai masalah yang sedang *booming* dalam dinamika kelompok.

#### **b. Tujuan Bimbingan Kelompok**

Secara umumnya bimbingan kelompok bertujuan sebagai sarana untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa, lebih berani mengemukakan pendapatnya sendiri ketika berhadapan dengan orang lain, lebih bersedia menerima pandangan atau pendapat orang lain, mendapatkan latihan untuk dapat bergerak dalam suatu kelompok, serta membantu siswa dalam menghadapi persoalan-persoalan sulit.<sup>46</sup>

Secara khususnya bimbingan kelompok bertujuan untuk pemberian informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana, pilihan-pilihan dan keputusan yang tepat untuk dirinya, pembahasan masalah atau topik umum secara luas dan mendalam yang memberikan manfaat bagi anggota kelompok.<sup>47</sup>

Dari tujuan umum dan khusus tersebut dapat disimpulkan bahwa tujuan dari bimbingan kelompok yaitu untuk membantu siswa dalam mendapatkan pengembangan diri dalam dinamika kelompok agar dapat

<sup>45</sup> Winkel dan Sri Hastuti. *Op.,cit.* h 547.

<sup>46</sup> *Ibid.* h 565-566.

<sup>47</sup> Prayitno. *Op.cit.*, h 70.

memahami arah yang harus diikuti nya dalam membuat rencana-rencana maupun keputusan.

### c. **Komponen Bimbingan Kelompok**

Dalam suatu kelompok terdapat beberapa komponen yang harus ada dalam suatu kelompok agar dapat menjadi kelompok yang memiliki dinamika yang baik begitu juga dalam bimbingan kelompok, komponennya yaitu sebagai berikut:

#### 1) Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Dalam konseling kelompok PK adalah seseorang yang memimpin kelompok melalui “bahasa” untuk mencapai tujuan konseling. Secara khusus PK diharuskan menghidupkan dinamika kelompok seintensif mungkin untuk mencapai tujuan umum dan tujuan khusus yang telah ditetapkan serta direncanakan terdahulu. PK adalah komponen layanan konseling kelompok yang bertanggung jawab penuh terlaksannya proses konseling kelompok.

#### a) Karakteristik Pemimpin Kelompok (PK)

Untuk menjalankan tugas dan kewajiban profesionalnya, PK adalah seorang yang harus memiliki sikap dan keterampilan diantaranya, (1) Kehendak dan usaha mengenal dan mempelajari dinamika kelompok, (2) Kesiediaan menerima orang lain, (3) Kesiediaan menerima berbagai pandangan dan sikap yang berbeda,

(4) Pemusatan perhatian terhadap sekaligus suasana, dan (5) Rasa humor serta rasa bahagia.<sup>48</sup>

b) Peranan Pemimpin Kelompok (PK)

Peranan pemimpin kelompok dalam bimbingan kelompok diantaranya yaitu, (1) Memberikan bantuan, serta pengarahan terhadap kegiatan kelompok, (2) Memusatkan perhatian pada suasana perasaan yang terjadi didalam kelompok, dan dapat menanyakannya, (3) Memperjelas arah pembicaraan anggota klien, (4) Memberikan umpan balik tentang berbagai hal yang terjadi dalam kegiatan kelompok, (5) Mengatur “lalu lintas” kegiatan-kegiatan yang ada dalam kelompok, (6) Bertanggung jawab atas kerahasiaan, pembicaraan masalah yang ada dalam kelompok agar tidak dibicarakan ke luar kelompok.<sup>49</sup>

2) Anggota kelompok

Anggota kelompok adalah salah satu unsur pokok dari kehidupan kelompok yaitu sesama mereka yang mengikat kegiatan konseling kelompok. Kelompok dengan jumlah anggota yang relatif kecil cenderung lebih kompak dengan anggota yang jumlahnya lebih banyak.<sup>50</sup>

Berkaitan dengan hal tersebut Prayitno dan Amti dalam bukunya mengemukakan sebaik-baiknya jumlah anggota dalam konseling kelompok terdiri dari 10 orang anggota, hal ini dilakukan

<sup>48</sup> *Ibid.* h 34.

<sup>49</sup> *Ibid.* h 35.

<sup>50</sup> Wildan Zukarnain. *Op.cit.*, h 21.

agar semua anggota kelompok dapat dengan mudah saling mempercayai, memiliki, mengasihi sehingga terasa bahwa kelompok tersebut adalah milik mereka bersama bukan milik sebgaiian pribadi anggota. Sehingga setiap anggota kelompok dapat berperan aktif dalam proses konseling yang jumlah anggotanya tidak terlalu besar tersebut.<sup>51</sup>

#### a) Peranan Anggota Kelompok

Peranan yang hendak dimainkan oleh anggota kelompok agar dinamika kelompok benar-benar seperti yang diharapkan ialah, (1) Membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok, (2) Mencerahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok, (3) Berusaha agar yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama, (4) Membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhiya dengan baik, (5) Benar-benar berusaha untuk secara aktif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok, (6) Mampu berkomunikasi secara terbuka, (7) Berusaha membantu orang lain, (8) Memberi kesempatan kepada anggota lain untuk juga menjalankan peranannya, (9) Menyadari pentingnya kegiatan kelompok itu.<sup>52</sup>

---

<sup>51</sup> Prayitno dan Erman Amti. *Op.cit.*, 314.

<sup>52</sup> Payitno. *Op.cit.*, h 32.

#### d. Homogenitas/Heterogenitas Kelompok

Homogenitas merupakan tingkatan dimana para anggota memiliki kesamaan dalam umur, jenis kelamin, dan latar belakang. Apabila perbedaan diantara anggota kelompok semakin menipis maka kelompok akan semakin kompak, dengan semakin meningkat rasa kebersamaan diantara anggota kelompok maka aktivitas kelompok akan meningkat pula.<sup>53</sup>

Sedangkan heterogenitas adalah kelompok yang memiliki keberagaman dalam umur, jenis kelamin, dan latar belakang. Anggota kelompok dicampur bukan hanya pada satu tingkatan saja tetapi digabungkan antara anggota yang pandai dan yang kurang pandai. Dengan adanya perbedaan dalam kelompok maka dapat membuat dinamika kelompok semakin hangat.

Anggota kelompok yang homogen kurang efektif dalam konseling kelompok, sebaliknya anggota kelompok yang heterogen akan menjadi sumber yang lebih kaya untuk mencapai tujuan layanan, tidak monoton dan terbuka. Heterogenitas dapat memecahkan kebekuan yang terjadi akibat homogenitas kelompok.

Jadi dapat disimpulkan bahwa homogenitas dan heterogenitas anggota kelompok sangat menentukan keberhasilan dan kelancaran dari kegiatan kelompok yang akan dilaksanakan.

---

<sup>53</sup> Wildan Zulkarnain. *Op.cit.* h 21.

### e. Asas Bimbingan Kelompok

Adapun asas-asas yang harus ada dalam bimbingan kelompok diantaranya yaitu sebagai berikut:

#### 1) Asas Keterbukaan

Dalam pelaksanaan konseling kelompok sangat diperlukan suasana terbuka antara pemimpin kelompok dengan anggota kelompok maupun anggota kelompok dengan anggota kelompok, dimana dalam konseling kelompok tidak bersikap berpura-pura, dalam memberikan keterangan tentang dirinya, dan menerima berbagai informasi dari orang anggota kelompok lainnya.

#### 2) Asas Kesukarelaan

Pelaksanaan konseling kelompok harus berlangsung atas dasar adanya kesukarelaan dan kerelaan baik dari anggota kelompok mengikuti, menjalani, kegiatan yang diperuntukkan baginya. Maupun dari pemimpin kelompok untuk mengarahkan kelompok tersebut.

#### 3) Asas Kegiatan

Untuk menciptakan dinamika kelompok yang hangat menghendaki adanya partisipasi aktif dari pemimpin kelompok maupun dari anggota kelompok, yaitu mau melaksanakan proses konseling kelompok sesuai dengan tahap-tahap dan peranan-peranan masing-masing dalam kelompok sehingga tujuan konseling kelompok dapat terlaksana dengan baik.

#### 4) Asas Kenormatifan

Usaha konseling kelompok yang dilaksanakan dalam konseling kelompok didasarkan dengan norma-norma, baik norma agama, hukum, peraturan, adat istiadat, dan kebiasaan-kebiasaan yang berlaku. Minsalnya dalam penyampaian pendapat harus saling menghargai, bila ingin menyampaikan pendapat harus mengacungkan tangan terlebih dahulu.

#### 5) Asas Kerahasiaan

Segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi rahasia kelompok yang hanya boleh diketahui oleh anggota kelompok dan tidak disebarluaskan keluar kelompok. Penerapan asas kerahasiaan merupakan hal yang sangat penting dalam konseling kelompok karena membahas masalah pribadi dari anggota kelompok yang ada dalam kelompok. Pemimpin kelompok hendaknya memantapkan asas ini sehingga seluruh anggota kelompok berkomitmen penuh untuk melaksanakannya.<sup>54</sup>

#### f. Topik Bahasan

Bimbingan kelompok membahas materi topik umum yaitu topik bebas maupun tugas. Topik bebas yang digunakan adalah topik atau masalah yang muncul atau dikemukakan secara bebas oleh para peserta masing-masing. Satu persatu anggota kelompok mengemukakan topik secara bebas, kemudian dipilih mana yang akan dibahas terdahulu sesuai

---

<sup>54</sup> Prayitno dan Erman Amti. *Op.cit.* h 114.

dengan kesepakatan bersama sedangkan topik tugas adalah topik atau masalah yang datangnya dari pemimpin kelompok yang ditugaskan pada para peserta untuk mem bahas nya.<sup>55</sup> Dalam meningkatkan kontrol diri siswa maka topik tugas merupakan suatu pilihan yang tepat untuk digunakan.

#### **g. Tahap-Tahap Kegiatan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa**

Menurut Prayitno dalam bukunya ada beberapa tahapan dalam meningkatkan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* diantaranya yaitu sebagai berikut:

##### **1. Tahap Pembentukan**

Pemimpin kelompok menumbuhkan sikap kebersamaan dan perasaan anggota kelompok serta meyakinkan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, agar pada tahap-tahap berikutnya anggota kelompok dapat menjalankan kegiatan kelompok dengan baik, tahap-tahapnya yaitu sebagai berikut:

- a) Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih.
- b) Berdoa.
- c) Menjelaskan pengertian konseling kelompok (BKp) beserta tujuannya.
- d) Menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan kelompok.
- e) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri.

---

<sup>55</sup> Prayitno. *Op.cit.*, h 72.

- f) Teknik khusus
- g) Permainan penghangatan/pengakraban.

## 2. Tahap Peralihan.

Setelah suasana kelompok terbentuk dan dinamika kelompok sudah mulai tumbuh, kegiatan kelompok hendaknya dibawa lebih jauh oleh pemimpin kelompok menuju kegiatan kelompok yang sebenarnya, tahap-tahapnya yaitu sebagai berikut:

- a) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.
- b) Mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.
- c) Membahas suasana yang terjadi.
- d) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.
- e) Kalau perlu kembali ke beberapa aspek tahap pertama (tahap pembentukan).
- f) Memberikan contoh topik bahasan yang dikemukakan dan dibahas di dalam kelompok.

## 3. Tahap Kegiatan “Topik Tugas”

Pada tahap ini dimulai mengemukakan topik permasalahan oleh anggota kelompok untuk dibicarakan bersama didalam kelompok. Tahap-tahap kegiatan tersebut yaitu sebagai berikut:

- a) Pemimpin kelompok mengemukakan topik bahasan yang telah dipersiapkan.
- b) Menjelaskan pentingnya topik tersebut dibahas dalam kelompok.

- c) Anggota membahas topik secara mendalam dan tuntas.
- d) Kegiatan selingan.

#### 4. Tahap Pengakhiran

Kegiatan kelompok di arahkan pada pembahasan dan penjelajahan tentang apasaja yang diperolehnya dalam proses bimbingan kelompok dan melakukan pengakhiran terhadap proses bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan. Adapun tahap-tahapnya yaitu sebagai berikut:

- a) Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera berakhir.
- b) Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan.
- c) Membahas kegiatan lanjutan.
- d) Mengemukakan pesan dan harapan.<sup>56</sup>

#### F. Kajian Penelitian yang Relevan

Berdasarkan telaah kepustakaan yang telah peneliti lakukan ada beberapa hasil penelitian yang relevan antara lain :

Pertama hasil penelitian dari Nadifa Andriani dengan judul “Hubungan Antara Persepsi Menggunakan *Handphone* dengan Kontrol Diri Siswa Mts Sunan Kalijogo Karang Besuki Malang”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif signifikan, semakin tinggi

---

<sup>56</sup> *Ibid.*, h 60.

tingkat persepsi menggunakan *handphone* maka semakin rendah kontrol diri siswa MTs Sunan Kalijogo.<sup>57</sup>

Kedua, hasil penelitian Dewi Nur Fatimah dengan judul “Layanan Bimbingan Klasikal dalam Meningkatkan *Self Control* Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta” hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan layanan bimbingan klasikal dapat meminimalisir *Self Control* siswa di sekolah, dengan menggunakan 2 metode yaitu Pelajaran Bimbingan dan Ceramah Bimbingan dalam pengajaran klasikal, yang awalnya siswa mempunyai *Self Control* rendah menjadi stabil *Self Control* nya atau naik.<sup>58</sup>

Dari kedua penelitian yang relevan diatas ini, secara teoristis memiliki hubungan dengan penelitian ini, secara konseptual dapat dijadikan sebagai acuan teori umum dalam melakukan penelitian, karena kajiannya sama-sama tentang aspek kontrol diri siswa dalam menggunakan *handphone*. Penelitian yang relevan memfokuskan pada peningkatan kontrol diri siswa melalui kemampuan mempresepsikan dan layanan bimbingan klasikal. Sedangkan studi penelitian lebih memfokuskan pada penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional dalam meningkatkan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*. Jadi kajian teori yang relevan ini dapat dijadikan pedoman dalam memahami fenomena-fenomena yang ditemukan dilapangan.

---

<sup>57</sup> Nadifa Andriani. (2014) *Hubungan antara persepsi menggunakan handphone dengan kontrol diri siswa Mts Sunan Kalijogo Karang Besuki Malang*. Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.

<sup>58</sup> Dewi Nur Fatimah. 2017. *Layanan Bimbingan Klasikal dalam Meningkatkan Self Control Siswa Smp Negeri 5 Yogyakarta*. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*. 14(1). h 36.

## G. Kerangka Penelitian

Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat, variabel bebas adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional, sedangkan variabel terikat adalah kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*. Penelitian dilakukan untuk mengetahui apakah bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional dapat meningkatkan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*. Kerangka penelitian yang dilakukan digambarkan sebagai berikut:





**Gambar 1. Kerangka Prosedur Eksperimen.**

## H. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas hipotesis dua arah, yaitu hipotesis alternatif dan hipotesis nol. Hipotesis dikatakan benar jika hipotesis alternatif ( $H_a$ ) terbukti kebenarannya.

$H_a$  : terdapat perbedaan yang signifikan variabel tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* kelompok eksperimen sebelum (*pretest*) dan setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional (*posttest*).

$H_o$  : tidak terdapat perbedaan yang signifikan variabel tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* pada kelompok eksperimen sebelum (*pretest*) dan setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional (*posttest*).

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Jenis yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Metode eksperimen merupakan suatu penelitian yang menuntut peneliti memanipulasi dan mengendalikan satu atau lebih variabel bebas serta mengamati variabel terikat, untuk melihat perbedaan sesuai dengan manipulasi variabel bebas (*independent*) tersebut atau penelitian yang melihat hubungan sebab akibat kepada dua atau lebih variabel dengan memberi perlakuan lebih (*treatment*) kepada kelompok eksperimen.<sup>59</sup>

Jenis desain eksperimen yang digunakan untuk penelitian ini adalah *the one group pre-test post-test design*, rancangan ini meliputi hanya satu kelompok yang diberikan pra dan pasca-uji,<sup>60</sup> rancangan ini dilakukan untuk mengetahui efek yang ditimbulkan dari suatu perlakuan yang diberikan secara sengaja oleh peneliti.<sup>61</sup> Rancangan penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



**Gambar 2. Rancangan Penelitian *One Group Pre-test Post-test Design***

<sup>59</sup> Iskandar. (Ed.) . *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial*. (Jakarta:Gaung Persada Press, 2010). h 64.

<sup>60</sup> Syamsuddin dan Vismaia S Damaianti. *Metode Penelitian Bahasa*. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011). h 157

<sup>61</sup> Rahmat. *Statistika Penelitian*. (Bandung, CV Pustaka Setia, 2013). h 50.

Keterangan:

O1 : *Pre-test*

X : *Treatment*

O2 : *Post-test*

## B. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang dapat terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu dalam suatu penelitian. Tujuan diadakan populasi ialah agar kita dapat menentukan besarnya anggota sampel yang diambil dari anggota populasi.<sup>62</sup>

Lebih lanjut populasi ialah semua nilai baik hasil perhitungan maupun pengukuran, baik kuantitatif maupun kualitatif, mengenai sekelompok objek yang lengkap dan jelas.<sup>63</sup> Populasi juga merupakan keseluruhan sumber data dalam penelitian.<sup>64</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Sungai Penuh dengan jumlah 192 orang.

### 2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang diambil secara resentif atau mewakili populasi yang bersangkutan atau bagian kecil yang diamati,

---

<sup>62</sup> Iskandar. *Op.cit.*, h 68.

<sup>63</sup> Husaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar. *Pengantar Statistika*. (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009). h 181.

<sup>64</sup> Beni Ahmad Saebani. *Metode Penelitian*. (Bandung: CV Pustaka Setia, 2008). h 165.

keuntungan mengambil sampel bagi penelitian populasi adalah menghemat waktu, tenaga dan biaya.<sup>65</sup> Lebih lanjut sampel merupakan sub dari seperangkat elemen yang dipilih untuk dipelajari.<sup>66</sup> Berkaitan dengan itu sampel juga merupakan sebagian anggota populasi yang diambil dengan menggunakan teknik tertentu yang disebut dengan teknik sampling.<sup>67</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pengambilan sampel harus dilakukan sedemikian rupa sehingga diperoleh sampel yang benar-benar dapat berfungsi sebagai contoh atau dapat menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *sampling non random (non probability sampling)*, *sampling non random* adalah “Pengambilan sampel tidak secara acak” namun sampel ditetapkan berdasarkan ciri khusus sesuai tujuan penelitian yang telah ditetapkan, sehingga tidak memberikan kesempatan yang sama pada setiap anggota populasi untuk dijadikan sampel penelitian.<sup>68</sup>

Salah satu teknik *sampling non random* yaitu *purposive sampling*, penarikan sampel secara *purposive* menekankan pada pertimbangan karakteristik tertentu dari subjek penelitiannya yang disesuaikan dengan tujuan dari penelitian. Ada beberapa kriteria dalam pengambilan sampel yang dilakukan oleh peneliti, yaitu sebagai berikut:

---

<sup>65</sup> Iskandar. *Op.cit.*, h 69.

<sup>66</sup> Rahmat. *Op.cit.*, h 114.

<sup>67</sup> Husaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar. *Op.cit.*, h 182.

<sup>68</sup> *Ibid*, h 183.

- a. Siswa kelas VIII yang aktif pada semester 2 (genap).
- b. Untuk memenuhi heterogenitas dari kelompok maka peneliti mengambil sampel 2 orang siswa dengan kontrol diri tinggi, 2 orang siswa dengan kontrol diri sedang, dan 6 orang siswa dengan kontrol diri yang rendah.

Dalam pengambilan sampel, peneliti memberikan angket *pretest* kemudian dianalisis. Dari hasil analisis, di ambil 10 siswa yang akan menjadi kelompok *eksperimen*, anggota dalam kegiatan bimbingan kelompok yaitu siswa kelas VIII dengan jumlah dibatasi sampai 10 orang agar kelompok lebih efektif.

**Tabel 1. Sampel Penelitian**

No	Kelas	Jumlah Sampel
1	VIII A	2
2	VIII B	2
3	VIII D	2
4	VIII F	2
5	VIII G	2
Total Keseluruhan		10 Siswa

### C. Teknik Pengumpulan Data

Didalam penelitian ini menggunakan alat pengumpul data yaitu instrumen berupa skala, yang dapat digunakan untuk memperoleh informasi tentang tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*, dalam penelitian yang dikembangkan sendiri oleh peneliti dengan model skala *Likert*. Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena atau gejala sosial yang

terjadi, hal ini secara spesifik yang telah ditetapkan oleh peneliti yang kemudian disebut variabel penelitian.<sup>69</sup>

### 1. Pengembangan Kisi-kisi Instrumen

Instrumen penelitian dikembangkan dari literatur konseptual kemudian diturunkan ke definisi operasional variabel. Pengembangan tingkat kontrol diri dalam penggunaan *handphone* siswa adalah dengan membuat kisi-kisi variabel menjadi sub indikator, kemudian menyusun aspek yang akan diukur untuk diuraikan menjadi butir-butir pernyataan dalam instrumen tersebut maka diperoleh topik pembahasan tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*.

### 2. Pemberian Skor

Penelitian ini menggunakan Instrumen yang disusun berdasarkan kisi-kisi yang telah dibuat sehingga menghasilkan item-item pernyataan dan kemungkinan jawabannya. Item tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* menggunakan skala *Likert*, dengan alternatif jawaban selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD), Jarang (JR), dan Tidak Pernah (TP).

**Tabel 2. Penskoran Masing-Masing Pertanyaan.**

Jawaban Responden	Butir Soal	
	Negatif	Positif
Selalu (SL)	1	5
Kadang-Kadang (KD)	2	4
Sering (SR)	3	3
Jarang (JR)	4	2
Tidak Pernah (TP)	5	1

<sup>69</sup> *Ibid.* h 82.

## D. Pengujian Persyaratan Analisa

### 1. Uji Validitas

Suatu instrumen pengukuran dapat dikatakan valid jika instrument dapat mengukur sesuatu dengan tepat apa yang hendak diukur. Untuk menguji kevaliditasan tes digunakan rumus *product moment* dari Karl Pearson,<sup>70</sup> dengan bantuan program statistik SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 24.00 *for windows*. Setelah uji validitas dilakukan sehingga diperoleh 15 item yang gugur, yaitu item 2, 3, 6, 11, 14, 15, 16, 17, 19, 20, 24, 36, 37, 44, dan 47. Item yang tidak gugur digunakan sebagai instrumen penelitian, yaitu sebanyak 35 item. Hasil item yang dapat digunakan dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 3. Instrumen Kontrol Diri Siswa Setelah di Uji Coba**

Variabel	Sub Variabel	Item Positif	Item Negatif	Jumlah Item	Nomor
Kontrol Diri dalam Penggunaan Handphone	Mengendalikan Diri	1, 5	2, 3, 4, 6, 7	7	1-7
	Tekun Walau Banyak Hambatan	10	8, 9	3	8-10
	Berperilaku Sesuai Aturan dan Norma	13, 17, 19	11, 12, 14, 15, 16, 18	9	11-19
	Mengontrol Emosi	-	20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27	8	20-27
	Menyesuaikan Diri Terhadap Situasi	29	28, 30, 31, 32, 33, 34, 35	8	28-35
Jumlah		7	28		35

<sup>70</sup> Maman Abdurahman, Sambas Ali Muhidin, Ating Somantri. *Dasar-Dasar Metode Statistika Untuk Penelitian*. (Bandung: Cv Pustaka Setia, 2011). h 49.

## 2. Uji Reliabilitas

Suatu instrumen pengukuran dikatakan reliabel jika pengukurannya konsisten dan cermat akurat. Jadi uji reliabilitas instrumen dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui konsistensi dari instrumen sebagai alat ukur, sehingga hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Reliabilitas tidak sama dengan validitas, artinya pengukuran yang dapat diandalkan akan mengukur secara konsisten, tetapi belum tentu mengukur apa yang seharusnya di ukur. Untuk menguji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini digunakan *Alpha Cronbach*,<sup>71</sup> menggunakan bantuan program statistik SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 24.00 for windows. Hasil perhitungan indeks reliabilitas dikonsultasikan dengan kriteria *Guilford*.

**Tabel 4. Pedoman Pengujian Reabilitas Instrumen**<sup>72</sup>

No	Koefisien	Kualifikasi
1	0,91 – 1,00	Sangat Tinggi
2	0,71 – 0,90	Tinggi
3	0,41 – 0,70	Cukup
4	0,21 – 0,40	Rendah
5	Negatif – 0,20	Sangat Rendah

Berdasarkan hasil dari perhitungan yang dilakukan dengan menggunakan bantuan program statistik SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 24.00 for windows, diperoleh perhitungan reliabilitas

<sup>71</sup> *Ibid.*, h 56.

<sup>72</sup> Indah Yulita Hartono. 2017. Tingkat Pemahaman Seksualitas Siswa SMP. *Skripsi*. Program Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sanata Dhama Yogyakarta. h 39.

instrumen kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*, hasil dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 5. Nilai Koefisien Reliabilitas Instrumen**

Cronbach's Alpha	N of Items
,858	35

Berdasarkan perhitungan diatas, peneliti sesuaikan kriteria *Guilford*. reabilitas instrumen kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* termasuk dalam kategori sangat tinggi karena *Cronbach's Alpha* yang diperoleh adalah 0,858.

#### E. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah suatu cara yang dilakukan untuk menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis yang telah diajukan.<sup>73</sup> Data penelitian digolongkan menjadi dua macam yaitu data kualitatif dan kuantitatif,<sup>74</sup> karena dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif maka analisis data yang digunakan adalah analisis data yang bersifat kuantitatif, data dianalisis melalui perangkat statistik dan disajikan melalui tabel statistik atau diagram.

Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif menggunakan analisis statistik yaitu mengolah informasi yang berhubungan dengan angka-angka, kemudian disajikan dan diinterpretasikan dalam suatu uraian. Tujuan analisis data yang dilakukan adalah mendapatkan kesimpulan dari hasil penelitian.

<sup>73</sup> Rahmat. *Op.,cip.* h 70.

<sup>74</sup> Syamsuddin dan Vismaia S Damaianti. *Op.cip.*, h 18.

Adapun langkah yang dilakukan untuk menganalisis data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Deskripsi Data dengan Pendekatan Kuantitatif

Deskripsi data dilakukan untuk mendeskripsikan data tentang skor responden mengenai tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*. Tingkat skor responden variabel ini dihitung dengan menggunakan skor ideal yang dikemukakan oleh Syaifuddin Azwar yang dapat dilihat pada tabel berikut:<sup>75</sup>

**Tabel 6. Pedoman Interpretasi Skor**

Norma Kategorisasi	Kategori
$x \leq (\mu - 1,5\sigma)$	Sangat rendah
$(\mu - 1,5\sigma) > x \leq (\mu - 0,5\sigma)$	Rendah
$(\mu - 0,5\sigma) > x \leq (\mu + 0,5\sigma)$	Sedang
$(\mu + 0,5\sigma) > x \leq (\mu + 1,5\sigma)$	Tinggi
$(\mu + 1,5\sigma) > x$	Sangat Tinggi

Analisis deskriptif kuantitatif ini bertujuan untuk menggambarkan keadaan data apa adanya yang dikumpulkan dari responden, melalui tahapan berikut:

- a) Verifikasi data yaitu memeriksa kembali instrument angket yang telah diisi oleh responden.
- b) Menghitung nilai jawaban
  - 1) Menghitung frekuensi dari jawaban yang diberikan responden atas setiap item pertanyaan yang diajukan.
  - 2) Menghitung rata-rata skor total item.

<sup>75</sup> Syaifuddin Azwar. *Penyusunan Skala Psikologi*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010). h 108.

Untuk mencari presentase frekuensi jawaban responden, menurut Nana Sudjana presentase dapat dihitung dengan menggunakan rumus:

$$P = \frac{f}{N} \times 100$$

Keterangan:

P : Persentase

F : Frekuensi Jawaban

N : Jumlah Responden<sup>76</sup>

## 2. Uji Hipotesis

### a) Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*

Untuk melihat perbedaan tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional (kelompok eksperimen) digunakan analisis data dengan teknik *wilcoxon signed ranks test*, merupakan salah satu analisis data *non parametrik*, yang digunakan untuk membandingkan dua sampel yang saling berhubungan (sampel berasal dari populasi yang sama) apakah berbeda atau tidak.<sup>77</sup> Analisis ini dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*).

<sup>76</sup> *Ibid.* h 108.

<sup>77</sup> Supranto (ED). *Statistik Teori dan Aplikasi*. (Jakarta: Erlangga, 2009). h 302.

Adapun kaidah pengujian berdasarkan hipotesis yang diambil adalah sebagai berikut:

$$\frac{W^+ - \mu_T}{\sigma_T} > Z_{\alpha/2} = Z_{tabel}, \text{ Maka } H_0 \text{ diterima}$$

$$\frac{W - \mu_T}{\sigma_T} < Z_{\alpha/2} = Z_{tabel}, \text{ Maka } H_0 \text{ ditolak}^{78}$$



---

<sup>78</sup> Akhmad Fauzy . *Statistik Industri*. ( Jakarta: Erlangga, 2012). h 312.

## **F. Pelaksanaan Penelitian**

### **1. Izin Penelitian**

Prosedur pelaksanaan penelitian setelah mendapatkan persetujuan dosen pembimbing untuk melaksanakan penelitian, mulai dari proses surat izin penelitian dari lembaga/instansi terkait. Atas dasar permohonan peneliti, lembaga/instansi mengeluarkan surat penelitian yang ditujukan kepada SMP Negeri 1 Sungai Penuh untuk melaksanakan penelitian, yang selanjutnya Kepala SMP Negeri 1 Sungai Penuh yang memfasilitasi penelitian ini.

### **2. Pengadministrasian *Pretest***

Pengadministrasian *pretest* dilakukan untuk mengetahui gambaran awal bagaimana tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*. Pengadministrasian *pretest* yang dilakukan pada tanggal 07 Februari 2020 di SMP Negeri 1 Sungai Penuh.

### **3. Kegiatan Eksperimen**

Kegiatan eksperimen ini adalah kelompok atau subjek yang diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional. Subjek ini sebagai kelompok penguji apakah benar layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional efektif untuk meningkatkan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*. Kegiatan eksperimen ini dilaksanakan sebanyak 5 kali pertemuan.

Pada tabel di bawah ini disajikan jadwal layanan bimbingan 5 kelompok dengan teknik permainan tradisional pada siswa atau subjek penelitian.

**Tabel 7. Jadwal Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok**

No	Kegiatan	Hari	Tanggal	Waktu	Permainan
1	<i>Pretest</i>	Selasa	07 Februari 2020	10.00-10.30	
2	Mengendalikan diri	Rabu	12 Februari 2020	09.00-09.30	Kotak Pos
3	Tekun Walau Banyak Hambatan	Sabtu	15 Februari 2020	09.00-09.30	Lempar Batu
4	Berperilaku Sesuai Aturan dan Norma	Selasa	18 Februari 2020	09.00-09.30	ABC Lima Dasar
5	Pentingnya Mengontrol Emosi	Sabtu	22 Februari 2020	09.00-09.30	Kucing dan Tikus
6	Menyesuaikan Diri Terhadap Situasi	Selasa	25 Februari 2020	09.00-09.30	Ular Naga
7	<i>Posttest</i>	Rabu	26 Februari 2020	09.00-09.30	

#### 4. Pengadministrasian *Posttest*

Pengadministrasian *posttest* dilakukan untuk melihat hasil dari kegiatan siswa setelah mendapat layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional, pengadministrasian *posttest* ini dilaksanakan pada tanggal 26 Februari 2020 di SMP Negeri 1 Sungai Penuh.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Hasil Penelitian

Pada bab ini akan dibahas hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SMP Negeri 1 Sungai Penuh dengan jumlah sampel sebanyak 10 orang siswa kelas VIII yang diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 06 Februari sampai 29 februari. Secara spesifik penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional. Data-data yang diperoleh adalah hasil *pretest* dan *posttest* berkaitan dengan tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*.

Berdasarkan data yang diperoleh, maka dapat dideskripsikan hasil penelitian sebelum dilakukan perlakuan (*Pretest*) dan sesudah diberikan perlakuan (*Posttest*), pengolahan data kuantitatif dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS versi 24.00 *for windows*.

##### 1. Deskripsi Data *Pretest*

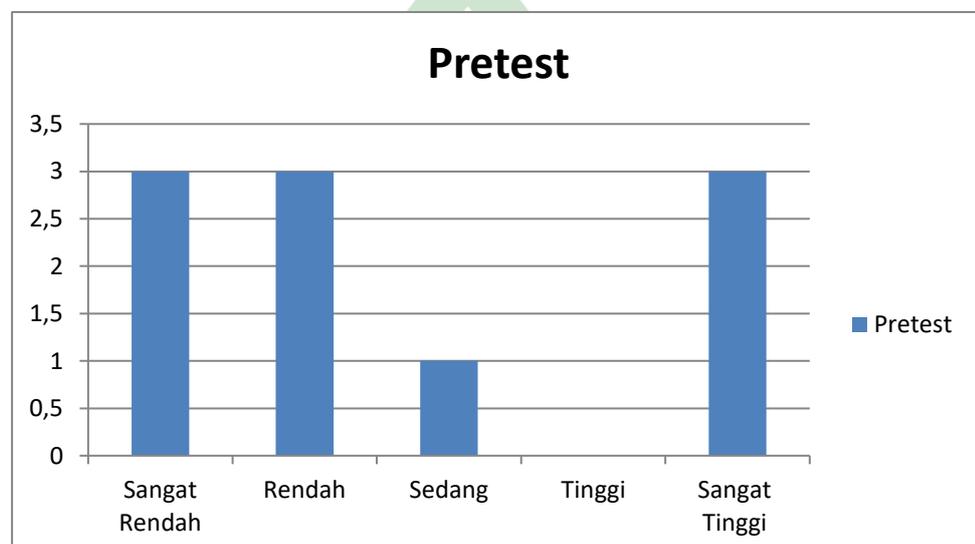
Sesuai dengan tujuan dilakukannya *pretest*, yaitu untuk mengetahui gambaran awal tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* pada siswa sebelum diberikan perlakuan. Maka dapat dilihat pada hasil *pretest* pada tabel berikut ini:

**Tabel 8. Data Hasil *Pretest* Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone***

Kategori	Rentan Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$\leq 95$	3	30
Rendah	$95 > \text{s.d} \leq 111$	3	30
Sedang	$111 > \text{s.d} \leq 127$	1	10
Tinggi	$127 > \text{s.d} \leq 136$	0	0
Sangat Tinggi	$136 >$	3	30
Jumlah		10	100

Berdasarkan tabel data hasil pretest tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* dapat digambarkan dalam diagram dibawah ini:

**Gambar 3. Diagram Batang Hasil *Pretest* Tingkat Kontrol Diri Siswa Dalam Penggunaan *Handphone***



Dari tabel 8 dan gambar 3 menunjukkan bahwa, dari data hasil pretest 10 orang siswa, yang dijadikan sampel penelitian ada 3 orang responden yang memiliki tingkat kontrol diri yang sangat rendah dengan persentase 30%, kemudian 3 orang responden memiliki tingkat kontrol diri

yang rendah dengan persentase 30%, selanjutnya 1 orang responden memiliki kontrol diri yang sedang 10%, dan seterusnya 3 orang responden memiliki kontrol diri yang yang sangat tinggi dengan persentase 30%. Jadi dapat disimpulkan dari tabel 8 bahwa rata-rata tingkat kontrol diri siswa berada pada kategori sedang. Hal ini dibuktikan dari hasil perolehan responden yaitu 118,5. Untuk lebih mengetahui tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebelum diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 9. Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone* Sebelum Diberikan Perlakuan.**

No	Kode Siswa	Skor	Kategori
1	ADH	68	Sangat Rendah
2	ADM	112	Sedang
3	FU	154	Sangat Tinggi
4	F	98	Rendah
5	MF	96	Rendah
6	NDP	97	Rendah
7	R	160	Sangat Tinggi
8	SNF	152	Sangat Tinggi
9	PNA	81	Sangat Rendah
10	RHHS	72	Sangat Rendah

## 2. Deskripsi Data *Posttest*

Setelah pemberian perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok sebanyak 5 kali pada siswa, kemudian penelitian peneliti mengukur bagaimana tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sesudah

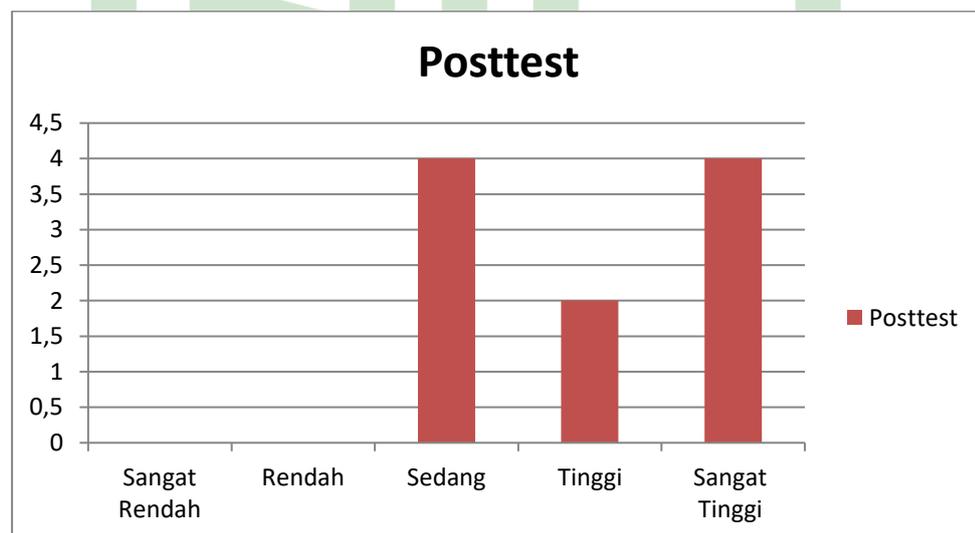
diberikan perlakuan. Data hasil *posttest* akan dijabarkan pada tabel berikut ini:

**Tabel 10. Data Hasil *Posttest* Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone***

Kategori	Rentan Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$\leq 95$	0	0
Rendah	$95 > \text{s.d} \leq 111$	0	0
Sedang	$111 > \text{s.d} \leq 127$	4	40
Tinggi	$127 > \text{s.d} \leq 136$	2	20
Sangat Tinggi	$136 >$	4	40
Jumlah		10	100

Selanjutnya tingkat kontrol diri siswa dari hasil *posttest* dapat dijelaskan pada gambar sebagai berikut:

**Gambar 4. Diagram Batang Hasil *Posttest* Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone***



Dari tabel 10 dan gambar 4 menunjukkan bahwa data dari hasil *posttest* pada 10 orang siswa, yang memiliki tingkat kontrol diri yang rendah dalam penggunaan *handphone* ada 4 orang responden memiliki

tingkat kontrol diri sedang dengan persentase 40%, kemudian 2 orang responden memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi dalam penggunaan *handphone* dengan persentase 20%, selanjutnya 4 orang responden memiliki tingkat kontrol diri yang sangat tinggi dalam penggunaan *handphone* dengan persentase 40%. Berdasarkan data yang diperoleh, maka rata-rata skor *posttest* yang diperoleh pada variabel kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebesar 138,5. Maka dapat disimpulkan bahwa keseluruhan hasil *posttest* rata-rata skor kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* berada pada kategori tinggi. Hal ini berarti bahwa rata-rata skor tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* dimiliki siswa antara *pretest* dan *posttest* berada pada kategori yang berbeda sehingga dapat dikatakan bahwa tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* mengalami peningkatan yang signifikan.

Selanjutnya, tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* dari hasil *pretest* dan *posttest* dapat dijelaskan pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 11. Kondisi Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone* Setelah Diberikan Perlakuan**

No	Kode Siswa	Skor	Kategori
1	ADH	143	Sangat Tinggi
2	ADM	123	Sedang
3	FU	156	Sangat Tinggi
4	F	135	Tinggi
5	MF	127	Sedang
6	NDP	136	Tinggi
7	R	163	Sangat Tinggi
8	SNF	154	Sangat Tinggi
9	PNA	127	Sedang
10	RHHS	121	Sedang

### 3. Perbedaan *Pretest* dan *Posttest*

Perbedaan tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* dapat dilihat pada kegiatan eksperimen dari hasil *pretest* dan *posttest* yang dapat dijelaskan pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 12. Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone* Pada Saat *Pretest* dan *Posttest***

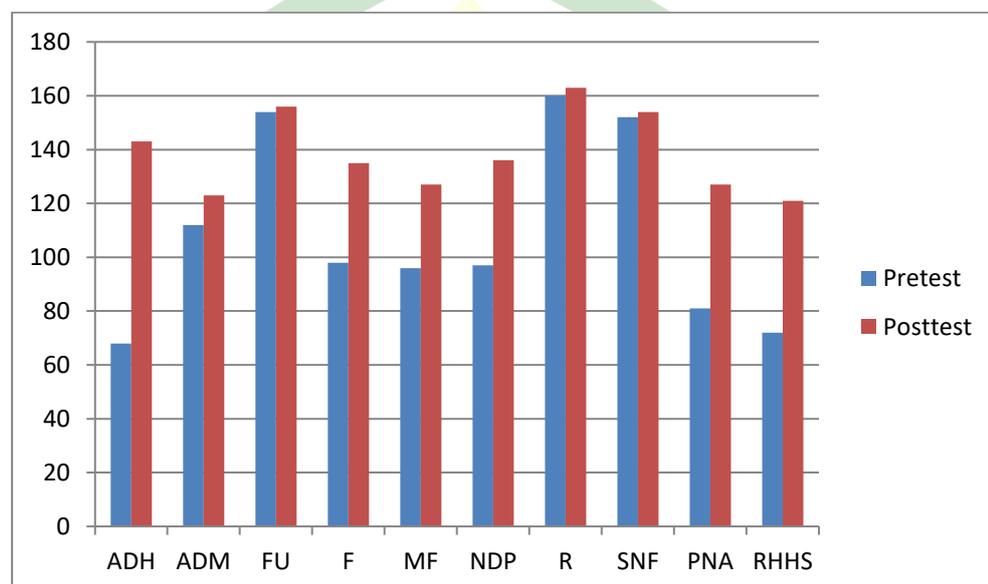
No	Kode Siswa	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	ADH	68	Sangat Rendah	143	Sangat Tinggi
2	ADM	112	Sedang	123	Sedang
3	FU	154	Sangat Tinggi	156	Sangat Tinggi
4	F	98	Rendah	135	Tinggi
5	MF	96	Rendah	127	Sedang
6	NDP	97	Rendah	136	Tinggi
7	R	160	Sangat Tinggi	163	Sangat Tinggi
8	SNF	152	Sangat Tinggi	154	Sangat Tinggi
9	PNA	81	Sangat Rendah	127	Sedang
10	RHHS	72	Sangat Rendah	121	Sedang

Berdasarkan tabel 12 dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan tingkat kontrol diri dalam penggunaan *handphone* siswa kelas VIII sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional. Siswa yang pada saat *pretest* memiliki rata-rata 118,5 setelah diberikan perlakuan skor rata-rata menjadi 138,5. Berdasarkan hal ini, terjadi peningkatan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebesar 16,87% setelah diberi perlakuan.

Dari uraian sebelumnya dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional. Dari 10 orang siswa yang mendapat perlakuan,

secara keseluruhan tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* semakin meningkat. Hal ini bisa dilihat dari meningkatnya skor secara keseluruhan dengan rata-rata 138,5 siswa mengalami peningkatan skor kontrol diri dalam penggunaan *handphone*. Berdasarkan tabel data dari hasil *pretest* dan *posttest* kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* dapat digambarkan dalam diagram dibawah ini:

**Gambar 5. Diagram Batang Hasil *Pretest* dan *Posttest* Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone***



## INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

### KERINCI

Berdasarkan gambar 5 dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebelum diberikan perlakuan (*Pretest*) dan sesudah diberikan perlakuan (*Posttest*) berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional. Siswa yang pada saat *pretest* berada pada rata-rata 118,5 setelah diberikan perlakuan menjadi berada pada rata-rata 138,5. Berdasarkan hal ini terjadi

peningkatan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebanyak 16,87% .

## B. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis menggunakan uji statistika non parametrik dengan rumus *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan menggunakan SPSS 24.00. uji *Wilcoxon* digunakan untuk menganalisis hasil-hasil pengamatan yang berpasangan dari dua data apakah berbeda atau tidak. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

Ho: Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebelum diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional.

Ha: Terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional.

Adapun kriteria keputusan pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

1. Ho diterima, apabila nilai probabilitas signifikansi (*Sig 2- tailed* > 0,05).
2. Ha diterima, apabila nilai probabilitas signifikansi (*Sig 2- tailed* < 0,05).<sup>79</sup>

---

<sup>79</sup> Singgih Santoso. *Aplikasi SPSS pada Statistika Nonparametrik*. (Jakarta: PT. Alex Media Komputindo, 2012) h. 120.

Berdasarkan hal sebelumnya, maka didapatkan hasil perhitungan yang tercantum pada tabel berikut:

**Tabel 13. Hasil Analisis Wilcoxon Signed Rank Test Perbedaan Antara Pretest dan Posttest Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan Handphone**

	Posttest - Pretest
Z	-2,805 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,005

Melalui tabel 13, terlihat bahwa angka probabilitas *Sig (2-Tailed)* kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebesar 0,005 atau probabilitas di bawah *alpha* 0,05 ( $0,005 < 0,05$ ), dari hasil tersebut maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian, maka hipotesis yang diuji dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu “terdapat perbedaan yang signifikan antara kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) dan sesudah diberikan perlakuan (*posttest*) berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional”.

Selanjutnya dapat dilihat arah perbedaan tersebut apakah *Pretest* atau *Posttest* yang lebih tinggi. Hal tersebut dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 14. Arah Perbedaan Pretest dan Posttest Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan Handphone**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest – Pretest			
Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	,00	,00
Positive Ranks	10 <sup>b</sup>	5,50	55,00
Ties	0 <sup>c</sup>		
Total	10		

Perhitungan data pada tabel diatas maka dapat diartikan bahwa dari 10 orang siswa yang dilibatkan mengalami peningkatan dari *Pretest* dan *Posttest*. *Negative rank* menunjukkan skor kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* untuk *Pretest* dan *Posttest* adalah 0, baik itu pada nilai N, *Mean Rank*, maupun *Sum of Ranks*. Nilai 0 ini menunjukkan bahwa tidak adanya penurunan (pengurangan) dari nilai *Pretest* ke nilai *Posttest*. Selanjutnya, *positive rank* menunjukkan skor kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* untuk *Pretest* dan *Posttest* dimana terdapat 10 data positif (N) yang artinya ke 10 orang siswa mengalami peningkatan secara signifikan dari *Pretest* ke *Posttest*.

*Mean Rank* atau rata-rata peningkatan tersebut adalah sebesar 5,50, sedangkan jumlah *Positive Ranks* atau *Sum of Ranks* yaitu sebesar 55,00. Kemudian *Ties* menunjukkan kesamaan nilai antara *Pretest* dan *Posttest*, nilai *Ties* berdasarkan tabel 14 adalah 0 sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara *Pretest* dan *Posttest*. Dan dapat juga dilihat dari faktor peningkatan kontrol diri siswa dimana siswa dapat meningkatkan kontrol dirinya dalam penggunaan *handphone* dengan adanya suatu kelompok bermain dimana mereka dapat saling berinteraksi satu sama lainnya. Berdasarkan hasil tersebut dapat diartikan bahwa tingkat kontrol diri siswa mengalami peningkatan setelah mendapatkan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional.

### C. Pembahasan

Secara umum hasil penelitian menunjukkan bahwa pada saat *Pretest* tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* di SMP Negeri 1 Sungai Penuh berada pada kategori sedang dibuktikan dari hasil rata-rata perolehan responden yaitu 118,5. Kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* merupakan suatu tingkat kemampuan siswa dalam menahan dirinya dalam menggunakan *handphone* yang mempunyai tingkat tinggi dan rendah. Setiap individu seharusnya memiliki kontrol diri yang tinggi dalam penggunaan *Handphone*, karena kontrol diri ini akan membantu seseorang menjalani kehidupan dan waktunya dengan baik. Kontrol diri merupakan suatu aktivitas pengendalian tingkah laku, kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku agar terhindar dari berbagai permasalahan dalam kehidupan sehari-hari.<sup>80</sup>

Kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* merupakan gambaran menyeluruh terhadap diri sendiri dalam mengendalikan diri, mengatur diri dalam menggunakan *handphone* dengan baik sehingga dapat berpengaruh dalam menjalani kehidupan secara efektif dan bermanfaat. Kontrol diri siswa dalam menggunakan *handphone* yang tinggi juga dapat membantu siswa untuk terhindar dari berbagai dampak-dampak negatif dari *handphone* itu sendiri.

Sejalan dengan hal tersebut, guru BK haruslah bisa memberikan bimbingan kepada semua siswa terkait dalam meningkatkan kontrol diri dalam penggunaan *handphone* melalui layanan bimbingan dan konseling yang salah

---

<sup>80</sup> *Ibid.*, h 126-129.

satunya layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional. Dalam penelitian ini saya menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional merupakan suatu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan anggota kelompok untuk saling mendapatkan informasi dan bertukar informasi satu sama lainnya dengan menggunakan media yang menyenangkan sehingga siswa dapat dengan mudah bersosialisasi dengan teman-temannya.<sup>81</sup>

Secara umum kontrol diri siswa setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional di SMP Negeri 1 Sungai Penuh berada pada kategori tinggi dengan dibuktikan dari hasil *Posttest* perolehan responden yaitu 138,5. Sesuai dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan menggunakan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional sangat berpengaruh pada tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*. Kemudian pada hasil *Posttest* yang dilakukan sebanyak 5x pertemuan dapat membantu peningkatan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* dengan peningkatan skor rata-rata yakni berada dalam kategori tinggi.

Seterusnya, dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional yang melibatkan 10 orang siswa terdapat pengaruh terhadap kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*. hal ini

---

<sup>81</sup> Rara Exa Anggraini. 2018. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Permainan Melalui Media Balon Estafet dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 15 Bandar Lampung. *Skripsi*. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

selaras dengan hasil uji hipotesis dalam penelitian ini yakni. “Terdapat perbedaan yang signifikan antara kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebelum diberikan perlakuan (*Pretest*) dan sesudah diberikan perlakuan (*Posttest*) berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional”. Hasil analisis data mengungkapkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional efektif untuk meningkatkan kontrol diri siswa dalam menggunakan *handphone*. Pengujian dilakukan dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signet Ranks Test* melalui program computer SPSS versi 24.00 terlihat bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kontrol diri siswa dalam menggunakan *handphone* sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan angka probabilitas *Asmyp. Sig.(2-tailed)* sebesar 0,005 atau probabilitas dibawah *alpa* 0,05 ( $0,005 < 0,05$ ).

Hal ini sesuai dengan pendapat peneliti bahwa tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* dapat meningkat melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional. Pemberian layanan ini dapat meningkatkan perubahan hasil rata-rata skor tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* secara signifikan. Selain itu, dari proses layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional siswa sangat antusias serta aktif dalam mengikuti diskusi dalam membahas topik-topik yang telah disediakan oleh peneliti, saling memberi pendapat-pendapatnya masing-masing, dan sangat bergembira dengan permainan-permainan yang dimainkan dalam bimbingan kelompok. Dengan hal tersebut diharapkan akan berdampak

positif bagi siswa dalam meningkatkan kontrol dirinya dalam penggunaan *handphone*.

Sejalan dengan hal diatas, melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional, siswa menjadi lebih terbuka serta aktif dalam mengikuti setiap tahap-tahap dalam bimbingan kelompok, siswa merasa memperoleh pengetahuan dan pengalaman baru yang nantinya dapat berguna baginya dalam menjalankan kehidupan sehari-harinya secara efektif maupun bermanfaat, serta dengan adanya permainan tradisional kegiatan diskusi menjadi mengembirakan dan tidak membosankan. Hal ini sesuai dengan pendapat Gazda mengemukakan bahwa bimbingan kelompok merupakan kegiatan bertukaran informasi antara individu dalam suatu kelompok untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat yang diselenggarakan untuk menyampaikan informasi personal, vokasional, maupun sosial.<sup>82</sup>

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa perlu adanya suatu upaya untuk melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional khususnya terkait dengan materi kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sehingga siswa dapat berinteraksi langsung dengan teman-temannya dan mengetahui pemanfaatan waktu yang baik, tidak terjerumus dalam dampak-dampak negatif dari *handphone* dan juga siswa dapat lebih akrab dengan teman-temannya melalui permainan tradisional yang dimainkan dalam bimbingan kelompok.

---

<sup>82</sup> *Ibid.*, h 309.

Hasil temuan ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Sys Maf'qahul umi, Siti Fitriana, dan Suhendri dengan judul Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* Terhadap Kontrol Diri Siswa dalam Menggunakan *Handphone* Kelas IX SMA Mardisiswa,<sup>83</sup> hasil analisis skala kontrol diri dalam penggunaan *handphone* pada kelompok eksperimen dengan menggunakan *uji-t* hasil *post-test* menunjukkan rata-rata pada kelompok eksperimen sebesar 70,2 dan kelompok kontrol 49. Sehingga terjadi peningkatan rata-rata pada kelompok eksperimen sebesar 21,2. Untuk meningkatkan kontrol diri siswa dalam menggunakan *handphone* juga dapat dilakukan dengan beragam strategi, salah satunya yaitu dengan mengimplementasikannya dalam permainan tradisional. Seperti yang dilakukan oleh Mirza Rizki Itsnani dalam penelitiannya yang berjudul Pengaruh Layanan Tradisional *Engklek Pa'a* dan *Sorok* Untuk Meningkatkan Kontrol Diri pada Anak Usia Sekolah.<sup>84</sup> Ditemukan hasil bahwa permainan tradisional efektif untuk meningkatkan kontrol diri.

Hendaknya, guru BK semakin mengoptimalkan pemberian layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling khususnya dalam memberikan layanan bimbingan kelompok dengan permainan tradisional.

---

<sup>83</sup> Sys Maf'qahul Umil, Siti Fitriana, dan Suhendri. *Ibid.*, h 64.

<sup>84</sup> Mirza Rizki Itsnani. 2006. Pengaruh Permainan Tradisional *Engklek Pa'a* dan *Sorok* Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Pada Anak Usia Sekolah. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah.

#### D. Keterbatasan

Panelitian ini telah diusahakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun demikian masih memiliki keterbatasan yaitu sebagai berikut:

1. Dalam pelaksanaan penelitian peneliti mengalami keterbatasan waktu yang diberikan oleh pihak sekolah dalam pemberian perlakuan penelitian (bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional) dibatasi dengan waktu 30 menit, sehingga tidak dapat terlaksana dengan sempurna karena untuk penerapan permainan tradisional dibutuhkan waktu yang cukup lama dan tidak terbatas.
2. Kesulitan untuk menyatukan permainan tradisional yang relevan dengan materi untuk meningkatkan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone*.
3. Siswa yang mengikuti bimbingan kelompok dalam penelitian sudah saling mengenali dengan peneliti sehingga menunjukkan diri nya yang mampu mengontrol diri dengan baik dalam proses bimbingan kelompok maupun penerapan permainan tradisional.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan data dan hasil penelitian yang diperoleh, dan setelah melakukan analisis statistik dan uji hipotesis, maka dapat disimpulkan secara umum bahwa pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional terhadap kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* pada kelas VIII SMP Negeri 1 Sungai Penuh, yaitu:

1. Tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* sebelum diberikan perlakuan pada tahap *Pretest* rata-rata berada pada kategori sedang.
2. Tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* setelah diberikan perlakuan pada tahap *Posttest* rata-rata berada pada kategori tinggi.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* pada kelas VIII setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional dengan angka probabilitas asymp. (2-tailed) sebesar 0,005 atau probabilitas dibawah alfa 0,05 ( $0,005 < 0,05$ ).

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan, ada beberapa saran yang dapat diajukan sebagai tindak lanjut penelitian ini, yaitu:

### **1. Bagi Siswa**

Siswa dapat memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling terutama layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional sehingga siswa dapat mendapat informasi, merubah perilakunya dalam kehidupan sehari-harinya, dan menghidupkan kembali permainan tradisional sebagai media hiburannya.

### **2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK)**

Guru BK SMP Negeri 1 Sungai Penuh bisa meningkatkan pemberian layanan Bimbingan dan Konseling yang sesuai dengan kebutuhan siswa sehingga mendapatkan informasi yang dibutuhkan siswa, dapat merubah sikap dan perilaku melalui bimbingan dan konseling.

### **3. Bagi Kepala Sekolah**

Kepala sekolah SMP Negeri 1 Sungai Penuh dapat menjadikan penelitian ini sebagai rujukan untuk meningkatkan kinerja guru bimbingan dan konseling yang ada disekolah agar dapat mengoptimalkan layanan bimbingan dan konseling.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hendaknya dapat melakukan penelitian lanjutan yang ditinjau dari aspek dan layanan yang berbeda, khususnya terkait dengan peningkatan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* melalui layanan bimbingan dan konseling.



## REFERENSI

- Abdurahman, M, Muhidin, A.S, dan Somantri, A. 2011. *Dasar-Dasar Metode Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Cv Pustaka Setia.
- Al-Mighwar, M. 2011. *Psikologi Remaja*. 2011. Bandung: Cv Pustaka Setia.
- Ali, M dan Asrori, M. 2010. *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik* Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Aviyah, E dan Farid, M. 2014. Regiliusitas, Kontrol diri dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 3 (2) h 126-129.
- Andriani, N. 2014. *Hubungan antara persepsi menggunakan handphone dengan kontrol diri siswa Mts Sunan Kalijogo Karang Besuki Malang*. Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Anggraini, X.A. 2018. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Permainan Melalui Media Balon Estafet dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 15 Bandar Lampung. *Skripsi*. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Azwar, S. 2010. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Desmita. 2014. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya.
- Fatimah, N.D. 2017. Layanan Bimbingan Klasikal dalam Meningkatkan *Self Control* Siswa Smp Negeri 5 Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*. 14(1). h 36.
- Fatoni, A dan Rendra, B.D. 2014. Perancangan *Prototype* Sistem Kendali Lampu Menggunakan *Handphone* Android Berbasis Arduino. *Jurnal Prosisko*. (1). 23.
- Harahap, Y.Y. 2017. Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Ketergantungan Internet di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan. *Jurnal Edukasi, Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 3(2). H 139-140.
- Hartono, Y.I, 2017. Tingkat Pemahaman Seksualitas Siswa SMP. *Skripsi*. Program Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sanata Dhama Yogyakarta. h 39.
- Hazrati. R, Hanim. W, dan R Setiawaty. D. Pengaruh Media Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Pengaturan Diri Siswa Kelas XI di SMAN 56 Jakarta. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 2016.

- Hidayat, D. 2017. Permainan Tradisional Dan Kearifan Lokal Kampung Dukuh Garut Selatan Jawa Barat. *Jurnal Academica*. 5(2). h 1061.
- Hamdani. 2011. *Dasar-dasar Kependidikan*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Hasbullah. 2011. *Dasar-dasar Ilmu Pendidikan*. Jakarta Utara: PT Grafindo Persada.
- Harinaldi. 2005. *Prinsip-prinsip Statistik untuk Teknik dan Sains*. 2005. Jakarta: Erlangga.
- Hidayat, D. 2017. Permainan Tradisional Dan Kearifan Lokal Kampung Dukuh Garut Selatan Jawa Barat. *Jurnal Academica*. 5(2). h 1061.
- Iskandar. (Ed.). 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Itsnnani, R.M. 2006. Pengaruh Permainan Tradisional Engklek Pa'a dan Sorol Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Pada Anak Usia Sekolah. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah.
- Kogoya, D. 2015. Dampak Penggunaan Handphone Pada Masyarakat Studi Pada Masyarakat Desa Piungun Kecamatan Gamelia Kabupaten Lanny Jaya Papua. *e-journal "Acta Diurna"*. 4(4).
- Khobir, A. 2009. Upaya Mendidik Anak dengan Permainan Edukatif. *Forum Tarbiyah*. 7(2). h 199.
- Nurihsan, J.A. 2009. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Nur, H. 2013. Membangun Karakter Anak Melalui Permainan Anak Tradisional. *Jurnal Pendidikan Karakter*. 3(1). h 90.
- Prayitno dan Amti, E. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. (Jakarta: PT Rineka Cipta).
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Rahmat. 2013. *Statistika Penelitian*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Saputro, KZ. 2017. Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*. 17 (1): 23-32.
- Santoso. S. 2012. *Aplikasi SPSS pada Statistika Nonparametrik*. Jakarta: PT. Alex Media Komputindo.
- Salahudin, A. 2010. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Pustaka Setia.

- Saebani, A.B. 2008. *Metode Penelitian*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Sihotang, N, Yusuf, M.A dan Daharmis. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Pencapaian Tugas Perkembangan Remaja Awal dalam Aspek Kemandirian Emosional (Studi Eksperimen di SMP Frater Padang). *Konselor*, 2(4), 2013, 172-185.
- Suhardita, K. 2011. Efektifitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. (1). h128.
- Supranto (ED). 2009. *Statistik Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Erlangga.
- Sukardi, K.D dan Kusmawati, N. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syamsuddin dan Damaianti, S.V. 2011. *Metode Penelitian Bahasa*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Triastuti, E, Adrianto, D, dan Nurul, A. 2017. Kajian Dampak Penggunaan Media Sosial Bagi Anak dan Remaja. *Buku Literasi Digital*. Pustaka Kajian Komunikasi FISIP Universitas Indonesia: Jakarta.
- Titisari, D.T.H. 2017. Hubungan antara Penyesuaian diri dan Kontrol diri dengan Perilaku Delikuen pada Siswa SMA Muhammadiyah 1, Jombang. *Psikodimensia*. 16(2).. h 135. Usman, H dan Akbar, S.P. 2009. *Pengantar Statistika*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Umi, M.V, Fitriana, S, dan Suhendri. 2018. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* Terhadap Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone* Kelas Xi SMA Mardasiswa. *Jurnal ilmiah*. 5 (1). h 65.
- Widiana, S.H, Retnowati, S, dan Hidayat, R. 2004. Kontrol Diri dan Kecenderungan Kecanduan Internet. *Indonesian Psychological Journal*. 1(1). H 6-16.
- Wikipedia. 2019. Pengertian *Handphone*. *Ensiklopedia Bebas*.
- Winata, A dan Retnowati, H.T. 2016. Pengaruh Penggunaan Waktu Menonton Televisi, Internet, dan *Handphone* Terhadap Disiplin Belajar Siswa di Lombok. *Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*. 13 (2). 6-7.
- Winkel dan Hastuti,S. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Zulkarnain, W. 2013. *Dinamika Kelompok. Latihan Kepemimpinan Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

## Lampiran 1

Kisi-Kisi Skala Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone*

Variabel	Sub Variabel	Item Positif	Item Negatif	Jumlah Item	Nomor
Kontrol Diri dalam Penggunaan Handphone	Mengendalikan Diri	1, 5	2, 3, 4, 6, 7	7	1-7
	Tekun Walau Banyak Hambatan	10	8, 9	3	8-10
	Berperilaku Sesuai Aturan dan Norma	13, 17, 19	11, 12, 14, 15, 16, 18	9	11-19
	Mengontrol Emosi	-	20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27	8	20-27
	Menyesuaikan Diri Terhadap Situasi	29	28, 30, 31, 32, 33, 34, 35	8	28-35
Jumlah		7	28		35

**Lampiran 2**

**SKALA  
KONTROL DIRI SISWA DALAM PENGGUNAAN *HANDPHONE***



**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
KERINCI**

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM (BKPI)  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KERINCI  
TAHUN 2020**

## SKALA PENELITIAN

### A. Pengantar

Skala penelitian ini disusun dan diajukan untuk memperoleh data tentang “Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone*”. Demi tercapainya tujuan tersebut maka saya mohon kesediaan ananda yang dipilih sebagai responden untuk meluangkan waktu mengisi jawaban pada skala ini. Pernyataan dalam skala ini tidak memiliki kategori benar atau salah dan tidak mempengaruhi nilai belajar Ananda. Jawaban yang Ananda berikan juga akan dijaga kerahasiaanya dengan baik. Oleh sebab itu Ananda tidak perlu takut, khawatir, ragu-ragu dan malu untuk memberikan jawaban sesuai dengan keadaan diri Ananda yang sesungguhnya. Atas perhatian dan kesediaan Ananda diucapkan terima kasih.

### B. Identitas Pribadi

Nama : .....

Kelas : .....

Hari/Tgl. Pengisian : ..... / .....

### C. Petunjuk Pengerjaan

Skala penelitian ini terdiri dari beberapa pernyataan. Ananda diminta menyatakan bagaimana keadaan Ananda yang sesungguhnya dengan cara memberikan tanda centang (√) pada salah satu kolom.

K E R I N C I

### Petunjuk Pengisian

Untuk menjawab pernyataan kontrol diri siswa dalam penggunaan handphone disediakan lima pilihan jawaban yaitu: Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD), Jarang (JR), Tidak Pernah (TP).

### Contoh

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SL	SR	KD	JR	TP
1	Saya menggunakan waktu saya untuk hal-hal yang bermanfaat.			√		

Pada contoh tersebut, Ananda menyatakan kadang-kadang pada pernyataan “*Ananda menggunakan waktu saya untuk hal-hal yang bermanfaat*”, sehingga Ananda dapat memberikan centang pada kolom kadang-kadang (KD).

~Selamat Mengerjakan ~

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
K E R I N C I

**Kisi-Kisi Skala:**

Variabel	Sub Variabel	Item Positif	Item Negatif	Jumlah Item	Nomor
Kontrol Diri dalam Penggunaan <i>Handphone</i>	Mengendalikan Diri	1, 5	2, 3, 4, 6, 7	7	1-7
	Tekun Walau Banyak Hambatan	10	8, 9	3	8-10
	Berperilaku Sesuai Aturan dan Norma	13, 17, 19	11, 12, 14, 15, 16, 18	9	11-19
	Mengontrol Emosi	-	20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27	8	20-27
	Menyesuaikan Diri Terhadap Situasi	29	28, 30, 31, 32, 33, 34, 35	8	28-35
Jumlah		7	28		35

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SL	SR	KD	JR	TP
1	Saya menggunakan waktu saya untuk hal-hal yang bermanfaat.					
2	Saya menghabiskan waktu istirahat dengan bermain <i>handphone</i> .					
3	Saya mudah mengikuti ajakan teman untuk mengakses situs-situs negatif di <i>handphone</i> .					
4	Saya menggunakan <i>handphone</i> setiap hari.					
5	Saya mampu membedakan yang baik dan buruk dalam bermain <i>handphone</i> .					
6	Saya menggunakan <i>handphone</i> untuk hiburan.					
7	Saya menggunakan <i>handphone</i> untuk chatting dengan teman.					
8	Saya meminjam <i>handphone</i> teman saya apabila saya lupa membawanya.					
9	Saya tidak percaya diri dalam mengerjakan tugas sekolah tanpa adanya <i>handphone</i> .					
10	Saya bertanggung jawab penuh pada setiap pengambilan keputusan yang saya lakukan.					
11	Saya merasa nyaman berinteraksi dengan teman ketika menggunakan <i>handphone</i> .					
12	Saya lupa waktu ketika bermain <i>handphone</i> .					
13	Saya lebih suka berkomunikasi melalui <i>handphone</i> dibandingkan berkomunikasi langsung.					
14	Saya mengikuti segala aplikasi-aplikasi trend di <i>handphone</i> yang diikuti oleh teman-teman saya.					
15	Saya merasa gaul ketika menggunakan <i>handphone</i> .					
16	Saya memeriksa <i>handphone</i> disela-sela kegiatan pembelajaran.					
17	Saya menonaktifkan <i>handphone</i> saat masuk kelas.					

18	Saya meninggalkan kelas saat jam pelajaran.					
19	Saya berbicara dengan bahasa yang sopan di <i>handphone</i> .					
20	Saya merasa kesal apabila ada yang mengganggu ketika bermain <i>handphone</i> .					
21	Saya merasa cemas ketika tidak membawa <i>handphone</i> .					
22	Saya menangis apabila <i>handphone</i> saya rusak.					
23	Saya menceritakan kesedihan saya melalui media sosial yang ada di <i>handphone</i> .					
24	Saya kesal apabila teman mengejek <i>handphone</i> saya.					
25	Saya melamun karena memikirkan masalah yang saya hadapi.					
26	Saya stress disaat guru mengambil <i>handphone</i> saya.					
27	Saya merasa gelisah apabila tidak membawa <i>handphone</i> ke sekolah.					
28	Saya merasa ketinggalan informasi apabila tidak memiliki <i>handphone</i> .					
29	Saya menghapus kiriman negatif dari teman yang dikirim ke <i>handphone</i> saya.					
30	Saya memutuskan pembicaraan dengan teman jika sedang bermain <i>handphone</i> .					
31	Saya mengalami perselisihan dengan teman melalui media sosial yang ada di <i>handphone</i> saya.					
32	Saya tidak diterima teman-teman saya apabila tidak membawa <i>handphone</i> .					
33	Saya membeli pulsa untuk <i>handphone</i> saya dari pada membeli buku bacaan.					
34	Saya diterima dikelompok trendy di sekolah ketika menggunakan <i>handphone</i> .					
35	Saya menggunakan <i>handphone</i> saat kesepian					



No Item																									Jumlah	
25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49		50
4	5	5	5	5	5	3	1	1	2	5	5	3	3	2	5	2	5	5	3	4	4	2	2	2	1	169
5	4	3	1	5	3	1	5	5	5	3	3	3	4	3	5	3	5	3	4	4	5	3	5	4	3	165
3	4	5	4	5	4	3	5	5	5	5	4	4	5	5	5	3	3	5	1	5	5	1	5	5	1	180
4	4	5	5	5	4	2	5	5	4	5	3	3	2	4	5	4	4	4	4	5	5	3	4	5	1	180
3	2	5	5	5	5	3	5	3	2	5	5	3	3	5	5	4	5	3	2	5	5	4	5	4	2	182
3	2	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	1	5	5	3	3	4	2	184
3	3	3	5	5	3	4	5	5	5	5	5	4	4	1	5	5	5	3	1	5	5	5	4	5	1	185
2	3	3	2	2	3	5	5	3	1	1	4	5	5	5	5	3	5	5	2	4	5	4	1	3	1	164
3	4	4	5	5	3	3	4	4	5	4	4	2	3	4	5	4	5	4	5	1	3	4	4	5	1	176
4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	2	3	4	5	4	5	4	5	4	4	5	5	4	5	5	4	199
4	4	3	5	5	4	3	4	4	4	5	4	3	3	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	4	3	189
5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	2	3	3	5	5	4	5	4	5	5	5	3	3	5	3	188
3	4	4	2	4	4	3	4	5	5	4	2	4	3	4	5	5	4	5	1	4	5	5	1	5	1	165
2	2	3	1	4	1	5	2	5	5	5	4	5	3	2	5	2	1	5	1	5	5	3	2	1	2	147
4	4	5	5	5	1	4	5	4	4	4	5	2	1	2	5	2	5	3	3	2	5	3	5	3	1	167
3	4	2	5	5	5	3	5	4	5	5	5	3	4	5	5	3	5	3	4	2	5	2	4	3	1	181
4	5	5	4	5	2	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	1	5	5	4	5	5	4	200
5	4	5	5	5	5	5	2	3	5	5	4	2	2	5	5	3	5	5	1	5	5	3	5	5	3	185
4	3	1	1	1	1	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	1	5	5	3	5	5	2	188
4	5	5	3	3	2	2	5	5	4	5	3	4	2	5	5	4	5	5	1	4	5	5	5	5	2	167
3	3	5	5	5	3	4	5	4	5	4	3	3	5	5	5	3	3	3	3	4	5	3	3	5	2	178
1	3	4	1	3	3	3	2	5	5	2	4	1	1	3	3	2	4	3	2	2	2	4	4	3	3	131
3	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	3	2	2	4	5	3	4	4	4	3	5	4	4	5	2	171
1	4	5	5	1	2	5	5	4	5	2	5	1	1	4	5	3	2	3	4	3	5	4	3	4	1	154
4	2	3	3	1	4	4	3	3	3	2	5	5	3	2	3	5	4	5	4	3	5	5	3	4	1	157
3	4	5	5	5	4	2	4	5	5	5	3	3	4	5	5	3	5	4	4	5	5	4	5	5	3	193
3	5	5	5	5	5	3	5	3	5	5	4	4	5	5	5	4	5	5	1	5	5	4	5	5	4	197
2	2	2	1	5	5	2	3	1	3	5	4	5	5	3	2	4	5	3	5	2	1	4	3	2	4	152
5	4	1	1	5	5	5	4	4	1	4	5	5	4	5	1	3	1	2	2	1	5	5	5	4	4	158
1	1	3	5	3	3	1	4	1	3	1	4	1	1	1	3	2	5	1	3	2	5	3	3	2	3	128
3	3	5	1	5	1	5	3	1	5	1	5	1	1	5	5	5	5	5	3	3	5	1	3	5	1	161
3	3	3	1	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	1	5	1	4	5	3	5	5	5	191
5	2	2	5	5	3	2	5	4	5	5	4	1	3	5	5	3	4	4	5	5	5	2	3	5	1	169
4	4	5	1	5	5	5	4	5	5	5	4	2	3	5	5	2	5	5	2	5	5	5	5	5	4	189
3	3	4	1	5	5	5	4	5	4	5	5	4	3	4	5	3	5	5	3	4	5	1	5	5	1	177
2	1	1	4	5	5	3	1	2	1	1	5	2	1	2	5	1	5	3	5	3	5	3	3	5	1	150
5	5	5	5	5	4	4	4	3	5	4	3	3	2	4	5	4	5	5	4	2	5	4	3	5	3	179
1	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	1	5	5	5	5	3	3	196
4	3	3	3	5	4	5	5	5	5	5	3	3	3	5	5	5	4	5	3	5	5	3	3	5	1	183
4	3	3	3	5	4	5	5	5	5	5	3	3	3	5	5	5	4	5	3	5	5	3	3	5	1	183
3	1	4	5	5	5	4	5	5	5	5	3	3	3	5	5	5	4	5	3	5	5	4	5	5	1	182
3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	1	3	1	144
5	3	1	3	2	1	1	2	5	2	5	4	3	4	5	2	2	2	1	3	1	4	2	2	5	1	144
5	4	3	1	3	1	5	3	5	5	4	1	1	3	5	3	3	3	4	3	5	5	5	5	5	5	179
2	4	3	2	3	4	3	5	5	4	4	3	5	3	5	5	3	3	2	5	2	5	2	2	3	2	163
5	1	1	1	5	1	1	1	5	5	5	3	5	3	5	5	1	1	5	5	2	5	5	5	3	5	164
4	3	4	5	3	4	2	4	5	5	3	4	3	4	3	5	3	3	4	3	5	5	2	3	5	1	175
3	4	5	5	3	4	2	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	2	2	3	5	5	5	2	5	1	180
5	5	3	2	5	3	1	5	5	5	5	3	5	3	2	5	3	5	5	3	5	5	1	3	1	1	174
4	4	3	3	4	4	2	4	5	5	5	3	4	4	3	2	5	2	4	3	3	5	4	3	4	1	160
0,323	0,447	0,353	0,361	0,468	0,328	0,324	0,504	0,368	0,459	0,506	-0,085	0,191	0,385	0,504	0,537	0,497	0,283	0,436	-0,203	0,642	0,424	0,108	0,502	0,499	0,240	
2,365	3,461	2,613	2,682	3,668	2,417	2,371	4,041	2,745	3,582	4,065	-0,592	1,347	2,886	4,044	4,407	3,972	2,048	3,359	-1,433	5,805	3,243	0,753	4,025	3,986	1,715	

valid	tdk valid	tdk valid	tdk valid	valid	valid	tdk valid	valid	valid	valid	valid																
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-----------	-----------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-----------	-------	-------	-----------	-------	-------	-------	-------

## Reliability

[DataSet3]

### Scale: ALL VARIABLES

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	50	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,858	35

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	122,3400	293,576	,236	,857
VAR00002	123,3600	289,460	,279	,856
VAR00003	121,9200	276,728	,663	,847
VAR00004	123,9400	289,323	,253	,857
VAR00005	122,2000	289,633	,241	,857
VAR00006	124,1000	292,214	,263	,856
VAR00007	124,2400	295,084	,172	,858
VAR00008	122,3800	283,424	,434	,852
VAR00009	122,3000	273,316	,603	,847
VAR00010	122,1400	293,102	,223	,857
VAR00011	123,4000	287,878	,420	,853
VAR00012	123,0200	291,204	,238	,857
VAR00013	122,6800	291,324	,242	,857
VAR00014	122,7800	289,114	,290	,856
VAR00015	122,7800	286,216	,372	,854
VAR00016	122,5600	284,456	,353	,854
VAR00017	122,7800	285,359	,240	,859
VAR00018	121,9600	282,774	,430	,852
VAR00019	122,6400	290,031	,217	,858
VAR00020	122,7600	286,758	,294	,856

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00021	122,1600	280,953	,465	,851
VAR00022	122,0200	286,428	,338	,855
VAR00023	121,8800	280,842	,487	,851
VAR00024	122,0400	280,570	,452	,852
VAR00025	123,0600	290,547	,244	,857
VAR00026	122,1200	281,659	,449	,852
VAR00027	121,6400	284,113	,491	,851
VAR00028	122,7000	282,908	,450	,852
VAR00029	122,2000	292,327	,176	,859
VAR00030	122,2400	284,227	,426	,853
VAR00031	122,3600	271,949	,634	,846
VAR00032	121,4600	290,090	,409	,854
VAR00033	122,5400	280,743	,466	,851
VAR00034	122,0200	282,102	,476	,851
VAR00035	124,0800	293,218	,157	,859

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
126,2000	301,918	17,37580	35

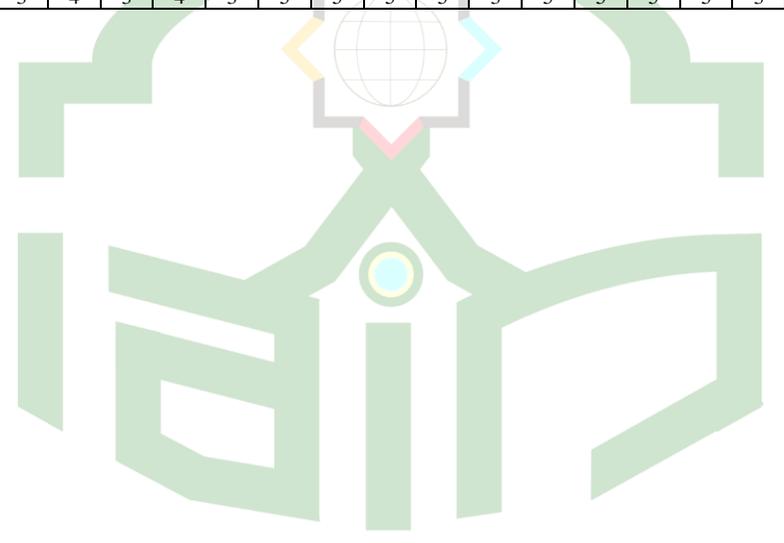


41	Monica Clarinda	5	5	5	3	5	1	2	3	5	1	2	4	3	4	3	5	5	5	5	3	5	2	5	3	3	5	3	4	5	4	3	5	5	5	1	132		
42	Legia Monalisa	2	5	4	5	1	1	1	3	4	4	2	1	2	4	3	3	2	4	3	2	5	2	2	2	1	1	4	1	1	4	3	5	4	3	5	99		
43	Ferdi Hernawan	5	5	5	1	5	2	2	3	5	2	2	5	2	2	5	4	5	4	2	1	5	3	5	1	5	2	5	4	5	3	5	5	5	2	2	124		
44	Nurul Alifa	4	1	5	1	5	1	1	5	5	1	1	1	5	1	2	4	1	5	4	3	5	3	5	4	3	4	3	1	3	4	3	5	3	4	109			
45	Ramadhan Putra	3	3	5	1	5	3	2	5	5	1	3	2	2	2	3	5	5	1	1	3	5	5	3	5	5	5	5	1	1	5	5	4	1	120				
46	Senia Rozalin	5	4	5	5	2	2	1	5	5	3	2	1	3	4	1	5	3	5	4	4	3	5	3	5	1	1	4	2	1	4	2	5	1	5	1	112		
47	Natasya	5	4	5	3	5	3	4	4	5	3	2	4	4	3	3	4	2	5	4	4	3	2	4	4	2	1	4	2	5	4	3	4	3	4	4	125		
48	Aziz Juwiyandra	5	5	5	5	1	1	2	4	4	1	1	3	3	1	2	5	1	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	1	3	5	5	4	5	1	124		
49	M. Nufal Firgian	3	2	5	1	5	2	4	4	5	3	1	3	2	2	1	3	4	5	1	5	5	5	5	5	1	5	5	5	1	2	3	5	5	4	2	1	134	
50	Mila Yuliana	3	5	3	4	2	1	1	2	3	3	2	2	3	1	5	3	5	4	5	2	3	2	3	4	2	3	4	4	1	2	4	5	3	4	1	104		
51	Aditya Apriawan	5	3	5	3	5	2	2	4	5	1	2	2	1	3	3	3	4	3	2	4	1	5	3	2	4	2	3	4	1	2	3	4	4	1	2	103		
52	Ragiel Saputra	5	1	5	5	5	1	2	4	4	1	1	3	3	1	2	5	1	3	3	1	5	5	5	3	4	4	3	4	1	2	3	5	4	3	1	108		
53	Alya Nur Afiqa	5	3	5	3	2	1	1	2	3	3	2	2	3	1	5	3	5	4	5	2	3	2	3	4	2	3	4	4	5	2	4	5	3	4	1	109		
54	Ahmad Fauzan	5	5	5	5	1	2	4	4	1	1	3	3	1	2	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	4	5	1	136			
55	Ulfi Ramadhani	2	2	5	1	2	1	1	2	1	3	1	2	3	4	3	3	1	1	5	3	4	2	4	1	2	4	4	2	4	4	2	4	2	2	5	92		
56	Tedy Yatna	2	1	1	5	4	1	1	5	1	2	1	1	1	1	1	2	5	1	3	1	5	4	4	4	1	3	4	2	5	5	3	4	5	2	1	92		
57	Ananda Dwi H	1	5	2	1	1	1	1	5	1	3	1	1	1	1	3	1	3	3	4	1	1	1	3	1	2	1	2	1	4	1	2	5	1	2	1	68		
58	Ezi Juni Ariadi	3	2	4	2	1	1	4	5	3	3	4	2	3	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	2	5	1	135		
59	Excel Mahesa	3	4	3	5	1	2	3	4	1	2	3	5	2	3	4	1	2	4	3	5	5	5	3	3	2	5	1	1	3	5	5	5	4	5	1	113		
60	Naisha Nurul D	3	2	5	1	3	1	1	3	5	4	3	2	3	4	2	4	2	3	2	3	2	3	3	4	5	4	3	3	3	2	3	1	5	5	5	3	3	108
61	Eki Sapulda	5	5	5	3	5	2	1	3	5	1	3	2	3	3	5	5	5	5	3	4	5	1	3	5	2	1	5	3	1	5	4	5	5	5	1	124		
62	Suci Rahmadani	3	2	5	1	3	1	1	3	4	4	3	2	4	2	4	2	3	2	3	3	4	5	4	3	3	5	3	2	2	4	5	3	4	1	1	104		
63	Fredika	2	3	2	2	2	4	3	1	5	5	2	5	3	1	1	5	5	4	1	1	3	3	5	1	1	1	1	3	5	1	5	5	5	5	1	1	98	
64	Aldo Noprianto	3	1	3	1	2	1	2	1	2	5	5	3	1	2	3	1	2	3	1	5	1	3	5	5	3	4	1	3	5	3	4	3	5	5	3	100		
65	Tiara Atika	2	5	1	5	1	1	3	3	2	3	1	3	1	3	3	3	5	5	3	5	1	5	1	3	1	5	5	5	5	1	5	5	5	5	3	1	109	
66	Ardipal Mulyadi	4	3	5	2	4	2	2	5	5	2	2	2	3	5	5	2	4	2	4	5	5	5	5	5	2	5	5	4	2	2	5	5	5	5	2	130		
67	Pongki Mahendra	1	3	4	5	2	5	2	1	4	5	2	4	3	2	1	5	5	1	4	5	5	5	5	3	5	5	5	1	5	3	5	3	5	5	1	125		
68	Tara Sasata Abrika	4	3	5	1	5	3	2	4	4	1	2	4	3	4	1	3	4	4	5	1	5	3	2	5	5	2	1	3	2	5	5	5	1	4	4	115		
69	Putri Maulani	4	3	5	1	5	2	1	4	4	1	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	5	4	5	3	2	5	5	2	1	3	4	5	5	5	1	121		
70	Indri Litfiani	3	1	5	1	4	1	1	4	5	2	1	3	2	4	3	4	5	4	1	3	5	2	3	1	5	5	4	2	5	1	1	1	2	5	1	100		
71	Monicgia Septira	1	5	2	5	1	5	2	1	4	3	1	3	2	2	2	2	4	4	4	3	1	4	2	4	2	3	5	2	5	3	3	5	4	5	1	105		
72	Aldi Frangki	4	3	5	5	3	3	3	4	1	2	2	3	4	2	3	3	5	5	5	3	3	5	5	3	3	3	5	1	1	5	5	5	5	5	1	123		
73	Hraun Ardiansyah	3	3	5	2	5	2	2	3	4	1	3	3	3	4	3	5	1	4	3	3	5	4	5	3	3	1	5	3	4	4	4	5	3	4	1	116		
74	M. Fajri Syawal	3	3	5	2	5	2	1	2	4	2	2	3	4	4	3	5	1	4	3	3	5	5	5	4	3	1	5	4	4	4	5	5	3	5	1	120		
75	Muhammad Fikri	1	2	3	3	5	2	2	3	4	1	3	2	2	2	4	4	4	2	4	3	4	4	5	4	2	5	5	2	1	3	5	3	5	2	1	107		
76	Rodi Saputra	3	1	5	1	5	1	1	2	2	1	1	1	1	3	5	2	3	5	4	5	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	1	2	4	5	86		
77	Mif Takhul Huda	3	1	4	1	5	3	4	5	4	4	2	1	4	3	4	5	1	2	2	2	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	5	2	4	2	1	120		
78	Ikhsan Gusri	3	5	5	5	1	1	3	5	5	3	4	3	2	4	5	5	1	5	5	5	5	5	5	3	4	5	5	3	5	4	4	3	4	5	5	140		
79	Fania Valesca	1	4	5	3	3	2	3	5	5	5	5	4	3	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	2	5	5	3	1	5	5	5	4	5	2	143		
80	Septhy Anggraini	3	2	5	3	5	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	5	1	5	5	1	2	1	2	2	1	1	5	2	2	3	5	5	5	5	2	5	92	
81	Fitriana A	3	3	4	2	3	2	2	4	2	3	2	3	2	3	4	4	4	5	3	3	4	2	2	4	2	2	5	4	3	4	4	3	4	4	2	110		
82	Sepitry Dwi Adna	4	2	5	1	5	1	1	2	2	3	1	1	1	2	2	2	1	5	4	5	4	2	2	4	5	2	4	2	2	1	3	3	5	5	1	95		
83	Lilis Karlina	2	5	1	5	1	1	3	3	2	2	2	1	3	3	2	3	5	4	3	5	4	3	3	1	3	3	1	3	2	5	3	5	1	1	94			
84	Viska Lorika	5	5	5	4	4	2	5	2	1	4	5	3	5	5	5	1	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	2	1	5	4	5	5	5	2	142		
85	Annafi Raihan	5	2	5	2	5	1	3	4	4	1	3	2	4	4	3	4	5	4	4	4	3	5	5	5	4	4	5	4	5	3	4	5	5	4	1	131		

86	Dea Oktapia	5	5	5	4	4	2	2	5	5	1	4	3	5	5	5	1	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	2	5	5	4	5	5	5	5	2	1	142
87	Weli Eka Pratama	5	4	5	4	2	3	2	3	4	3	2	1	4	5	4	3	4	5	2	3	4	2	4	5	1	2	4	3	1	2	5	5	4	5	1	116	
88	Fadlil Khoiriandi	3	2	2	1	5	1	1	3	2	5	1	1	1	2	4	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5	3	1	117			
89	Zoki Trizandi	1	4	1	3	1	1	3	5	4	1	1	4	4	5	5	1	4	2	1	3	4	5	4	4	3	5	4	3	2	2	3	5	3	3	1	105	
90	Alwanda	4	3	3	2	5	1	1	2	3	4	1	2	1	1	4	5	2	2	5	2	1	2	2	4	2	2	2	3	3	5	5	4	1	1	91		
91	Aidil Ahmad	1	5	1	5	2	3	4	4	5	2	2	3	4	5	5	5	5	2	5	3	4	5	3	5	4	5	3	5	5	5	5	5	2	1	137		
92	Tesa Yuliyanti	3	3	5	2	3	1	2	3	4	4	5	2	3	5	2	5	1	5	2	5	3	2	2	4	2	5	5	2	4	3	3	5	5	5	1	116	
93	Walduri Riefa	1	2	4	5	3	2	1	5	5	4	5	5	4	4	1	1	5	5	5	5	4	4	5	4	2	4	5	4	5	5	4	5	5	5	2	135	
94	Auzha Cinda F	5	2	5	1	5	2	1	3	5	5	5	2	5	2	5	4	3	5	5	3	5	4	5	5	4	3	5	3	4	4	5	5	3	5	1	134	
95	Rezita Felisya	4	2	5	1	1	1	2	5	1	2	3	1	4	5	2	5	5	5	5	5	4	4	5	4	2	4	5	4	5	5	2	5	5	5	2	125	
96	Cinta Aulia	3	2	5	2	5	1	4	4	5	3	4	3	5	4	4	5	5	5	3	4	5	5	4	5	2	4	5	4	5	5	5	5	4	5	5	144	
97	Vicky Hestika	3	1	5	1	5	3	1	4	4	5	4	3	5	4	3	4	3	5	4	4	4	1	4	5	1	3	4	2	5	4	3	5	5	5	1	123	
98	Hani Syofyani P	2	2	5	5	4	1	4	4	5	3	2	4	3	5	4	4	5	4	2	4	2	3	5	2	2	4	4	5	3	5	5	5	1	1	1	120	
99	Restu Aliya	3	5	3	5	3	2	4	5	4	4	3	5	4	2	5	5	4	3	4	3	2	5	4	5	2	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	1	137
100	Jetmiko Radja	4	1	5	1	5	1	1	4	3	5	3	1	3	3	3	3	5	5	4	3	4	5	5	5	3	2	5	5	5	5	5	3	4	1	3	4	122
101	Ayub Subdatul	3	4	3	5	5	3	5	2	3	4	4	2	1	4	4	5	3	2	4	3	1	5	5	5	2	4	4	5	5	1	4	5	5	5	1	126	
102	Iis Anggelia	3	4	4	3	3	1	2	3	4	1	3	3	2	2	1	2	1	4	1	4	1	1	1	2	3	4	5	5	2	3	4	5	4	3	5	5	99
103	Ilham Juanda	3	2	5	3	3	4	3	4	4	3	2	1	4	4	4	3	2	4	3	1	5	5	5	2	4	4	5	5	1	4	5	5	5	1	123		
104	Aniqoh Nirsya	4	4	5	2	5	3	1	2	4	2	3	4	2	3	3	4	5	4	4	1	3	2	3	4	1	3	4	1	4	2	3	4	4	4	1	108	
105	Alfian Pratama	2	1	5	5	1	1	1	5	5	4	2	5	3	3	3	5	5	5	5	3	1	5	5	5	4	5	5	5	3	1	5	5	3	4	2	127	
106	Rosi Hotmatva HS	3	2	2	2	3	1	2	5	4	3	1	2	1	1	1	2	3	1	5	1	1	2	4	3	1	1	1	1	1	3	2	1	3	2	1	72	
107	Tera Dwi Lestari	1	3	1	5	1	4	1	1	2	3	5	2	2	3	5	5	5	5	5	2	5	2	3	4	2	5	4	5	5	2	4	5	5	5	1	118	
108	Dhani Fatwa	5	3	5	2	5	2	2	4	4	2	3	2	4	3	2	2	5	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	3	5	4	5	4	4	5	1	130	
109	Nadif Alnocta	5	4	5	2	1	1	2	2	3	4	3	2	3	2	5	2	1	1	1	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	5	5	2	121		
110	Refal Maheka P	5	3	5	3	5	3	1	5	4	5	4	5	4	3	4	1	1	5	5	5	3	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	5	5	3	5	3	144
111	Nitra Angraini	3	4	5	4	5	3	1	1	4	4	3	3	2	4	5	4	5	5	4	1	4	3	2	4	1	3	5	2	5	3	2	3	4	2	2	115	
112	Melani Putri N	3	2	5	1	5	2	2	5	4	2	2	2	3	3	3	5	5	5	4	3	5	4	5	4	3	4	5	3	1	5	5	4	5	1	4	124	
113	Wikal Alhian	3	2	5	1	5	3	2	5	5	2	2	2	4	4	3	5	5	3	4	2	4	2	5	4	3	3	5	3	1	3	3	5	5	5	2	120	
114	Nurul Arifa	4	1	5	1	5	1	3	5	3	4	4	2	4	3	3	5	5	5	4	3	4	5	4	3	2	5	5	1	1	3	3	5	5	5	1	122	
115	Khairatul Zalfia	3	5	3	4	5	1	5	2	3	5	5	3	4	3	4	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	3	146	
116	Azzalwa Nur Alifa	3	2	5	1	5	2	2	4	3	1	3	3	4	3	2	5	4	4	3	4	3	2	3	4	4	2	4	4	2	1	4	4	5	4	5	1	112
117	Husna Mifta F	3	1	5	1	5	1	1	1	4	3	3	2	4	3	4	5	5	5	3	2	5	4	5	5	1	2	5	2	1	4	4	5	5	5	1	115	
118	Hedita Rohmalika	3	1	5	1	5	1	1	1	3	1	3	2	4	3	4	5	5	5	3	2	5	4	5	5	2	2	5	2	1	3	4	5	5	5	1	112	
119	Dewi Zaskia	3	2	5	1	4	1	1	4	3	2	2	2	3	3	3	5	5	4	4	2	5	4	4	4	1	5	5	3	1	3	4	5	4	5	1	113	
120	M Ramadani	2	4	5	4	5	2	2	3	5	2	3	5	3	4	3	5	5	5	5	3	3	5	4	3	4	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	136	
121	Silvia Wahyuni	2	5	1	5	2	2	4	4	2	3	2	3	3	2	5	2	3	4	2	4	3	5	5	4	5	5	3	3	1	3	4	5	3	5	1	115	
122	Wifa Azalia	3	3	5	1	4	1	1	4	5	3	2	3	4	3	3	5	5	4	5	3	4	4	5	4	3	1	5	2	1	4	5	3	5	1	3	117	
123	MHD. Chapsan	4	1	2	5	1	5	2	1	5	3	2	3	3	5	5	5	5	5	4	3	5	5	4	4	3	4	5	3	1	3	3	4	4	5	2	124	
124	Vidia Nasra Alifia	3	3	5	1	4	1	1	3	4	1	2	3	4	4	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	1	1	3	5	5	5	5	5	1	3	2	122	
125	Keysha Vinny	2	3	4	5	2	4	5	1	3	4	4	3	4	5	1	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	3	1	5	5	5	5	5	1	3	3	133	
126	Muhammad Hikal	5	1	5	1	4	2	3	5	5	2	2	2	4	4	5	5	5	3	2	3	3	3	5	4	3	2	5	3	1	5	3	5	3	5	1	119	
127	Fairuzi Yandi	4	1	5	1	5	1	3	4	3	2	1	4	3	4	5	5	5	4	5	4	5	3	4	5	1	5	5	3	1	5	5	5	3	5	1	125	
128	Rahmat Irawan	3	2	4	1	4	1	3	5	3	4	4	1	3	4	3	5	5	4	3	1	4	5	5	3	3	5	5	1	3	5	5	5	3	5	1	121	
129	Aziz Difa Zagy	2	3	1	5	1	3	5	5	3	4	2	4	4	3	3	5	2	4	3	4	4	3	4	1	4	4	2	1	3	4	5	5	3	2	1	112	
130	Marsya Rahma P	3	3	5	1	4	1	1	4	5	3	2	3	4	4	3	5	5	5	5	3	4	4	5	4	1	3	5	2	4	4	5	3	5	2	3	123	
131	Olivia Rorencia	3	5	5	1	5	3	1	5	3	3	4	1	3	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	1	5	5	3	1	3	5	5	3	5	1	130	



179	Viola Azzalia. H	4	2	4	2	4	2	2	4	5	4	3	2	3	4	4	5	3	5	3	2	5	4	5	4	3	5	5	4	4	4	4	5	5	5	3	132		
180	Auriel Radietu	4	5	3	5	4	1	3	3	5	4	2	2	3	4	5	5	1	5	5	1	1	5	5	5	1	5	3	1	2	4	4	5	1	1	5	118		
181	Wifa Amela. J	4	4	5	3	5	3	2	5	4	5	4	3	3	3	2	4	4	3	3	5	4	1	5	3	5	2	3	1	4	4	1	5	3	5	4	124		
182	M. Hadiath Thariq	3	3	5	3	5	3	3	4	3	4	1	3	3	4	1	1	4	5	2	2	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	115		
183	Rippya Yorisa	4	1	4	1	5	1	1	4	3	4	2	1	2	2	5	3	2	5	3	4	1	2	4	4	1	1	2	2	4	4	5	5	5	5	1	103		
184	Cindy Agustin	4	2	5	1	5	1	1	3	1	3	5	4	2	4	4	3	2	4	5	3	3	1	4	1	2	3	4	1	5	4	4	5	4	5	2	110		
185	Deticia Naca	4	2	5	1	5	1	1	2	1	3	4	3	3	4	4	3	2	4	5	3	3	4	4	1	2	2	3	1	5	4	4	5	4	5	1	108		
186	Nesa Yulianti	4	2	5	1	5	1	1	3	1	3	1	4	2	4	4	3	2	4	5	3	3	3	4	1	2	3	4	1	5	4	4	5	4	5	1	107		
187	Yova Hamika P	5	4	5	4	5	2	1	3	5	5	3	2	5	4	4	5	5	5	5	4	5	4	2	3	3	1	5	1	5	5	4	5	5	5	1	135		
188	M. Iqbal Al Fajri	4	1	4	1	4	1	1	2	3	4	2	2	5	2	2	2	5	5	3	3	5	5	5	5	2	5	5	2	4	1	2	5	5	5	1	113		
189	Rizky Andreanto	5	4	5	2	5	2	3	5	5	5	2	2	3	1	5	5	1	5	5	2	5	5	5	2	1	5	5	5	1	3	1	3	5	2	5	125		
190	Malfian F	3	3	5	1	5	1	1	3	2	4	1	1	1	2	3	2	4	5	3	3	2	4	4	2	1	3	4	3	5	1	4	5	1	3	1	96		
191	Shilva Nava F	3	5	5	4	5	3	3	5	5	5	3	4	3	4	4	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	4	5	3	152		
192	Rizki Satria G	3	5	5	4	5	1	2	5	5	5	3	4	3	4	3	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	150		
																																						Mean	118,5
																																						SD	15,95215



INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
KERINCI

Lampiran 7

DATA SAMPEL TABULASI *PRETEST*

No	Responden	Item ( <i>Pretest</i> )																																			Jumlah	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35		
1	Ananda Dwi H	1	5	2	1	1	1	1	5	1	3	1	1	1	3	1	3	3	4	1	1	1	3	1	2	1	2	1	4	1	2	5	1	2	1	68		
2	Aira Dwi M	3	1	5	1	2	1	4	5	3	4	4	2	5	5	5	3	5	3	4	2	1	1	5	4	1	3	3	1	3	3	4	4	4	4	4	112	
3	Filda Ulandari	5	3	5	2	5	5	2	3	5	1	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	4	4	5	5	5	5	154	
4	Frendika	2	3	2	2	2	4	3	1	5	5	2	5	3	1	1	5	5	4	1	1	3	3	5	1	1	1	1	3	5	1	5	5	5	1	1	98	
5	Malfian F	3	3	5	1	5	1	1	3	2	4	1	1	1	2	3	2	4	5	3	3	2	4	4	2	1	3	4	3	5	1	4	5	1	3	1	96	
6	Nadia Darma P	3	4	1	1	1	1	3	4	1	3	1	3	3	5	3	5	3	5	5	4	5	3	3	2	1	1	3	1	4	3	3	4	3	1	1	97	
7	Reno	5	5	5	5	5	1	1	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	160	
8	Shilva Nava F	3	5	5	4	5	3	3	5	5	5	3	4	3	4	4	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	4	5	3	5	152	
9	Putri Novi A	4	2	5	1	5	1	1	1	1	3	1	1	1	4	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	4	5	1	3	81	
10	Rosi Hotmatva	3	2	2	2	3	1	2	5	4	3	1	2	1	1	1	2	3	1	5	1	1	2	4	3	1	1	1	1	1	1	3	2	1	3	2	1	72
																																					Mean	118,5
																																					SD	15,95215

Lampiran 8

DATA SAMPEL TABULASI *POSTTEST*

No	Responden	Item <i>Posttest</i>																																			Jumlah	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35		
1	Ananda Dwi H	3	3	5	3	5	3	2	5	5	2	3	5	3	5	5	3	5	1	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	143
2	Aira Dwi M	3	3	5	3	5	3	3	4	3	4	1	3	3	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	123	
3	Filda Ulandari	4	3	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	4	4	5	5	156		
4	Frendika	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	1	5	1	2	4	5	5	4	3	5	3	5	5	4	3	4	3	1	3	3	3	5	3	4	4	135	
5	Malfian F	4	4	3	1	5	1	2	3	5	5	2	2	3	1	5	5	5	3	4	5	2	2	5	5	2	2	5	5	5	3	3	5	5	5	5	127	
6	Nadia Darma P	3	4	5	4	1	2	4	4	3	4	1	3	4	5	3	4	4	5	5	3	5	5	5	4	4	4	4	5	3	5	5	5	5	5	1	136	
7	Reno	5	5	4	5	5	5	5	3	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	5	4	5	5	4	5	163	
8	Shilva Nava F	5	5	3	5	5	2	5	4	5	3	4	5	5	4	5	5	3	5	4	5	4	5	4	3	5	5	4	3	5	5	5	4	5	5	5	154	
9	Putri Novi A	4	2	5	1	5	1	5	5	5	3	4	4	4	3	2	2	3	3	3	1	4	4	4	4	5	5	4	4	5	3	3	5	4	5	3	127	
10	Rosi Hotmatva	3	3	5	1	5	1	1	4	3	5	5	4	3	4	4	1	5	4	5	3	3	1	4	4	1	2	5	5	5	5	5	4	5	3	4	1	121
																																					Mean	138,5
																																					SD	14,8941

## Lampiran 9

### Hasil Analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* Perbedaan Antara *Pretest* dan *Posttest* Tingkat Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone*

#### Test Statistics<sup>a</sup>

	Posttest - Pretest
Z	-2,805 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,005

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

#### Arah Perbedaan *Pretest* dan *Posttest* Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan *Handphone*

#### Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest – Pretest	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	,00
	Positive Ranks	10 <sup>b</sup>	55,00
	Ties	0 <sup>c</sup>	
	Total	10	

a. Post Test < Pre Test

b. Post Test > Pre Test

c. Post Test = Pre Test

## Lampiran 10

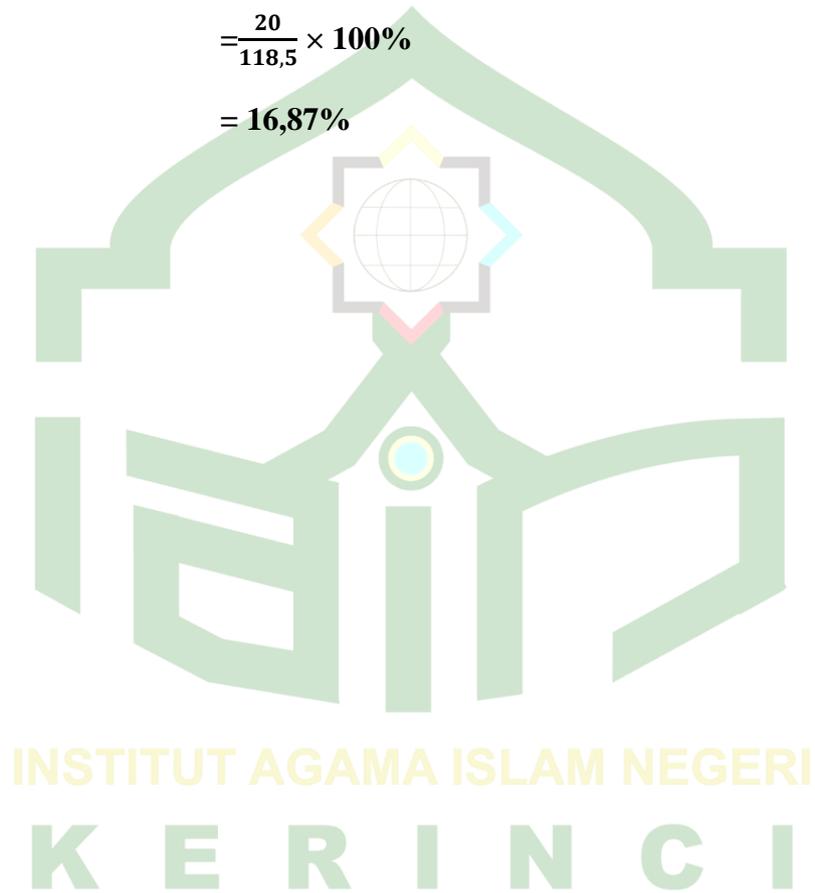
Perhitungan Peningkatan Persentase antara Nilai *Pretest* dan *Posttest*

$$\text{Persentase Data} = \frac{\text{mean posttest} - \text{mean pretest}}{\text{mean pretest}} \times 100\%$$

$$= \frac{138,5 - 118,5}{118,5} \times 100\%$$

$$= \frac{20}{118,5} \times 100\%$$

$$= 16,87\%$$



## RIWAYAT PENDIDIKAN

Nama : DIYAH OKTASARI  
NIM : 1610307014  
Tempat/Tanggal Lahir : Kumun, 09 Oktober 1998  
Alamat : Desa Ulu Air, Kecamatan Kumun Debai, Kota  
Sungai Penuh, Provinsi Jambi, Indonesia  
Agama : Islam  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Pekerjaan : Mahasiswi  
Riwayat Pendidikan :  
1. SDN No 052 Ulu Air Tahun 2010  
2. SMP Negeri 6 Kota Sungai Penuh Tahun 2013  
3. SMK Negeri 3 Kota Sungai Penuh Tahun 2016  
4. S1 IAIN Kerinci Tahun 2020

Nama Orang Tua

Ayah : ARMEN PANE  
Ibu : ELMY DETRI

Sungai Penuh, 11 Juni 2020  
Penulis



**Diyah Oktasari**  
**1610307014**

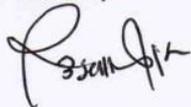
**RENCANA PELAKSANAAN PROGRAM LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK**

1.	Topik bahasan	<b>Mengendalikan Diri</b>
2.	Bidang bimbingan	<b>Belajar, Pribadi dan Sosial</b>
3.	Jenis layanan	Bimbingan kelompok
4.	Fungsi layanan	Pemahaman, pemeliharaan dan pengembangan
5.	Tujuan layanan/ hasil yang ingin dicapai	<p>a. Mengembangkan potensi yang dimiliki siswa, diantaranya:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berlatih untuk mampu menyampaikan gagasan kepada orang lain</li> <li>- Berlatih untuk merespon gagasan dari orang lain</li> <li>- Menghargai pendapat orang lain</li> <li>- Meningkatkan kecerdasan emosional</li> <li>- Mengembangkan minat dan bakat</li> <li>- Dapat melatih mengendalikan diri anggota kelompok</li> </ul> <p>b. Membahas topik secara mendalam luas dan tuntas. Untuk memperoleh wawasan, pengetahuan baru dan karakteristik siswa</p> <p>c. Menumbuhkan rasa keakraban diantara sesama siswa</p>
6.	Sasaran layanan	Siswa Kelas VIII (sample)
7.	Uraian kegiatan dan materi layanan	<p>a. Tahap pembentukan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pembukaan oleh pemimpin kelompok</li> <li>2. Ucapan selamat datang dan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok</li> <li>3. Berdo'a sebelum mengikuti kegiatan</li> <li>4. Menjelaskan pengertian, tujuan, cara pelaksanaan, dan asas-asas dari bimbingan kelompok</li> <li>5. Perkenalan dengan semua anggota kelompok</li> <li>6. Rangkaian nama</li> <li>7. Menampilkan permainan keakraban</li> </ol>

		<p>b. Tahap peralihan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya</li> <li>2. Mempelajari suasana yang terjadi baik tentang pemahaman mengenai penjelasan materi maupun suasana keakraban anggota kelompok</li> </ol> <p>c. Tahap kegiatan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengemukakan topik yang akan di bahas berkaitan dengan topik bebas yang disepakati bersama</li> <li>2. Membahas topik secara mendalam, luas, dan tuntas</li> <li>3. Bila dibutuhkan perlu diadakan selingan (permainan tradisional)</li> </ol> <p>d. Tahap pengakhiran</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyampaikan kesan dan hasil yang didapat baik untuk dirinya maupun untuk lingkungannya</li> <li>2. Merencanakan kegiatan lanjutan</li> <li>3. Mengemukakan pesan dan harapan</li> <li>4. Do'a penutup</li> </ol>
8.	Metode	Tanya jawab dan diskusi
9.	Tempat penyelenggara	Aula Pertemuan
10.	Waktu Penyelenggaraan	Rabu /12 Februari 2020
11.	Penyelenggaraan kegiatan	Peneliti (Diyah Oktasari)
12.	Pihak-pihak yang disertakan dalam penyelenggaraan layanan dan peranannya masing-masing	Siswa kelas VIII (dipilih dari tinggi dan rendahnya hasil skala yang diisi oleh siswa)
13.	Rencana penilaian	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penilaian segera (terciptanya dinamika kelompok dan dapat membahas topik dengan mendalam, luas, dan tuntas)</li> <li>- Penilaian jangka pendek (semua anggota kelompok mendapatkan pemahaman baru setelah mengikuti layanan)</li> </ul>
14	Keterkaitan dengan layanan lain	Layanan informasi

15.	Tindak lanjut	Layanan bimbingan kelompok lanjutan
-----	---------------	-------------------------------------

**Mengetahui,  
Guru BK,**



**Resa Octolia Yunita, S.Pd**  
**NIP. 198510272009012007**

**Sungai Penuh, 12 Februari 2020  
Pemberi Layanan,**



**Diyah Oktasari**  
**NIM. 1610307014**

## LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM KEGIATAN BIMBINGAN DAN KONSELING

A. Topik permasalahan/bahasan : Mengendalikan Diri

B. Spesifikasi kegiatan

1. Bidang bimbingan : *Belajar, pribadi dan sosial*
2. Jenis layanan : Bimbingan kelompok
3. Fungsi layanan : Pemahaman, pemeliharaan, dan pengembangan
4. Sasaran layanan : *Siswa kelas VIII (sample)*

C. Pelaksanaan kegiatan pendukung

1. Hari/Tanggal : *Rabu/ 12 Februari 2020*
2. Tempat : *Aula Pertemuan*
3. Deskripsi dan komentar tentang pelaksanaan kegiatan pendukung

*Pelaksanaan layanan dimulai pada jam 09.00-09.30 WIB. Kegiatan dimulai dengan tahap pembentukan dimana pada tahap ini PK menjelaskan pengertian, tujuan, dan asas layanan bimbingan kelompok supaya bimbingan kelompok berjalan sesuai tujuan, selanjutnya diikuti dengan permainan rangkaian nama agar PK dan anggota kelompok saling mengenal dan menimbulkan suasana keakraban dalam kelompok. Kemudian masuk pada tahap peralihan dimana PK menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk masuk pada tahap selanjutnya serta pemahaman siswa terhadap tahap sebelumnya. Selanjutnya masuk pada tahap kegiatan dimana PK menentukan topik yang akan dibahas. Pada tahap ini anggota kelompok masih malu dan ragu untuk mengungkapkan pendapatnya karena anggota kelompok baru pertama kali mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok, namun kegiatan dapat berjalan dengan lancar. Untuk memberikan semangat kepada anggota kelompok PK memberikan selingan permainan tradisional yaitu kotak pos semua siswa sangat antusias mengikutinya. Pada tahap pengakhiran masing-masing anggota kelompok mengemukakan komitmen dan menentukan waktu untuk pelaksanaan layanan bimbingan kelompok selanjutnya.*

D. Evaluasi

1. Cara penilaian

*Penilaian dilakukan dengan meminta siswa mengungkapkan perasaan serta manfaat tentang apa yang telah diperolehnya setelah layanan diberikan.*

2. Deskripsi dan komentar tentang hasil penilaian

*Berdasarkan penilaian yang telah dilakukan diketahui bahwa siswa telah mengetahui akan kondisi, gejala atau permasalahan yang ada pada dirinya.*

**Mengetahui,  
Guru BK,**



**Resa Octolia Yunita, S.Pd**  
**NIP. 198510272009012007**

**Sungai Penuh, 12 Februari 2020  
Pemberi Layanan,**



**Diyah Oktasari**  
**NIM. 1610307014**

**RENCANA PELAKSANAAN PROGRAM LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK**

1.	Topik bahasan	<b>Tekun Walau Banyak Hambatan</b>
2.	Bidang bimbingan	<b>Belajar, Pribadi dan Sosial</b>
3.	Jenis layanan	Bimbingan kelompok
4.	Fungsi layanan	Pemahaman, pemeliharaan dan pengembangan
5.	Tujuan layanan/ hasil yang ingin dicapai	<p>a. Mengembangkan potensi yang dimiliki siswa, diantaranya:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berlatih untuk mampu menyampaikan gagasan kepada orang lain</li> <li>- Berlatih untuk merespon gagasan dari orang lain</li> <li>- Menghargai pendapat orang lain</li> <li>- Meningkatkan kecerdasan emosional</li> <li>- Mengembangkan minat dan bakat</li> <li>- Dapat melatih mengendalikan diri anggota kelompok</li> </ul> <p>b. Membahas topik secara mendalam luas dan tuntas. Untuk memperoleh wawasan, pengetahuan baru dan karakteristik siswa</p> <p>c. Menumbuhkan rasa keakraban diantara sesama siswa</p>
6.	Sasaran layanan	Siswa Kelas VIII (sample)
7.	Uraian kegiatan dan materi layanan	<p>a. Tahap pembentukan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pembukaan oleh pemimpin kelompok</li> <li>2. Ucapan selamat datang dan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok</li> <li>3. Berdo'a sebelum mengikuti kegiatan</li> <li>4. Menjelaskan pengertian, tujuan, cara pelaksanaan, dan asas-asas dari bimbingan kelompok</li> <li>5. Perkenalan dengan semua anggota kelompok</li> <li>6. Rangkaian nama</li> <li>7. Menampilkan permainan keakraban</li> </ol>

		<p>b. Tahap peralihan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya</li> <li>2. Mempelajari suasana yang terjadi baik tentang pemahaman mengenai penjelasan materi maupun suasana keakraban anggota kelompok</li> </ol> <p>c. Tahap kegiatan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengemukakan topik yang akan di bahas berkaitan dengan topik bebas yang disepakati bersama</li> <li>2. Membahas topik secara mendalam, luas, dan tuntas</li> <li>3. Bila dibutuhkan perlu diadakan selingan (permainan tradisional)</li> </ol> <p>d. Tahap pengakhiran</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyampaikan kesan dan hasil yang didapat baik untuk dirinya maupun untuk lingkungannya</li> <li>2. Merencanakan kegiatan lanjutan</li> <li>3. Mengemukakan pesan dan harapan</li> <li>4. Do'a penutup</li> </ol>
8.	Metode	Tanya jawab dan diskusi
9.	Tempat penyelenggara	Ruang Olahraga
10.	Waktu Penyelenggaraan	Sabtu/ 15 Februari 2020
11.	Penyelenggaraan kegiatan	Peneliti (Diyah Oktasari)
12.	Pihak-pihak yang disertakan dalam penyelenggaraan layanan dan peranannya masing-masing	Siswa kelas VIII (dipilih dari tinggi dan rendahnya hasil skala yang diisi oleh siswa)
13.	Rencana penilaian	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penilaian segera (terciptanya dinamika kelompok dan dapat membahas topik dengan mendalam, luas, dan tuntas)</li> <li>- Penilaian jangka pendek (semua anggota kelompok mendapatkan pemahaman baru setelah mengikuti layanan)</li> </ul>
14.	Keterkaitan dengan layanan lain	Layanan informasi

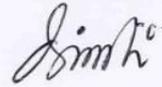
15.	Tindak lanjut	Layanan bimbingan kelompok lanjutan
-----	---------------	-------------------------------------

**Mengetahui,  
Guru BK,**



**Resa Octolia Yunita, S.Pd**  
**NIP. 198510272009012007**

**Sungai Penuh, 15 Februari 2020  
Pemberi Layanan,**



**Diyah Oktasari**  
**NIM. 1610307014**

## LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM KEGIATAN BIMBINGAN DAN KONSELING

A. Topik permasalahan/bahasan : Tekun Walau Banyak Hambatan

B. Spesifikasi kegiatan

1. Bidang bimbingan : *Belajar, pribadi dan sosial*
2. Jenis layanan : Bimbingan kelompok
3. Fungsi layanan : Pemahaman, pemeliharaan, dan pengembangan
4. Sasaran layanan : *Siswa kelas VIII (sample)*

C. Pelaksanaan kegiatan pendukung

1. Hari/Tanggal : *Sabtu / 15 Februari 2020*
2. Tempat : *Ruang Olahraga*
3. Deskripsi dan komentar tentang pelaksanaan kegiatan pendukung

*Pelaksanaan layanan dimulai pada jam 09.00-09.30 WIB. Kegiatan dimulai dengan tahap pembentukan dimana pada tahap ini PK mengulang kembali menjelaskan pengertian, tujuan, dan asas layanan bimbingan kelompok supaya bimbingan kelompok berjalan dengan efektif. Kemudian masuk pada tahap peralihan dimana PK menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan bimbingan kelompok yang dua hari lalu dilaksanakan. Selanjutnya masuk pada tahap kegiatan dimana PK menentukan topik yang akan dibahas. Pada tahap ini anggota kelompok sudah mulai berani untuk mengemukakan pendapatnya, sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar. Untuk menghidupkan suasana dan keakraban anggota kelompok PK memberikan selingan permainan tradisional yaitu lempar batu semua siswa sangat antusias mengikutinya dan sangat bergembira. Pada tahap pengakhiran masing-masing anggota kelompok mengemukakan komitmen dan menentukan waktu untuk pelaksanaan layanan bimbingan kelompok selanjutnya.*

D. Evaluasi

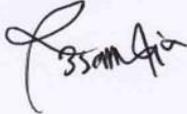
1. Cara penilaian

*Penilaian dilakukan dengan meminta siswa mengungkapkan perasaan serta manfaat tentang apa yang telah diperolehnya setelah layanan diberikan.*

2. Deskripsi dan komentar tentang hasil penilaian

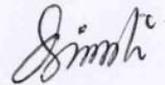
Berdasarkan penilaian yang telah dilakukan diketahui bahwa siswa telah mengetahui akan kondisi, gejala atau permasalahan yang ada pada dirinya.

**Mengetahui,  
Guru BK,**



**Resa Octolia Yunita, S.Pd**  
**NIP. 198510272009012007**

**Sungai Penuh, 15 Februari 2020  
Pemberi Layanan,**



**Diyah Oktasari**  
**NIM. 1610307014**

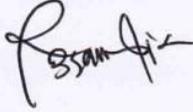
**RENCANA PELAKSANAAN PROGRAM LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK**

1.	Topik bahasan	<b>Berperilaku Sesuai Aturan dan Norma</b>
2.	Bidang bimbingan	<b>Belajar, Pribadi dan Sosial</b>
3.	Jenis layanan	Bimbingan kelompok
4.	Fungsi layanan	Pemahaman, pemeliharaan dan pengembangan
5.	Tujuan layanan/ hasil yang ingin dicapai	<p>a. Mengembangkan potensi yang dimiliki siswa, diantaranya:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berlatih untuk mampu menyampaikan gagasan kepada orang lain</li> <li>- Berlatih untuk merespon gagasan dari orang lain</li> <li>- Menghargai pendapat orang lain</li> <li>- Meningkatkan kecerdasan emosional</li> <li>- Mengembangkan minat dan bakat</li> <li>- Dapat melatih mengendalikan diri anggota kelompok</li> </ul> <p>b. Membahas topik secara mendalam luas dan tuntas. Untuk memperoleh wawasan, pengetahuan baru dan karakteristik siswa</p> <p>c. Menumbuhkan rasa keakraban diantara sesama siswa</p>
6.	Sasaran layanan	Siswa Kelas VIII (sample)
7.	Uraian kegiatan dan materi layanan	<p>a. Tahap pembentukan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pembukaan oleh pemimpin kelompok</li> <li>2. Ucapan selamat datang dan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok</li> <li>3. Berdo'a sebelum mengikuti kegiatan</li> <li>4. Menjelaskan pengertian, tujuan, cara pelaksanaan, dan asas-asas dari bimbingan kelompok</li> <li>5. Perkenalan dengan semua anggota kelompok</li> <li>6. Rangkaian nama</li> <li>7. Menampilkan permainan keakraban</li> </ol>

		<p>b. Tahap peralihan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya</li> <li>2. Mempelajari suasana yang terjadi baik tentang pemahaman mengenai penjelasan materi maupun suasana keakraban anggota kelompok</li> </ol> <p>c. Tahap kegiatan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengemukakan topik yang akan di bahas berkaitan dengan topik bebas yang disepakati bersama</li> <li>2. Membahas topik secara mendalam, luas, dan tuntas</li> <li>3. Bila dibutuhkan perlu diadakan selingan (permainan tradisional)</li> </ol> <p>d. Tahap pengakhiran</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyampaikan kesan dan hasil yang didapat baik untuk dirinya maupun untuk lingkungannya</li> <li>2. Merencanakan kegiatan lanjutan</li> <li>3. Mengemukakan pesan dan harapan</li> <li>4. Do'a penutup</li> </ol>
8.	Metode	Tanya jawab dan diskusi
9.	Tempat penyelenggara	Ruang Olahraga
10.	Waktu Penyelenggaraan	Selasa/ 18 Februari 2020
11.	Penyelenggaraan kegiatan	Peneliti (Diyah Oktasari)
12.	Pihak-pihak yang disertakan dalam penyelenggaraan layanan dan peranannya masing-masing	Siswa kelas VIII (dipilih dari tinggi dan rendahnya hasil skala yang diisi oleh siswa)
13.	Rencana penilaian	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penilaian segera (terciptanya dinamika kelompok dan dapat membahas topik dengan mendalam, luas, dan tuntas)</li> <li>- Penilaian jangka pendek (semua anggota kelompok mendapatkan pemahaman baru setelah mengikuti layanan)</li> </ul>
14.	Keterkaitan dengan layanan lain	Layanan Informasi

15.	Tindak lanjut	Layanan bimbingan kelompok lanjutan
-----	---------------	-------------------------------------

**Mengetahui,  
Guru BK,**



**Resa Octolia Yunita, S.Pd**  
**NIP. 198510272009012007**

**Sungai Penuh, 18 Februari 2020  
Pemberi Layanan,**



**Diyah Oktasari**  
**NIM. 1610307014**

## LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM KEGIATAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik permasalahan/bahasan : Berperilaku Sesuai Aturan dan Norma
- B. Spesifikasi kegiatan
1. Bidang bimbingan : *Belajar, pribadi dan sosial*
  2. Jenis layanan : Bimbingan kelompok
  3. Fungsi layanan : Pemahaman, pemeliharaan, dan pengembangan
  4. Sasaran layanan : *Siswa kelas VIII (sample)*
- C. Pelaksanaan kegiatan pendukung
1. Hari/Tanggal : *Selasa / 18 Februari 2020*
  2. Tempat : *Ruang Olahraga*
  3. Deskripsi dan komentar tentang pelaksanaan kegiatan pendukung

*Pelaksanaan layanan dimulai pada jam 09.00-09.30 WIB. Kegiatan dimulai dengan tahap pembentukan dimana pada tahap ini PK mengulang kembali menjelaskan pengertian, tujuan, dan asas layanan bimbingan kelompok supaya bimbingan kelompok berjalan dengan efektif. Kemudian masuk pada tahap peralihan dimana PK menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan bimbingan kelompok yang dua hari lalu dilaksanakan. Selanjutnya masuk pada tahap kegiatan dimana PK menentukan topik yang akan dibahas. Pada tahap ini anggota kelompok sudah mulai berani untuk mengemukakan pendapatnya, sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar. Untuk menghidupkan suasana dan keakraban anggota kelompok PK memberikan selingan permainan tradisional yaitu ABC lima dasar semua siswa sangat antusias mengikutinya dan sangat bergembira. Pada tahap pengakhiran masing-masing anggota kelompok mengemukakan komitmen dan menentukan waktu untuk pelaksanaan layanan bimbingan kelompok selanjutnya.*

### A. Evaluasi

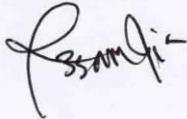
1. Cara penilaian

*Penilaian dilakukan dengan meminta siswa mengungkapkan perasaan serta manfaat tentang apa yang telah diperolehnya setelah layanan diberikan.*

2. Deskripsi dan komentar tentang hasil penilaian

*Berdasarkan penilaian yang telah dilakukan diketahui bahwa siswa telah mengetahui akan kondisi, gejala atau permasalahan yang ada pada dirinya.*

**Mengetahui,  
Guru BK,**



**Resa Octolia Yunita, S.Pd**  
**NIP. 198510272009012007**

**Sungai Penuh, 18 Februari 2020  
Pemberi Layanan,**



**Diah Oktasari**  
**NIM. 1610307014**

**RENCANA PELAKSANAAN PROGRAM LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK**

1.	Topik bahasan	<b>Pentingnya Mengontrol Emosi</b>
2.	Bidang bimbingan	<b>Belajar, Pribadi dan Sosial</b>
3.	Jenis layanan	Bimbingan kelompok
4.	Fungsi layanan	Pemahaman, pemeliharaan dan pengembangan
5.	Tujuan layanan/ hasil yang ingin dicapai	<p>a. Mengembangkan potensi yang dimiliki siswa, diantaranya:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berlatih untuk mampu menyampaikan gagasan kepada orang lain</li> <li>- Berlatih untuk merespon gagasan dari orang lain</li> <li>- Menghargai pendapat orang lain</li> <li>- Meningkatkan kecerdasan emosional</li> <li>- Mengembangkan minat dan bakat</li> <li>- Dapat melatih mengendalikan diri anggota kelompok</li> </ul> <p>b. Membahas topik secara mendalam luas dan tuntas. Untuk memperoleh wawasan, pengetahuan baru dan karakteristik siswa</p> <p>c. Menumbuhkan rasa keakraban diantara sesama siswa</p>
6.	Sasaran layanan	Siswa Kelas VIII (sample)
7.	Uraian kegiatan dan materi layanan	<p>a. Tahap pembentukan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pembukaan oleh pemimpin kelompok</li> <li>2. Ucapan selamat datang dan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok</li> <li>3. Berdo'a sebelum mengikuti kegiatan</li> <li>4. Menjelaskan pengertian, tujuan, cara pelaksanaan, dan asas-asas dari bimbingan kelompok</li> <li>5. Perkenalan dengan semua anggota kelompok</li> <li>6. Rangkaian nama</li> <li>7. Menampilkan permainan keakraban</li> </ol>

		<p>b. Tahap peralihan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya</li> <li>2. Mempelajari suasana yang terjadi baik tentang pemahaman mengenai penjelasan materi maupun suasana keakraban anggota kelompok</li> </ol> <p>c. Tahap kegiatan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengemukakan topik yang akan di bahas berkaitan dengan topik bebas yang disepakati bersama</li> <li>2. Membahas topik secara mendalam, luas, dan tuntas</li> <li>3. Bila dibutuhkan perlu diadakan selingan (permainan tradisional)</li> </ol> <p>d. Tahap pengakhiran</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyampaikan kesan dan hasil yang didapat baik untuk dirinya maupun untuk lingkungannya</li> <li>2. Merencanakan kegiatan lanjutan</li> <li>3. Mengemukakan pesan dan harapan</li> <li>4. Do'a penutup</li> </ol>
8.	Metode	Tanya jawab dan diskusi
9.	Tempat penyelenggara	Taman Perpustakaan
10.	Waktu Penyelenggaraan	Sabtu/ 22 Februari 2020
11.	Penyelenggaraan kegiatan	Peneliti (Diyah Oktasari)
12.	Pihak-pihak yang disertakan dalam penyelenggaraan layanan dan peranannya masing-masing	Siswa kelas VIII (dipilih dari tinggi dan rendahnya hasil skala yang diisi oleh siswa)
13.	Rencana penilaian	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penilaian segera (terciptanya dinamika kelompok dan dapat membahas topik dengan mendalam, luas, dan tuntas)</li> <li>- Penilaian jangka pendek (semua anggota kelompok mendapatkan pemahaman baru setelah mengikuti layanan)</li> </ul>
14.	Keterkaitan dengan layanan lain	Layanan informasi

15.	Tindak lanjut	Layanan bimbingan kelompok lanjutan
-----	---------------	-------------------------------------

**Mengetahui,  
Guru BK,**



**Resa Octolia Yunita, S.Pd**  
**NIP. 198510272009012007**

**Sungai Penuh, 22 Februari 2020  
Pemberi Layanan,**



**Diyah Oktasari**  
**NIM. 1610307014**

## LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM KEGIATAN BIMBINGAN DAN KONSELING

A. Topik permasalahan/bahasan : Pentingnya Mengontrol Emosi

B. Spesifikasi kegiatan

1. Bidang bimbingan : *Belajar, pribadi dan sosial*
2. Jenis layanan : Bimbingan kelompok
3. Fungsi layanan : Pemahaman, pemeliharaan, dan pengembangan
4. Sasaran layanan : *Siswa kelas VIII (sample)*

C. Pelaksanaan kegiatan pendukung

1. Hari/Tanggal : *Sabtu / 22 Februari 2020*
2. Tempat : *Taman Perpustakaan*
3. Deskripsi dan komentar tentang pelaksanaan kegiatan pendukung

*Pelaksanaan layanan dimulai pada jam 09.00-09.30 WIB. Kegiatan dimulai dengan tahap pembentukan dimana pada tahap ini PK mengulang kembali menjelaskan pengertian, tujuan, dan asas layanan bimbingan kelompok supaya bimbingan kelompok berjalan dengan efektif. Kemudian masuk pada tahap peralihan dimana PK menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan bimbingan kelompok yang tiga hari lalu dilaksanakan. Selanjutnya masuk pada tahap kegiatan dimana PK menentukan topik yang akan dibahas. Pada tahap ini anggota kelompok sudah mulai berani untuk mengemukakan pendapatnya, sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar. Untuk menghidupkan suasana dan keakraban anggota kelompok PK memberikan selingan permainan tradisional yaitu kucing dan tikus semua siswa sangat antusias mengikutinya dan sangat bergembira. Pada tahap pengakhiran masing-masing anggota kelompok mengemukakan komitmen dan menentukan waktu untuk pelaksanaan layanan bimbingan kelompok selanjutnya.*

D. Evaluasi

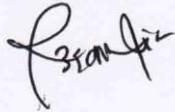
1. Cara penilaian

*Penilaian dilakukan dengan meminta siswa mengungkapkan perasaan serta manfaat tentang apa yang telah diperolehnya setelah layanan diberikan.*

2. Deskripsi dan komentar tentang hasil penilaian

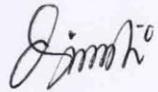
*Berdasarkan penilaian yang telah dilakukan diketahui bahwa siswa telah mengetahui akan kondisi, gejala atau permasalahan yang ada pada dirinya.*

**Mengetahui,  
Guru BK,**



**Resa Octolia Yunita, S.Pd**  
**NIP. 198510272009012007**

**Sungai Penuh, 22 Februari 2020  
Pemberi Layanan,**



**Diyah Oktasari**  
**NIM. 1610307014**

**RENCANA PELAKSANAAN PROGRAM LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK**

1.	Topik bahasan	<b>Menyesuaikan Diri Terhadap Situasi</b>
2.	Bidang bimbingan	<b>Belajar, Pribadi dan Sosial</b>
3.	Jenis layanan	Bimbingan kelompok
4.	Fungsi layanan	Pemahaman, pemeliharaan dan pengembangan
5.	Tujuan layanan/ hasil yang ingin dicapai	<p>a. Mengembangkan potensi yang dimiliki siswa, diantaranya:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berlatih untuk mampu menyampaikan gagasan kepada orang lain</li> <li>- Berlatih untuk merespon gagasan dari orang lain</li> <li>- Menghargai pendapat orang lain</li> <li>- Meningkatkan kecerdasan emosional</li> <li>- Mengembangkan minat dan bakat</li> <li>- Dapat melatih mengendalikan diri anggota kelompok</li> </ul> <p>b. Membahas topik secara mendalam luas dan tuntas. Untuk memperoleh wawasan, pengetahuan baru dan karakteristik siswa</p> <p>c. Menumbuhkan rasa keakraban diantara sesama siswa</p>
6.	Sasaran layanan	Siswa Kelas VIII (sample)
7.	Uraian kegiatan dan materi layanan	<p>a. Tahap pembentukan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pembukaan oleh pemimpin kelompok</li> <li>2. Ucapan selamat datang dan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok</li> <li>3. Berdo'a sebelum mengikuti kegiatan</li> <li>4. Menjelaskan pengertian, tujuan, cara pelaksanaan, dan asas-asas dari bimbingan kelompok</li> <li>5. Perkenalan dengan semua anggota kelompok</li> <li>6. Rangkaian nama</li> <li>7. Menampilkan permainan keakraban</li> </ol>

		<p>b. Tahap peralihan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya</li> <li>2. Mempelajari suasana yang terjadi baik tentang pemahaman mengenai penjelasan materi maupun suasana keakraban anggota kelompok</li> </ol> <p>c. Tahap kegiatan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengemukakan topik yang akan di bahas berkaitan dengan topik bebas yang disepakati bersama</li> <li>2. Membahas topik secara mendalam, luas, dan tuntas</li> <li>3. Bila dibutuhkan perlu diadakan selingan (permainan tradisional)</li> </ol> <p>d. Tahap pengakhiran</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyampaikan kesan dan hasil yang didapat baik untuk dirinya maupun untuk lingkungannya</li> <li>2. Merencanakan kegiatan lanjutan</li> <li>3. Mengemukakan pesan dan harapan</li> <li>4. Do'a penutup</li> </ol>
8.	Metode	Tanya jawab dan diskusi
9.	Tempat penyelenggara	Taman Perpustakaan
10.	Waktu Penyelenggaraan	Selasa/ 25 Februari 2020
11.	Penyelenggaraan kegiatan	Peneliti (Diyah Oktasari)
12.	Pihak-pihak yang disertakan dalam penyelenggaraan layanan dan peranannya masing-masing	Siswa kelas VIII (dipilih dari tinggi dan rendahnya hasil skala yang diisi oleh siswa)
13.	Rencana penilaian	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penilaian segera (terciptanya dinamika kelompok dan dapat membahas topik dengan mendalam, luas, dan tuntas)</li> <li>- Penilaian jangka pendek (semua anggota kelompok mendapatkan pemahaman baru setelah mengikuti layanan)</li> </ul>
14.	Keterkaitan dengan layanan lain	Layanan informasi

15.	Tindak lanjut	Layanan bimbingan kelompok lanjutan
-----	---------------	-------------------------------------

**Mengetahui,  
Guru BK,**



**Resa Octolia Yunita, S.Pd**  
**NIP. 198510272009012007**

**Sungai Penuh, 25 Februari 2020  
Pemberi Layanan,**



**Diyah Oktasari**  
**NIM. 1610307014**

## LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM KEGIATAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik permasalahan/bahasan : Menyesuaikan Diri Terhadap Situasi
- B. Spesifikasi kegiatan
1. Bidang bimbingan : *Belajar, pribadi dan sosial*
  2. Jenis layanan : Bimbingan kelompok
  3. Fungsi layanan : Pemahaman, pemeliharaan, dan pengembangan
  4. Sasaran layanan : *Siswa kelas VIII (sample)*

C. Pelaksanaan kegiatan pendukung

1. Hari/Tanggal : *Selasa / 25 Februari 2020*
2. Tempat : *Taman Perpustakaan*
3. Deskripsi dan komentar tentang pelaksanaan kegiatan pendukung

*Pelaksanaan layanan dimulai pada jam 09.00-09.30 WIB. Kegiatan dimulai dengan tahap pembentukan dimana pada tahap ini PK mengulang kembali menjelaskan pengertian, tujuan, dan asas layanan bimbingan kelompok. Kemudian masuk pada tahap peralihan dimana PK menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan bimbingan kelompok untuk masuk pada tahap selanjutnya serta pemahaman siswa terhadap tahap sebelumnya. Selanjutnya masuk pada tahap kegiatan dimana PK menentukan topik yang akan dibahas. Pada tahap ini anggota kelompok sudah berani untuk mengemukakan pendapatnya, sangat antusias untuk menyampaikan pendapatnya masing-masing. Untuk menghidupkan suasana anggota kelompok, PK memberikan selingan permainan tradisional yaitu ular naga semua siswa sangat antusias mengikutinya dan sangat bergembira. Pada tahap pengakhiran masing-masing anggota kelompok mengemukakan komitmen dan pesan kesan setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok selama 5 kali pertemuan.*

D. Evaluasi

1. Cara penilaian

*Penilaian dilakukan dengan meminta siswa mengungkapkan perasaan serta manfaat tentang apa yang telah diperolehnya setelah layanan diberikan.*

3. Deskripsi dan komentar tentang hasil penilaian

Berdasarkan penilaian yang telah dilakukan diketahui bahwa siswa telah mengetahui akan kondisi, gejala atau permasalahan yang ada pada dirinya.

**Mengetahui,  
Guru BK,**



**Resa Octolia Yunita, S.Pd**  
**NIP. 198510272009012007**

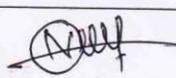
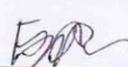
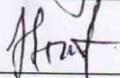
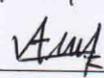
**Sungai Penuh, 25 Februari 2020  
Pemberi Layanan,**



**Diyah Oktasari**  
**NIM. 1610307014**

**PRESENSI PESERTA LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
SISWA SMP NEGERI 1 KOTA SUNGAI PENUH  
TAHUN 2020**

**Kelas** : VIII  
**Hari/tanggal** : Rabu/12 Februari 2020  
**Topik Bahasan** : Mengendalikan Diri  
**Pertemuan ke** : 1 (satu)  
**Jam** : 09.00 - 09.30

NO	NAMA	L/P	TANDA TANGAN
1	Nadia darma Purzi	P	
2	Rosi Hartatua H. S.	P	
3	Fida wandari	P	
4	Reno	L	
5	Shilva Nava Fiona	P	
6	FRENDIKA	L	
7	ANANDA Dwi Hermawan	L	
8	Maulian Febrian Sejah	L	
9	Aira dwi mauidia	P	
10	Putri Nani Aulia	P	

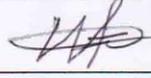
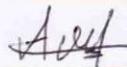
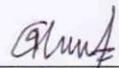
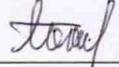
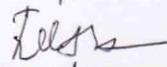
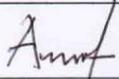
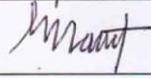
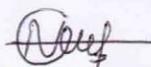
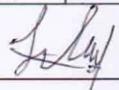
Sungai Penuh, 12 Februari 2020  
Pemberi Layanan



**Diyah Oktasari**  
NIM. 1610307014

**PRESENSI PESERTALAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
SISWA SMP NEGERI 1 KOTA SUNGAI PENUH  
TAHUN 2020**

**Kelas** : VIII  
**Hari/tanggal** : Sabtu / 15 Februari 2020  
**Topik Bahasan** : Tekun Walau Banyak Hambatan  
**Pertemuan ke** : 2 (Dua)  
**Jam** : 09.00 - 09.30

NO	NAMA	L/P	TANDA TANGAN
1	Fida ulandari	P	
2	Reno	L	
3	Aira dwi maulidia	D	
4	Putri Novi Aulia	P	
5	Rosi Hatmatia H.S.	P	
6	FREN DIKA	L	
7	Ananda Dwi Hermanan	L	
8	Malfian Febriansyah	L	
9	Nadia darma Putri	P	
10	Shiva Nava Fiona	P	

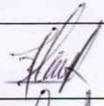
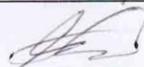
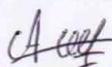
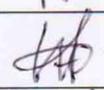
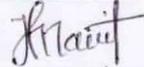
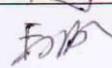
**Sungai Penuh, 15 Februari 2020**  
**Pemberi Layanan**



**Diyah Oktasari**  
**NIM. 1610307014**

**PRESENSI PESERTA LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
SISWA SMP NEGERI 1 KOTA SUNGAI PENUH  
TAHUN 2020**

**Kelas** : VIII  
**Hari/tanggal** : Selasa / 18 Februari 2020  
**Topik Bahasan** : Berperilaku Sesuai Aturan dan Norma  
**Pertemuan ke** : 3 (Tiga)  
**Jam** : 09.00 - 09.30

NO	NAMA	L/P	TANDA TANGAN
1	Shilva Nava Fiona	P	
2	Rosi H.H. Sidabutar	P	
3	Nedra clarma Putri	P	
4	Putri Novi Aulia	P	
5	Aira dwi Maulidia	P	
6	Frida Alandari	P	
7	RENO	L	
8	Mulfian Febriansyah	L	
9	Amanda Dwi HERMAWAN	L	
10	FREN DIKA	L	

Sungai Penuh, 18 Februari 2020  
Pemberi Layanan



**Diyah Oktasari**  
NIM. 1610307014

**PRESENSI PESERTA LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
SISWA SMP NEGERI 1 KOTA SUNGAI PENUH  
TAHUN 2020**

Kelas : VIII  
Hari/tanggal : Sabtu/22 Februari 2020  
Topik Bahasan : Pentingnya Mengontrol Emosi  
Pertemuan ke : 4 (Empat)  
Jam : 09.00 - 09.30

NO	NAMA	L/P	TANDA TANGAN
1	Filda ulandari	P	Fuy
2	Reno	L	#
3	Aira dwi Maulidia	P	Amf
4	Putri Novi Aulia	P	Amf
5	FRENDIKA	L	Fae
6	Ananta Dwi Hermawan	L	Amf
7	Malfian Febriansyah	L	Wmf
8	Nadia darma Putri	P	Nmf
9	Shilva Nava Iona	P	Shilva
10	Rosi Hotmatus H.S	P	Rmf

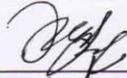
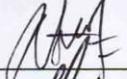
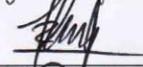
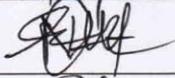
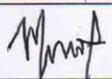
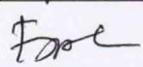
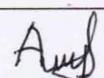
Sungai Penuh, 22 Februari 2020  
Pemberi Layanan

*Diyah Oktasari*

**Diyah Oktasari**  
NIM. 1610307014

**PRESENSI PESERTALAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
SISWA SMP NEGERI 1 KOTA SUNGAI PENUH  
TAHUN 2020**

Kelas : VIII  
 Hari/tanggal : Selasa / 25 Februari 2020  
 Topik Bahasan : Menyesuaikan Diri Terhadap Situasi  
 Pertemuan ke : 5 (Lima)  
 Jam : 09.00 - 09.30

NO	NAMA	L/P	TANDA TANGAN
1	Fida ulandari ← <del>.....</del>	P	
2	Rono	L	
3	Putri Novi Aulia	P	
4	Shilva Nava Fiona	P	
5	Nadia darma Putri	P	
6	Aica duci Neumidia	P	
7	Malfian febransyah	L	
8	Fren DIKA	L	
9	Ananda Dan Hermawan	L	
10	Rosi Hotmatva H.S	P	

Sungai Penuh, 25 Februari 2020  
 Pemberi Layanan



**Diyah Oktasari**  
 NIM. 1610307014



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Alamat : Jalan Kapten Muradi Sungai Penuh Telp. 0748 – 21065 Faks : 0748 – 22114  
KodePos . 37112 Website: [www.stainkerinci.ac.id](http://www.stainkerinci.ac.id) e-mail : [info@stainkerinci.ac.id](mailto:info@stainkerinci.ac.id)

**SURAT KEPUTUSAN**  
**DEKAN FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI**  
Nomor : 02 Tahun 2020

**T E N T A N G**  
**PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI**  
**MAHASISWA IAIN KERINCI**  
**TAHUN 2019/2020**

- Menimbang : 1. Bahwa untuk memperlancar mahasiswa menyusun skripsi, mahasiswa program strata satu (S.1) IAIN Kerinci, maka perlu menetapkan dosen pembimbing skripsi mahasiswa.  
2. Bahwa dosen yang nama nya tersebut dalam Surat Keputusan ini dipandang cakap dan mampu melaksanakan tugas tersebut.
- Mengingat : 1. Keputusan Menteri Agama Nomor 12 Tahun 2019 tentang Statuta IAIN Kerinci  
2. Peraturan Menteri Agama Nomor 48 Tahun 2016 tentang Organisasi dan Tata Kerja IAIN Kerinci  
3. Buku Pedoman Penulisan Skripsi Mahasiswa IAIN Kerinci Tahun 2017
- Memperhatikan : 1. Keputusan Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan tentang Pengangkatan Pembimbing I dan II dalam Penulisan Skripsi mahasiswa IAIN Kerinci  
2. Usul Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Nomor. In.31/J.2.1/PP.00.0/17/2019 Tanggal, 04-Sep-19

- MEMUTUSKAN**
- Menetapkan :  
Pertama : Menunjuk dan menugaskan :  
1. Nama : **Nuzmi Sasri, S.Pd, M.Pd** Sebagai Pembimbing I  
2. Nama : **HENGKI YANDRI, M.Pd, Kons** Sebagai Pembimbing II

Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi/Tugas Akhir :

Nama : **Diyah Oktasari**  
NIM : **1610307014**  
Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**  
Judul Skripsi : **Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa dalam Penggunaan Handphone di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 1 Kota Sungai Penuh**

- Kedua : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.

DITETAPKAN DI : SUNGAI PENUH  
PADA TANGGAL : 03 Maret 2020

a.n. Dekan,

Wakil Dekan Bidang Akademik dan  
Pengembangan Lembaga



**Drs. SAADUDDIN, MPd.I**

Tembusan :

1. Wakil Dekan Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga
2. Ketua Jurusan
3. Dosen Pembimbing
4. Pertinggal



PEMERINTAH KOTA SUNGAI PENUH  
**DINAS PENDIDIKAN**

Jln. Depati Parbo No. 01 Pondok Tinggi Sungai Penuh 37112  
Telp/Fax : (0748) 22448  
Website; <http://www.SungaiPenuhkota.go.id> e-mail.[disdikspn@email.com](mailto:disdikspn@email.com)

Sungai Penuh, 19 Februari 2020

Nomor : 420/204 /Disdik-1/II/2020  
Lampiran : -  
Perihal : **IZIN PENELITIAN**  
**a.n DIYAH OKTASARI**

Kepada Yth,  
Sdr. SMP Negeri 1 Sungai Penuh  
di -  
Sungai Penuh

Berdasarkan Surat Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci Nomor::  
In.31/DI.1/PP.00.9/116/2020 Tanggal 06 februari 2020 Perihal seperti pokok diatas, Kepala  
Dinas Pendidikan Kota Sungai Penuh dengan ini memberi Izin Penelitian kepada :

Nama : **DIYAH OKTASARI**  
NIM : 1610307014  
Jurusan : Bimbingan Dan Konsling Pendidikan Islam  
Fakultas : Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan

Untuk Melaksanakan Penelitian di :

Sekolah : SMP Negeri 1 Sungai Penuh  
Tanggal : 06 Februari s/d 06 April 2020

Judul Penelitian: "**Pengaruh Layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional untuk meningkatkan kontrol dari siswa dalam penggunaan handphone "**

Demikian disampaikan agar dapat di terima dan mohon bantuan lebih lanjut, terima kasih.

An. KEPALA DINAS  
SEKRETARIS

ub.  
KASUBAGUMUM DAN KEPEGAWAIAN  
  
**HERMAN GUSNADI, S.Pdi**  
Peranta

NIP. 19820717 201101 1 009

PEMERINTAH KOTA SUNGAI PENUH  
DINAS PENDIDIKAN  
**SMP NEGERI 1 SUNGAI PENUH**

Alamat : Jalan Muradi No.145

Kode Pos : 37112

Telepon 0748- 21012

**SURAT KETERANGAN**

No :421/032 /SMP.1-2020

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMP Negeri 1 Sungai Penuh Kota Provinsi Jambi dengan ini menerangkan :

N a m a : **DIYAH OKTASARI**  
NIM : **1610307014**  
Jurusan : **Bimbnngan dan Konsling Pendidikan Islam**  
Fakultas : **Tarbiyah dan Ilmu Keguruan**  
Agama : **Islam**  
Kebangsaan : **Indonesia**

Berdasarkan Surat Bapak Kepala Dinas Pendidikan (Sekretaris ) Kota Sungai Penuh Nomor :420/204/Disdik-1/II/2020 Tanggal, 18 Februari 2020. telah selesai mengadakan Penelitian dengan judul :” **Pengarah Layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional untuk meningkatkan kontrol diri siswa dalam penggunaan handphone** “ di SMP Negeri 1 Kota Sungai Penuh.

Demikianlah surat keterangan ini diberikan,untuk dapat dipergunakan seperlunya.

DIKELUARKAN DI : SUNGAI PENUH

PADATANGGAL : 28 Februari2020



Kepala

**MUNIR, S.Pd, MM**

**NIP. 19610616198503 1 008**