

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MELALUI
MEDIA AUDIOVISUAL UNTUK MENGURANGI
ADIKSI *SMARTPHONE* PADA SISWA
DI SMA NEGERI 1 SIDOMULYO**

SKRIPSI

**OLEH :
AZZAHRA KINANTI
2041040312**



Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1446 H / 2024 M**

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MELALUI
MEDIA AUDIOVISUAL UNTUK MENGURANGI
ADIKSI *SMARTPHONE* PADA SISWA
DI SMA NEGERI 1 SIDOMULYO**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

**AZZAHRA KINANTI
NPM 2041040312**

Jurusan: Bimbingan dan Konseling Islam

**Pembimbing I : Dr. H. Rosidi, MA.
Pembimbing II : Noffiyanti, MA.**

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1446 H /2024**

ABSTRAK

Konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan dalam proses konseling oleh seorang ahli atau konselor kepada beberapa individu yang tergabung dalam suatu kelompok kecil yang terdiri dalam 8-10 orang dengan mempunyai permasalahan yang sama dan membutuhkan bantuan yang bermuara pada terselesaikannya masalah yang sedang dihadapi oleh segenap anggota kelompok. Adiksi merupakan suatu kondisi di mana seseorang tidak dapat mengontrol keinginan atau kebutuhan untuk melakukan suatu aktivitas. Adiksi *smartphone* adalah perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, serta kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti manajemen waktu atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok dengan media audiovisual untuk mengurangi adiksi *smartphone* pada siswa di SMA Negeri 1 Sidomulyo.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *Quasi Eksperimental* dan desain yang digunakan adalah *Nonequivalent Control Group Designs*. Populasi dalam penelitian ini adalah 300 siswa kelas XI IPS dengan jumlah sampel 75 Siswa yang terdiri dari 38 Siswa kelas XI IPS 1 dan 37 siswa kelas XI IPS 2. Teknik pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner (angket), observasi dan dokumentasi.

Dari hasil perhitungan skor rata-rata *pretest* Adiksi *smartphone* siswa kelompok eksperimen diperoleh hasil sebesar 54,2 setelah mengikuti konseling kelompok dengan media audiovisual kelompok eksperimen mengalami penurunan menjadi 71,342. Dari hasil uji non parametrik wilcoxon menggunakan SPSS versi 25 didapatkan hasil Asymp. Sig. (2-tailed) 0,000 pada kelompok eksperimen, dimana $0,000 < 0,05$ yang artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan media audiovisual efektif terhadap Adiksi *smartphone* Siswa kelas XI IPS 1 dan kelas XI IPS 2 di SMA Negeri 1 Sidomulyo Tahun Ajaran 2023/2024.

Kata Kunci : Konseling Kelompok, Media audiovisual, Adiksi *smartphone*

ABSTRACT

Group counseling is the process of providing assistance carried out in the counseling process by an expert or counselor to several individuals who are members of a small group consisting of 8-10 people who have the same problems and need help which leads to the resolution of the problems being faced by all members of the group. Addiction is a condition where a person cannot control the desire or need to carry out an activity. Smartphone addiction is a behavior that is attached to or addicted to smartphones which can cause social problems such as withdrawal, as well as difficulties in carrying out daily activities such as time management or as a disturbance in one's own impulse control. The aim of this research is to determine the effectiveness of group counseling using audiovisual media to reduce smartphone addiction among students at SMA Negeri 1 Sidomulyo.

This research uses a quantitative approach with a Quasi Experimental research type and the design used is Nonequivalent Control Group Designs. The population in this study was 300 students of class XI IPS with a sample size of 75 students consisting of 38 students of class XI IPS 1 and 37 students of class .

From the results of calculating the average pretest score on smartphone addiction for experimental group students, the result was 54.2 after participating in group counseling with audiovisual media for the experimental group, which decreased to 71.342. From the results of the Wilcoxon non-parametric test using SPSS version 25, Asymp results were obtained. Sig. (2-tailed) 0.000 in the experimental group, where $0.000 < 0.05$ which means H_0 is rejected and H_1 is accepted. So it can be concluded that group counseling using audiovisual media is effective for smartphone addiction in class XI IPS 1 and class XI IPS 2 students at SMA Negeri 1 Sidomulyo for the 2023/2024 academic year.

Keywords: Group Counseling, Audiovisual media, Smartphone addiction

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Azzahra Kinanti
NPM : 2041040312
Jurusan Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah Dan Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Media Audiovisual Untuk Mengurangi Adiksi *Smartphone* Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Sidomulyo” adalah benar hasil karya penulis sendiri, bukan duplikasi maupun ataupun saluran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam footnote atau daftar pustaka. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penulis.

Demikian surat pernyataan keaslian skripsi ini saya buat dengan semestinya agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, Juli 2024



Azzahra Kinanti
NPM.2041040312



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratnin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 ☎(0721) 703260

PERSETUJUAN

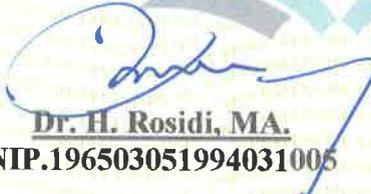
Judul Skripsi : **EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK
MELALUI MEDIA AUDIOVISUAL UNTUK
MENGURANGI ADIKSI *SMARTPHONE*
PADA SISWA DI SMA NEGERI 1
SIDOMULYO**

Nama : **Azzahra Kinanti**
NPM : **2041040312**
Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Islam**
Fakultas : **Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

MENYETUJUI

Telah dimunaqasahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqasah
Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi
UIN Raden Intan Lampung.

Pembimbing I


Dr. H. Rosidi, MA.
NIP.196503051994031005

Pembimbing II


Noffiyanti, MA.
NIP.199111182019032020

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam


Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M. Pd.
NIP. 196909151994032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 ☎ (0721) 703260

PENGESAHAN

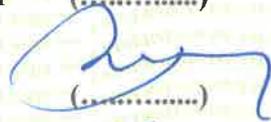
Skripsi dengan Judul “EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MELALUI MEDIA AUDIOVISUAL UNTUK MENGURANGI ADIKSI *SMARTPHONE* PADA SISWA DI SMA NEGERI 1 SIDOMULYO”, disusun oleh **Azzahra Kinanti**, NPM: **2041040312**, Jurusan: **Bimbingan dan Konseling Islam**, Telah diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung Pada Hari/Tanggal : **Jumat, 26 Juli 2024**.

TIM PENGUJI

Ketua Sidang : **Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd.** (.....)

Sekretaris : **Risna Rogamelia, M.Pd** (.....)

Penguji I : **Dr. Hj. Rini Setiawati, M.Sos. I** (.....)

Penguji II : **Dr. H. Rosidi.,MA** (.....)

Penguji III : **Noffiyanti, MA** (.....)

Mengetahui
Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi




Dr. H. Abdul Syukur, M.Ag
NIP. 196511011995031001 

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا , إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

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

(QS. Al-Insyirah: 5-6)



PERSEMBAHAN

Subahanallah, Walhamdulillah Wala Ilahailah, Allahuakbar. Dengan mengucap rasa syukur kepada Allah SWT, skripsi ini kupersembahkan sebagai tanda cinta, sayang dan ungkapan terimakasih yang mendalam kepada:

1. Kepada kedua orangtuaku bapak Waldiono dan Mama Erni Rohida . Terima kasih atas setiap keringat yang telah tcurahkan dalam setiap tanggung jawab sebagai seorang kepala keluarga untuk mencari nafkah. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau berhasil mendidik, melindungi, mendoakan, memberikan perhatian dan kasih sayang serta dukungan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi hingga akhir untuk mendapatkan gelar sarjana. Terimakasih atas segala pengorbanan yang tidak pernah berhenti. Selanjutnya Untuk mama wanita hebat yang melahirkan, merawat, dan membesarkan penulis dengan penuh kasih, cinta, dan perjuangan yang luar biasa. Beliau juga memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, terima kasih atas nasihat yang diberikan telah sabar dan menjadi penguat yang paling hebat terima kasih atas ridho dan doa yang selalu dilangitkan demi keberhasilan penulis .
2. Kepada saudara kandung terkasih nan tersayang kakak Tiur Dayanthi, Mamas Novrian Bahari serta kedua adik-adikku Aries Bay Harkat dan Dini Lutfiana yang selalu menjadi motivasi bagi penulis untuk berjuang lebih keras, karena keberadaan kalian yang memperkuat serta menghibur dan membangkitkan semangat penulis.
3. Kepada kakak iparku Eko Budianto dan Nurul Hasanaturraudhoh terimakasih telah memberikan dukungan, nasihat dan doa kepada penulis dan juga keluarga besarku yang telah turut mendukung sehingga skripsi ini bisa terselesaikan.
4. Kepada seseorang yang tidak kalah penting kehadirannya, Reza Mahendra Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup mampu menjadi support system yang baik dan bisa bertukar pikiran dalam segala hal, berkontribusi banyak dalam

penulisan karya ini baik, tenaga, waktu, maupun materi kepada penulis serta selalu memberi semangat untuk tidak pantang menyerah.

5. Terakhir. Tidak kalah penting, Azzahra Kinanti, saya ingin berterima kasih kepada diri saya sendiri yang merupakan kebahagiaan tersendiri karena telah mampu berusaha keras, sudah percaya diri bahwa bisa menyelesaikan semua ini berani menepikan ego dari berbagai tekanan dan tidak memutuskan untuk menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini. Terimakasih telah berjuang selama bekerja dan kuliah bersamaan untuk mendapatkan gelar sarjana, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan. Tetap rendah hati karena ini baru awal dari semuanya, you are the best, more hug ur self.



RIWAYAT HIDUP

Penulis merupakan putri ketiga dari lima bersaudara dari pasangan Bapak Waldiono dan Ibu Erni Rohida yang dilahirkan di Sidodadi pada tanggal 30 Agustus 2002. Adapun riwayat pendidikan yang telah penulis tempuh adalah Pendidikan Sekolah Dasar di SD Negeri 5 Sidorejo pada tahun 2008 diselesaikan pada tahun 2013. Selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan di MTS Hidayatul Mubtadiin pada tahun 2014 dan diselesaikan pada tahun 2016. Kemudian melanjutkan jenjang pendidikan di SMA Negeri 1 Sidomulyo mengambil jurusan MIPA yang diselesaikan pada tahun 2020 penulis mempunyai kesempatan untuk melanjutkan jenjang pendidikan di perguruan tinggi yaitu di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, diterima di program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi,

Selama menempuh pendidikan penulis mengikuti kegiatan praktek kerja lapangan (PKL) di Panti Asuhan Bussaina Lampung dan kuliah kerja nyata (KKN) DI Desa Batuliman Indah, Kecamatan Candipuro Kabupaten Lampung Selatan dan penulis juga mengikuti MBKM di Lapas Perempuan Kelas IIA Way Hui Bandar Lampung.

Bandar Lampung, Juli 2024
Hormat Saya,

Azzahra Kinanti
NPM. 2041040312

KATA PENGANTAR

Segala Puji hanya milik Allah SWT karena nikmat yang begitu besar telah diberikan kepada kita semua. Tidak ada sedikit perjuangan pun yang luput dari pengawasan Nya, karena Dia-lah yang mengatur jiwa-jiwa kita. Semoga keberkahan senantiasa tercurahkan kepada kita semua. Sholawat dan salam selalu kita sanjungkan kepada sang tauladan sejati, pembawa risalah yaitu Rasulullah Nabi Muhammad SAW. Semoga kelak kita semua diberikan syafaatnya di hari kiamat.

Skripsi ini merupakan bagian untuk memenuhi syarat guna memperoleh gelar sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung dan Alhamdulillah telah menyelesaikannya dengan ketentuan yang ada. Penulis menyadari bahwa dalam upaya penyelesaian penulisan skripsi ini, tidak terlepas dari bantuan dan dukungan yang diberikan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. H. Abdul Syukur, M. Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
2. Ibu Dr. Sri Ilham Nasution, M.Sos.I. selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam serta Ibu Umi Aisyah, M.Pd.I selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Uin Raden Intan Lampung.
3. selaku Pembimbing I Bapak Dr.H.Rosidi,MA dan, selaku Pembimbing II Ibu Noffiyanti, MA. yang telah sabar mengarahkan, membimbing, memberi dukungan penuh demi terselesaikannya skripsi ini dengan baik.
4. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah membekali ilmu dari semester awal sampai selesainya masa studi S1 ini, khususnya dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.
5. Pihak Perpustakaan Pusat, Perpustakaan Fakultas dakwah dan Ilmu Komunikasi, yang telah menyediakan buku-buku referensi sehingga dapat terselesaikannya skripsi ini.
6. Bapak Drs. Dudung Abdullah dan Ibu Nurul Arofah, S,Pd selaku guru BK di SMA Negeri 1 Sidomulyo yang telah

mendukung dan berpartisipasi selama penelitian untuk penyusunan skripsi ini.

7. Sahabat penulis di bangku perkuliahan yang selalu kebersamai dalam tiga tahun ini, Anggita Rizkyka Putri Harahap, Liana Sari, Neneng Neni Kusmawati, Mila Dwi Lestari dan Siti Nur Sakira yang banyak membantu dalam penyelesaian skripsi dan tak pernah henti saling mendukung, terima kasih telah mendoakan dan menerima kekurangan dan melengkapinya dengan kelebihan kalian.
8. Teman - teman MBKM BKI angkatan pertama, teman PKL Panti bussaina lampung, serta teman-teman KKN Kelompok 325 Desa Batuliman indah terimakasih telah berbagi cerita, pengalaman dan saling menyemangati.
9. Untuk Almamater tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah memberikan pengalaman berharga yang akan selalu dikenang
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu oleh penulis yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini, baik secara moril maupun materil. Semoga Allah membalas kebaikan dengan pahala yang berlipat ganda. Penulis juga berdoa agar Allah SWT memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada semua pihak yang telah membantu dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsinya.

Akhirnya ungkapan doa terucap dengan tulus, skripsi ini penulis buat dengan harapan dapat bermanfaat bagi penulis dan para pembaca. Semoga segala bentuk bantuan dan partisipasi semua pihak dalam penyusunan skripsi ini menjadi amal ibadah yang dibalas dengan kebaikan oleh Allah SWT.

Bandar Lampung, Juli 2024
Hormat Saya,

Azzahra Kinanti
NPM. 2041040312

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	v
MOTTO	ix
PERSEMBAHAN.....	x
RIWAYAT HIDUP	xii
KATA PENGANTAR.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL.....	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang Masalah.....	3
C. Identifikasi dan batasan masalah.....	7
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
G. Kajian Penelitian Terdahulu.....	9
H. Sistematika Penulisan	13
BAB II KONSELING KELOMPOK MELALUI MEDIA AUDIOVISUAL UNTUK MENGURANGI SMARTPHONE ADDICTION	15
A. Konseling Kelompok Melalui Media AudioVisual	15
1. Pengertian Konseling Kelompok	15
2. Fungsi Konseling Kelompok.....	16
3. Teknik Layanan Konseling Kelompok.....	16
4. Tujuan Konseling Kelompok	17
5. Keunggulan Dan Keterbatasan Konseling Kelompok ...	19
6. Asas Konseling Kelompok.....	21
7. Unsur-unsur Konseling Kelompok.....	22
8. Tahap-tahap Layanan Konseling Kelompok	23
9. Indikator Layanan Konseling Kelompok	24
B. Media Audio-visual	25
1. Pengertian Media Audio-visual.....	25
2. Macam-Macam Media Audio Visual	26

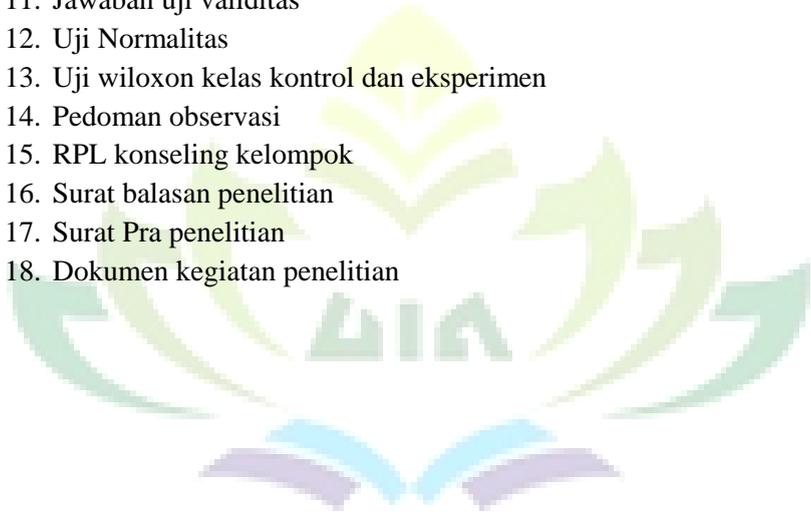
3. Kelebihan dan Kekurangan Media Audio Visual.....	27
4. Manfaat Penggunaan Media Audio Visual.....	28
C. Adiksi <i>Smartphone</i>	29
1. Pengertian Adiksi <i>Smartphone</i>	29
2. Aspek-aspek <i>smartphone addiction</i>	30
3. Ciri-ciri individu yang mengalami <i>smartphone addiction</i>	32
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>smartphone addiction</i>	33
D. Pengajuan Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Waktu dan Tempat Penelitian	37
B. Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....	37
C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengumpulan Data.....	39
Tabel 3.2.....	41
Sampel penelitian	41
D. Definisi Operasional Variabel	44
E. Instrumen Penelitian	47
F. Uji Validitas Dan Reliabilitas Data	49
G. Uji Prasarat Analisis	53
H. Uji Hipotesis	55
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	57
A. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	57
B. Pembahasan Hasil Penelitian Dan Analisis	83
BAB V PENUTUP.....	87
A. Simpulan	87
B. Rekomendasi.....	88
DAFTAR PUSTAKA	89

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Data Populasi Penelitian	39
Tabel 3.2	Sampel penelitian.....	41
Tabel 3. 2	Kategori Pemberian Skor Skala Likert.....	42
Tabel 3. 3	Kategori Tingkat Adiksi Smartphone Siswa item negatif dan jika item positif maka interval kebalikannya.....	43
Tabel 3.5	Kisi-Kisi Angket Smartphone Addition Pada Siswa Kelas 10 SMA Negeri 1 Sidomulyo.....	48
Tabel 3.6	Hasil Uji Validitas Variabel Adiksi Smartphone (Y)	50
Tabel 3.7	Hasil Uji Validitas Setelah meng-eliminasi 7 Item Pernyataan yang tidak valid Variabel Adiksi Smartphone (Variabel Y).....	51
Tabel 3.8	Kriteria Koefisien Korelasi.....	53
Tabel 3.9	Hasil Realibilitas Variabel Adiksi Smartphone (Y)	53
Tabel 4.1	Kelompok Ekperimen Kelas XI IPS 1	58
Tabel 4.2	Kelompok Kontrol Kelas XI IPS 2.....	59
Tabel 4.3	Hasil Post-test Adiksi smartphoneKelompok Ekperimen Kelas XI IPS 1	70
Tabel 4.4	Hasil Post-test Adiksi smartphone Kelompok Kontrol Kelas XI IPS 2	71
Tabel 4.5	Hasil Pretest dan Posttest Adiksi Smartphone Kelas XI IPS 1 Kelompok Eksperimen73	
Tabel 4.6	Hasil Uji Normalitas Adiksi Smartphone Kelompok Kontrol Dan Kelompok Eksperimen.....	75
Tabel 4.7	Uji Wilcoxon Adiksi Smartphone Kelas XI IPS 1 Kelompok Eksperimen.....	76
Tabel 4.8	Hasil Pretest dan Posttest Adiksi Smartphone Kelas XI IPS 2 Kelompok Kontrol	77
Tabel 4.9	Uji Wilcoxon Adiksi Smartphone Kelas XI IPS 2 Kelompok Kontro	78
Tabel 4.10	Perbandingan Adiksi Smartphone Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontro.....	80
Tabel 4.11	Uji Wilcoxon Adiksi Smartphone Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontro.....	82

DAFTAR LAMPIRAN

1. Angket Uji coba SMK BLK
2. Angket skala Adiksi Smartphone
3. Hasil judgement Adiksi Smartphone
4. Butir Instrumen Adiksi Smartphone
5. Nilai R tabel
6. Pretest kelas Eksperimen
7. Pretest Kelas Kontrol
8. Posttest kelas Eksperimen
9. Posttest Kelas Kontrol
10. Daftar inisial siswa kelas Eksperimen dan kelas kontrol
11. Jawaban uji validitas
12. Uji Normalitas
13. Uji wiloxon kelas kontrol dan eksperimen
14. Pedoman observasi
15. RPL konseling kelompok
16. Surat balasan penelitian
17. Surat Pra penelitian
18. Dokumen kegiatan penelitian



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Sebelum penulis memaparkan permasalahan yang akan diangkat dalam proposal ini, selanjutnya penulis akan memberikan penegasan serta pengertian yang terkandung dalam judul proposal ini guna menghindari kesalahan dan kekeliruan interpretasi maupun pemahaman makna yang terkandung di dalamnya terlebih dahulu adapun judul pada proposal ini adalah **"Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Media Audiovisual Untuk Mengurangi Adiksi *Smartphone* Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Sidomulyo"** agar tidak menimbulkan kesalahpahaman dan kekeliruan bagi para pembaca, maka saya akan mengemukakan isitilah-istilah penting yang ada dalam judul pada proposal ini, yaitu sebagai berikut :

Efektivitas adalah ukuran yang menyatakan sejauh mana sasaran (kuantitas, kualitas, waktu) telah dicapai. Dalam bentuk persamaan, efektivitas sama dengan hasil nyata dibagi hasil yang diharapkan.¹ Efektivitas dalam kegiatan suatu kegiatan berkenaan dengan sejauh mana upaya seseorang untuk menyelesaikan setiap kegiatan yang akan dilakukan dan menyangkut sejauh mana kegiatan yang akan dicapai, hal ini dilakukan dengan memilih strategi atau cara yang akan digunakan dalam rangka ingin mencapai tujuan yang diharapkan.²

Dari pengertian diatas, dapat dipahami bahwa efektivitas merupakan usaha atau tindakan seorang peneliti dalam upaya melakukan proses kegiatan yang akan dilakukan sesuai dengan metode dan teori penelitian yang akan digunakan pada saat penelitian dilaksanakan.

Konseling kelompok adalah Layanan konseling kelompok merupakan upaya bantuan untuk dapat memecahkan masalah

1 Hasan Basri, *Kapita Selekta Pendidikan*, (Bandung, CV Pustaka Setia), 2012, 232.

2 Proyek Pembinaan Perguruan Tinggi Agama, *Metodik Khusus Pengajaran Islam*, Jakarta, Direktorat Jendral Pembinaan Kelembagaan Agama Islam, 1981, 142.

siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah melalui dinamika kelompok dalam konseling kelompok.³

Dari pengertian diatas, dapat dipahami bahwa konseling kelompok merupakan suatu pemberian bantuan berupa kegiatan konseling terhadap siswa secara berkelompok untuk memperoleh hasil pembahasan serta pengentasan masalah.

Media audio visual adalah media yang mampu merangsang indra penglihatan dan pendengaran secara bersamaan, karena meditasi ini mempunyai unsur suara dan gambar, media audio visual juga merupakan alat bantu yang digunakan dalam pembelajaran untuk membantu kata-kata tertulis dan lisan dalam menyampaikan sikap, pengetahuan, dan gagasan dalam pembelajaran.⁴

Dari pengertian diatas, dapat dipahami bahwa media audiovisual merupakan media pembelajaran berupa video yang sudah di sediakan sehingga dapat menarik perhatian siswa dan juga siswa akan lebih paham dengan materi yang disampaikan melalui tayangan video dalam proses penelitian berlangsung.

Adiksi *Smartphone* adalah perilaku penggunaan ponsel secara berlebihan yang dapat dianggap sebagai gangguan kontrol impulsif yang tidak memabukkan dan mirip dengan judi patologis. *Smartphone addiction* sama halnya akan internet *addiction*, individu yang tidak dapat mengontrol dan ketergantungan pada penggunaan teknologi berbasis internet.⁵

Dari pengertian diatas, dapat dipahami bahwa *Smartphone addiction* merupakan suatu bentuk kecanduan atau keterikatan terhadap *smartphone* yang memungkinkan seseorang akan

3 Nasrina Nur Fahmislamet, "Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri", *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 13 (2016): 70. <https://ejournal.uin suka.ac.id/dakwah/hisbah/article/view/132-05>

4 Rima Wati, *Ragam Media Pembelajaran*, (Yogyakarta Kata Pena, 2016), 44-45.

5 Bian, M. & Leung L, Mengaitkan Kesepian, Rasa Malu, Kecanduan Smartphone dan Pola Penggunaan Smartphone dengan Modal. *Jurnal: Review Komputer Ilmu Sosial* 2015, 1-19. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/47>

kesulitan dalam melakukan kegiatan sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang.

Adapun yang di maksud dengan siswa dalam penelitian ini merupakan peserta didik yang mengalami adiksi *smartphone* dan sedang menempuh pendidikan lanjutan setelah Sekolah Menengah Pertama (SMP). Dalam penelitian ini yang di maksud adalah siswa di SMA Negeri 1 Sidomulyo.

Berdasarkan pemaparan istilah mengenai judul diatas, maka yang dimaksud dengan judul tersebut adalah studi mengenai efektivitas konseling kelompok yang dilakukan melalui media audiovisual untuk mengurangi perilaku *smartphone addition* pada siswa di SMA Negeri 1 Sidomulyo.

B. Latar Belakang Masalah

Pendidikan menjadi sebuah upaya untuk membentuk individu menjadi lebih baik, tidak hanya pada aspek pengetahuan saja. Namun terlebih pada aspek budi pekerti yang baik dan akhlak yang baik pula. Sehingga dalam prosesnya Pendidikan selalu mengalami bongkar-pasang system supaya menjadi lebih baik lagi. Terlebih di era teknologi seperti sekarang ini mengharuskan seseorang beradaptasi dengan cepat terkait keadaannya. Karena tidak sedikit mereka yang terjerumus dalam hal-hal negative yang ditimbulkan oleh teknologi. Hal tersebut sebagaimana disampaikan oleh Ratnaya yang menjelaskan dalam penelitiannya mengenai dampak perkembangan teknologi. Ia memberikan penjelasan bahwa efek positif dari Pendidikan yang menggunakan teknologi memang ada. Namun efek negatif dari teknologi lebih besar yakni menjadikan siswa mengalami kecanduan bermain hp untuk game online, judi online, pornografi hingga kejahatan di duni maya.⁶

Pemaparan efek negative dari teknologi tersebut menjadi kekhawatiran yang besar untuk para orang tua, para guru dan orang dewasa yang lainnya. Menurut Yolanda mengatakan bahwa tidak sedikit anak-anak yang sudah terkontaminasi dari teknologi.

6 I gede Ratnaya, Dampak Negatif Perkembangan Teknologi Informatika Dan Komunikasi Dan Cara Antisifasinya, Jurnal Vol 8 No. 1 2023 ISSN0216-3241, 17

Karena hampir 90 persen siswa sudah menggunakan gadget dan 25 persen dari mereka sudah kecanduan untuk bermain game online dan penggunaan media social seperti tiktok dan Instagram.⁷ Tentunya data-data ini sangat mengkhawatirkan karena menunjukkan bahwa siswa semakin kecanduan untuk menggunakan *smartphone* atau lebih di kenal dengan adiksi *smarphone*.

Menurut Cha adiksi *smartphone* merupakan fenomena yang sangat berbahaya terutama untuk generasi millennial. Ia menjelaskan bahwa siswa yang terkena *smarphone addiction* mempunyai karakteristik tertentu, selain penggunaan *smartphone* yang berlebihan maka terdapat karakteristik lain yakni suka mengabaikan tanggung jawab, mempunyai keinginan yang tidak terkendali. Kemudian ia akan merasakan gangguan fisik dan psikologis.⁸ Tentunya semua keadaan itu akan semakin parah ketika tidak mendapatkan penanganan dengan cepat

Sehingga penanganan harus segera diambil oleh Pemerintah sebagai Instansi Lembaga tertinggi untuk mengatur akses internet bagi siswa. Begitupula Lembaga Pendidikan yang harusnya mempunyai peraturan ketat penggunaan *smartphone* di sekolah. Dan juga harus ada dukungan dan pengawasan dari orang tua ketika siswa berada di rumah. Dengan adanya Kerjasama dari berbagai pihak ini tentunya akan dapat meminimalisir penggunaan *smartphone* untuk siswa karena mereka merasa diawasi dan dibimbing agar menjadi siswa yang baik.

Bimbingan menjadi aspek yang penting dalam tumbuh kembangnya siswa karena melalui bimbingan seseorang akan dibantu perkembangannya untuk mencapai kemandirian dan kemampuan yang maksimal dalam dirinya. Hal tersebut juga dikemukakan dalam buku *Years Book of Education* yang di kutip

7 Rakha Yolanda Puji Pratama, Muhhamad Satria Ramadhan, *Dampak Perkembangan Teknologi Digital Di Sektor Pendidikan*, p -ISSN: 2962-4738 e-ISSN: 2962-4584 Vol. 2 No. 6 Juni 2023. 1772

8 Cha, Seong-Soo & Seo, Bo-Kyung. *smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game use*. *Health Psychology Open*, January-June 2018: 1–15.

oleh Hallen mengatakan bahwa bimbingan merupakan proses membantu individu melalui usaha sendiri untuk menemukan dan mengembangkan kemampuannya supaya memperoleh kebahagiaan dan kebermanfaatannya social.⁹

Tidak jauh berbeda dengan pendapat tersebut Tohirin mengemukakan bahwa bimbingan merupakan bantuan yang diberikan oleh pembimbing kepada individu dalam upaya mencapai kemandirian dengan menggunakan berbagai bahan melalui interaksi, nasihat serta gagasan dalam suasana asuhan, serta sesuai dengan norma-norma yang berlaku.¹⁰

Dari penjelasan para ahli tersebut dapat diidentifikasi bahwa bimbingan ini dapat diberikan oleh siapa saja. Tidak ada batasan dan aturan terkait siapa yang membimbing hanya saja bimbingan akan lebih identik dari orang tua kepada anak ketika di rumah. dan Guru kepada murid ketika di sekolah. yang semuanya itu bertujuan untuk membentuk pribadi menjadi lebih baik lagi supaya mencapai keberhasilan dalam hidupnya.

Sehingga dalam proses membimbing biasanya sering adanya tukar pikiran, pemberian nasihat dan anjuran-anjuran yang baik yang diberikan kepada individu yang dibimbing atau istilahnya disebut konseling. Tohirin menjelaskan bahwa konseling secara etimologis berasal dari kata *counsel* yang berarti memberikan nasihat, anjuran dan pembicaraan dengan tukar pikiran. Lebih lanjut lagi Tohirin mendefinisikan konseling sebagai suatu hubungan antara seorang terlatih dan profesional dengan individu yang membutuhkan bantuan terkait dengan kesalahan yang ia perbuat atau pengambilan keputusan yang tepat dalam kehidupannya.¹¹ Sehingga inilah alasan peneliti mengkaji terkait bimbingan konseling yang dinilai sangat penting terutama untuk menghadapi permasalahan remaja milenial sekarang ini.

Meskipun sifat remaja sekarang paling enggan di nasehatin secara personal maka salah satu metode yang

9 Hallen A., Bimbingan dan Konseling (Jakarta : Ciputat Pers, 2002), 3.

10 Tohirin, Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)(Jakarta: Raja Grafindo Persada,2007),20

11 Tohirin, Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)(Jakarta: Raja Grafindo Persada,2007),23.

digunakan dalam bimbingan konseling yang tepat adalah konseling kelompok. Konseling kelompok ini merupakan proses terpeutik yang diberikan kepada kelompok individu yang berkumpul dibawah bimbingan seseorang untuk membahas dan mengatasi masalah-masalah yang dihadapi. Menurut Endang konseling kelompok biasanya terdiri dari 6-12 orang dengan syarat setiap peserta berpartisipasi aktif dan mempunyai tujuan yang sama.¹²

Untuk mengefektifkan konseling kelompok menurut Adhiputra bisa dilakukan dengan berbagai cara termasuk dengan menggunakan audiovisual. Dalam proses ini bisa menggunakan video conference, webinar, aplikasi komunikasi seperti Whatsapp, Zoom, Google Meet dll. Kelebihan konseling menggunakan audiovisual ini peserta tidak terbatas waktu dan tempat, pengurangan biaya, kemudian peserta juga akan mendapatkan kenyamanan karena mereka bisa menggunakan tempat dimanapun mereka merasa nyaman.¹³

Itulah alasan peneliti menilai konseling visual menjadi solusi dalam problematika smartphone addiction yang sedang dialami anak remaja sekarang. Selain alasan tersebut tentunya dengan konseling audiovisual siswa yang semula menggunakan smartphone untuk hal negative bisa beralih kepada hal yang positif. Contoh kecilnya saja ketika sedang konseling dengan audiovisual maka waktu yang digunakan semula untuk main game online berubah menjadi waktu sharing dan diskusi yang produktif dengan konselor.

Hal inilah yang ingin peneliti terapkan di SMA Negeri 1 Sidomulyo kabupaten Lampung. Sekolah ini menjadi salah satu sekolah favorit di kecamatan Sidomulyo hal itu terbukti dari jumlah peserta didik yang mencapai 1202 siswa dengan jumlah guru dan pendidik mencapai 89.¹⁴ Tentunya sekolah ini menjadi sekolah unggulan. Namun meskipun begitu hasil observasi

12 Endang Ertiati Suhesti, *Bagaimana Konselor Sekolah Bersikap?* (Yogyakarta : Pustakaa Pelajar, 2012),8.

13 Adhiputra, A.A Ngurah, *Konseling Kelompok*, Yogyakarta: Media Akademis, 2015.

14 <https://dapo.kemdikbud.go.id/sekolah/0529829CE53B7354B017>

peneliti menilai bahwa terdapat permasalahan yang serius terkait kedisiplinan siswa karena mereka cenderung bermain Hp ketika di sekolah dan nongkrong.

Lebih lanjut lagi ketika peneliti bertanya kepada salah satu siswa dia dengan jujur menjawab bahwa dia sering bermain game online dan waktunya dihabiskan untuk bermain game tersebut. Tentunya hal ini menjadi permasalahan serius yang harus diselesaikan oleh pihak sekolah SMAN 1 Sidomulyo. Maka inilah alasan peneliti memilih tempat penelitian ini karena diharapkan dapat memberikan education kepada siswa serta dapat menyelesaikan problematika di sekolah tersebut.

Sehingga melalui latar belakang permasalahan yang telah peneliti jabarkan, peneliti tertarik akan meneliti dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Media Audiovisual Untuk Mengurangi Adiksi *Smartphone* Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Sidomulyo”.

C. Identifikasi dan batasan masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan Latar belakang masalah dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a. Siswa yang mengalami *smartphone addiction*.
 - 1) Akan sulit mengerjakan pekerjaan sekolah ataupun kewajiban sehari-harinya.
 - 2) Penurunan tingkat konsentrasi.
 - 3) Siswa menjadi pribadi yang tertutup karena fokus dunianya kepada handphone.
 - 4) Pudarnya atau kurangnya kreativitas dalam berkegiatan sehari-hari.
 - 5) Dapat mempengaruhi kesehatan fisik, mental, dan juga emosi siswa.
- b. Kemajuan teknologi sehingga menjadikan setiap peserta didik tidak terlepas dari teknologi (*handphone*).

2. Batasan Masalah

Untuk menghindari kemungkinan meluasnya masalah yang akan diteliti maka peneliti memberikan batasan dalam penelitian ini, diantaranya sebagai berikut:

- a. *Smartphone addiction* dan media audiovisual.
- b. Media audiovisual efektif untuk mengurangi *smartphone addiction* pada siswa Di SMA Negeri 1 Sidomulyo.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah Apakah efektivitas konseling kelompok melalui media audio visual untuk mengurangi *smartphone addiction* di SMA Negeri 1 Sidomulyo.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disampaikan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji efektivitas konseling kelompok melalui media audio visual untuk mengurangi *smartphone addiction* di SMA Negeri 1 Sidomulyo.

F. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan adanya manfaat-manfaat dari hasil penelitian ini

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan perkembangan ilmu khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling yaitu membantu peserta didik untuk menambah wawasan mengenai media audiovisual untuk mengurangi *smartphone addiction*.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis kajian ini diharapkan bisa digunakan sebagai tambahan bahan penelitian, pertimbangan, masukan atau saran terhadap media audiovisual untuk mengurangi *smartphone addiction*.

- a. Bagi orangtua, diharapkan bisa memberikan batasan terhadap penggunaan *handphone* sehingga anak dapat

terbiasa dengan batasan-batasan penggunaan *handphone* tersebut.

- b. Bagi peneliti, penelitian ini menjadi ilmu tambahan terkait dengan media audiovisual untuk mengurangi *smartphone addiction* pada anak yang menjadi modal besar ketika sudah menjadi konselor atau guru pembimbing.
- c. Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat menjadi kajian permasalahan dalam lingkungan sosial.
- d. Bagi umum, penelitian ini diharapkan menjadi salah satu referensi agar mengetahui dan lebih memahami tentang media audiovisual untuk mengurangi *smartphone addiction*.

G. Kajian Penelitian Terdahulu

Pada pembahasan ini mencakup tentang paparan yang sistematis tentang hasil penelitian yang sudah dilakukan lebih dulu mengenai permasalahan-permasalahan yang akan diteliti.

Penelitian yang relevan mencakup mengenai paparan hasil kajian atau penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengenai permasalahan yang akan diteliti. Menjelaskan kajian yang mulai berlangsung belum pernah dikerjakan sebelumnya atau berbeda dengan penelitian sebelumnya. Adapun beberapa penelitian yang menjadi acuan Pustaka sebagai komparasi keotentikan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Emka Farah Mumtaz Mahasiswa jurusan psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jenjang Sarjana (S1) Skripsinya yang berjudul "Pengaruh Adiksi Smartphone, Empati, Kontrol diri, Dan Norma Terhadap Perilaku Phubbing Pada Mahasiswa Di Jabodetabek". Hasil penelitiannya yaitu Berdasarkan uji F bahwa nilai p (Sig.) pada kolom adalah $p=0.000$ dengan nilai $p<0.05$. Jadi, dengan demikian hipotesis nihil yang berbunyi "tidak ada pengaruh adiksi smartphone, Empati, kontrol diri, norma dan jenis kelamin terhadap perilaku phubbing" ditolak. Artinya, ada pengaruh yang signifikan adiksi smartphone, empati, kontrol diri, norma dan jenis kelamin

terhadap perilaku phubbing.¹⁵ Terdapat perbedaan didalam penelitian ini, yaitu terletak pada fokus penelitian, penulis berfokus pada siswa di Sekolah Menengah Atas. Sedangkan pada penelitian pada Mahasiswa. Adapun persamaan dalam penelitian ini adalah mengambil kesamaan tentang ciri dan makna dari adiksi *smartphone*.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Mohammad Ilham Dwiputra Mahasiswa jurusan psikologi fakultas ilmu sosial dan politik Universitas Brawijaya Jenjang Sarjana (S1) Skripsinya yang berjudul "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Smartphone Pada Mahasiswa". Hasil penelitian nya yaitu didapatkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0.609 dengan (ρ) = 0.000 pada signifikansi 0.05. Nilai (ρ) menghasilkan angka 0.000 menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut berkorelasi. Sehingga, hipotesis nol dalam penelitian tersebut dapat ditolak. Pada nilai korelasi product moment pearson, apabila korelasi diperoleh bernilai negatif sebesar -0.609. Maka terdapat hubungan negatif antara kedua variabel tersebut antara lain: semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah tingkat kecanduan smartphone dan sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi tingkat kecanduan smartphone, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan smartphone pada mahasiswa. Artinya, kontrol diri bertujuan dapat menekan tingkat kecanduan smartphone pada mahasiswa.¹⁶ Terdapat perbedaannya dengan penelitian yang dilakukan oleh mohamad Ilham Dwiputra yaitu pada pendekatan, mengambil penelitian berupa kesepian dan kontrol diri, sedangkan peneliti berupa layanan konseling kelompok dengan media audiovisual. Adapun persamaan dalam penelitian ini adalah mengambil kesamaan tentang ciri dan makna dari *smartphone addiction*.

15 Emka Farah Mumtaz, pengaruh adiksi smartphone empati kontrol diri dan norma terhadap perilaku phubbing pada mahasiswa di Jabodetabek, skripsi (Jakarta: jurusan psikologi UIN Syarif Hidayatullah), 71

16 Mohammad Ilham Dwiputra, Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Smartphone Pada Mahasiswa, Skripsi (Malang: Jurusan psikologi universitas Brawijaya),45

Ketiga, pada jurnal penelitian Karuniawan. A, Cahyanti, Ika Y. yang berjudul "Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecemasan Jauh dari *Smartphone* (*Nomophobia*) pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi FISIP, Universitas Diponegoro, Semarang". Pada penelitian hasil uji normalitas variabel persepsi kontrol diri memiliki nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,711 dan variabel kecemasan jauh dari smartphone (*nomophobia*) sebesar 1,324. Probabilitas yang diperoleh sebesar 0,692 atau $p > 0,05$ dan 0,060 atau $p > 0,05$ hal tersebut menunjukkan bahwa sebaran data pada kedua variabel memiliki distribusi normal. Hasil uji linieritas hubungan antara variabel kontrol diri dan kecemasan jauh dari smartphone (*nomophobia*) menunjukkan $F = 4.807$ dengan signifikansi $p = 0,030$ ($p < 0,05$), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kontrol diri dan kecemasan jauh dari smartphone (*nomophobia*) adalah linier. Koefisien korelasi antara kontrol diri dan kecemasan jauh dari smartphone (*nomophobia*) adalah $-0,398$ dengan signifikansi $p = 0,030$ atau $p < 0,05$ menunjukkan antara kedua variabel terdapat hubungan yang linier, sementara itu nilai koefisien korelasi positif menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variabel adalah negatif. Persamaan regresi pada hubungan kedua variabel tersebut adalah $Y = 126,813 + (-0,398X)$, yang berarti bahwa setiap penambahan satu nilai kontrol diri dapat menurunkan nilai kecemasan jauh dari smartphone (*nomophobia*) $0,398$. Nilai koefisien determinasi pada penelitian ini menunjukkan nilai $.043$ memiliki arti bahwa kontrol diri memberikan sumbangan efektif sebesar $4,3\%$ untuk menurunkan kecemasan jauh dari smartphone (*nomophobia*) mahasiswa.¹⁷ Terdapat perbedaan dengan penelitian yang dilakukan penelitian Karuniawan. A, Cahyanti, Ika Y yaitu pada menggunakan Skala Kontrol Diri dan Kecemasan Jauh dari Smartphone

17 Karuniawan. A, Cahyanti, Ika Y. yang berjudul "Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecemasan Jauh dari *Smartphone* (*Nomophobia*) pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi FISIP, Universitas Diponegoro, Semarang". *Jurnal Empati*, Vol 6 no.2, 2017. 15 – 20 [Journal article // Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip](#)

(Nomophobia), sedangkan peneliti dengan media audiovisual. Adapun persamaan dalam penelitian ini adalah pada jenis penelitiannya yaitu kuantitatif dan makna dari *smartphone addiction*.

Keempat, penelitian Elvia Khoiriyah, dkk yang berjudul "Layanan Bimbingan Klasikal Media Audiovisual dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Ditengah Pandemi Covid-19". Hasil dari penelitian ini yaitu konseling tetap bisa dilaksanakan dengan jarak jauh yang disebut dengan layanan *cybercounseling*. Jenis layanan yang dapat digunakan yaitu layanan klasikal yang dapat digunakan untuk daring ini, sedangkan media yang dapat digunakan adalah media audiovisual. Penggunaan audiovisual atau video dalam proses bimbingan dan konseling dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. Selain dapat meningkatkan motivasi belajar juga dapat meningkatkan minat belajar siswa.¹⁸ Perbedaan dengan penelitian ini pada tujuannya, tujuan peneliti untuk mengurangi *smartphone addiction*, sedangkan pada penelitian Elvia Khoiriyah, dkk. untuk meningkatkan motivasi belajar. Adapun persamaan dalam penelitian ini adalah pada media yang di gunakan yakni media audiovisual.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Nurasyiah dan Mariana dengan judul "Efektivitas Layanan Informasi dalam Mengatasi Kecanduan Smartphone Pada Siswa Madrasah (Kajian Dampak dari Pengajaran Akidah Akhlak)". Hasil dari penelitian ini yaitu adanya penurunan pada siklus II terhadap tingkat kecanduan smartphone yang dialami siswa. Pada pra-siklus frekuensi siswa sebesar 89% kemudian pada siklus I setelah diberikan perlakuan turun pada tingkat sedang menjadi 71% dan pada perlakuan siklus II menurun kembali pada tingkat rendah sebesar 52%. Sehingga dapat dikatakan telah terjadi perubahan tingkat kecanduan smartphone siswa dari pra-siklus hingga siklus II sebesar 89% hingga 52%. Maka dapat disimpulkan bahwa

18 Elvia Khoiriyah, dkk., "Layanan Bimbingan Klasikal Media Audio Visual dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Ditengah Pandemi Covid-19", *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, vol. 4:1, (2021), 17. <https://ejournal.uij.ac.id/index.php/CONS/article/download/945/891/2421>

pelaksanaan layanan informasi untuk mengurangi tingkat kecanduan *smartphone* efektif dan dilakukan secara maksimal dan berjalan dengan baik.¹⁹ Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada jenis penelitiannya. Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif eksperimen sedangkan Nurasiyah menggunakan metode penelitian tindakan kelas bimbingan dan konseling. Adapun persamaan dalam penelitian ini adalah mengambil kesamaan tentang ciri dan makna dari *smartphone addiction*.

Berdasarkan uraian di atas merupakan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan mengenai "Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Media Audiovisual Untuk Mengurangi adiksi *Smartphone* Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Sidomulyo". Dalam penelitian yang telah disebutkan di atas peneliti menemukan bahwa adanya perbedaan satu sama lain pada masing-masing penelitian di atas, sehingga penelitian terdahulu tidak ada yang sama persis dengan penelitian yang akan peneliti lakukan, berbeda dengan penelitian ini membahas tentang Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Media Audiovisual Untuk Mengurangi adiksi *Smartphone*, menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen dengan subjek penelitian Di SMA Negeri 1 Sidomulyo.

H. Sistematika Penulisan

Bab I, meliputi penegasan judul, latar belakang, identifikasi dan batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian terdahulu yang relevan dan sistematika penulisan.

Bab II, memuat tentang landasan teori penelitian yang meliputi 2 sub, yaitu konseling kelompok dan *smartphone addiction*, serta hipotesis sementara yang akan dibahas.

19 Nurasiyah dan Mariana, "Efektivitas Layanan Informasi dalam Mengatasi Kecanduan *Smartphone* Pada Siswa Madrasah (Kajian Dampak dari Pengajaran Akidah Akhlak)", Tafahham: *Jurnal Pendidikan dan Riset*, vol. 1:3, (September, 2022), 131.
<https://siepub.unsri.dev/authors/detailgoogleby3year/6084733>

Bab III, menjelaskan mengenai metode penelitian yang digunakan, Seperti jenis penelitian, populasi, sampel dan teknik pengumpulan data serta uji validitas dan reabilitas yang digunakan dalam penelitian

Bab IV, membahas analisis penelitian yang meliputi analisis data yang telah di lakukan oleh peneliti terkait efektifitas konseling kelompok melalui media audiovisual untuk mengurangi *smartphone addiction* pada siswa di SMA Negeri Sidomulyo.

Bab V, berisi penutup yang meliputi kesimpulan serta saran berdasarkan hasil penelitian.



BAB II

KONSELING KELOMPOK MELALUI MEDIA AUDIOVISUAL UNTUK MENGURANGI SMARTPHONE ADDICTION

A. Konseling Kelompok Melalui Media AudioVisual

1. Pengertian Konseling Kelompok

Istilah Konseling secara etimologi berasal dari bahasa latin “Consilium” yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”. Istilah Konseling selalu mengikuti istilah bimbingan hal ini disebabkan keintegralan kegiatan bimbingan konseling sebagai “jantung hatinya program bimbingan” , juga merupakan salah satu teknik bimbingan dalam aktivitas layanan bimbingan konseling diantara sejumlah teknik lainnya.¹

Layanan ini merupakan upaya bantuan untuk dapat memecahkan masalah peserta didik dengan memanfaatkan dinamika kelompok, seperti dijelaskan Prayitno bahwa konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (klien) yang bermuara pada terentasnya masalah yang dihadapi oleh klien.² Sedangkan menurut Gazda dalam Namora Lumongga Lubis berpendapat bahwa konseling kelompok adalah hubungan antara beberapa konselor dan beberapa klien yang berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari, ia menyatakan bahwa konseling kelompok ini bertujuan untuk memberikan dorongan dan pemahaman pada klien untuk memecahkan masalahnya.³

Layanan konseling kelompok lebih menekankan pada pengembangan pribadi, yaitu membantu individu-individu dengan cara mendorong pencapaian tujuan perkembangan dan

1 Prayitno, “*Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*” , (jakarta : Rineka Cipta,2004), 89.

2 *Ibid*, 106

3 Namora Lumongga Lubis, “*Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*”,(Jakarta : Kencana Prenada Media Group,2011), 198.

memfokuskan pada kebutuhan dan kegiatan belajarnya. Perasaan dan hubungan antar anggota sangat ditekankan dalam kelompok ini, jadi anggota akan belajar tentang dirinya alam hubungannya dengan anggota yang lain ataupun dengan orang lain. Selain itu didalam kelompok, anggota dapat pula belajar untuk memecahkan masalah berdasarkan masukan dari anggota lainnya.

2. Fungsi Konseling Kelompok

Konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan, konseling bersifat pencegahan berarti individu yang dibantu mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar di masyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Sedangkan konseling kelompok bersifat penyembuhan dalam pengertian membantu individu untuk dapat keluar dari persoalan yang dialaminya dengan cara memberikan kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada individu. Untuk mengubah sikap dan perilakunya agar selaras dengan lingkungannya.⁴

3. Teknik Layanan Konseling Kelompok

Menurut Prayitno teknik layanan konseling kelompok dibagi menjadi dua yaitu :

a. Teknik Umum (pengembangan dinamika kelompok)

Secara umum, teknik-teknik yang digunakan dalam penyelenggaraan layanan konseling kelompok mengacu kepada berkembangnya dinamika kelompok yang diikuti oleh seluruh anggota kelompok mengacu kepada berkembangnya dinamika kelompok yang diikuti oleh seluruh anggota kelompok untuk mencapai tujuan layanan. Adapun teknik-teknik tersebut secara garis besar meliputi antara lain :

1) Komunikasi multi arah secara efektif dinamis dan terbuka;

4 Edi Kurnanto, "*Konseling Kelompok*", (Bandung : Alfabeta,2013), 9.

- 2) Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis, dan pengembangan argumentasi;
- 3) Dorongan minimal untuk memantapkan respon aktivitas anggota kelompok;
- 4) Penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh untuk lebih memantapkan analisis, argumentasi, dan pembahasan;
- 5) Pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku baru yang dikehendaki;

b. Teknik Permainan Kelompok

Dalam layanan konseling kelompok dapat diterapkan teknik permainan baik sebagai selingan maupun sebagai wahana (media) yang memuat materi pembinaan tertentu. Permainan kelompok yang efektif harus memenuhi ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Sederhana;
- 2) Menggembirakan;
- 3) Menimbulkan suasana rileks dan tidak melelahkan;
- 4) Meningkatkan keakraban;
- 5) Diikuti oleh semua anggota kelompok

4. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan konseling kelompok ini adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Kepercayaan diri dapat ditinjau dalam kepercayaan diri lahir dan batin yang diimplementasikan kedalam tujuh ciri yaitu cinta diri dengan gaya hidup dan perilaku untuk memelihara diri, sadar akan potensi, dan kekurangan yang dimiliki, memiliki tujuan hidup yang jelas, berpikir positif dengan apa yang akan dikerjakan dan bagaimana hasilnya, dapat berkomunikasi dengan orang lain, memiliki ketegasan, penampilan diri yang baik, dan memiliki pengendalian perasaan.⁵

Menurut Brown tujuan konseling kelompok mengadakan pertemuan dan apa tujuan serta sasaran yang hendak dicapai.

⁵ Ibid,12

Mengatakan bahwa ketika pemimpin sepenuhnya memahami tujuan dari kelompok, lebih mudah baginya untuk memutuskan hal-hal seperti ukuran, keanggotaan, panjang sesi, dan jumlah sesi dalam kelompok. Tujuan dari kelompok berfungsi sebagai peta bagi pemimpin. Anggota dan pemimpin harus jelas tentang dua tujuan umum dan tujuan spesifik setiap sesi kelompok. Selain itu, tujuan kelompok dapat berubah sebagaimana perkembangan yang terjadi pada kelompok. Jika konselor menguasai proses klarifikasi tujuan, berikutnya yang penting dari aspek kepemimpinan kelompok yang efektif adalah perencanaan.⁶

Menurut Winkel, Konseling Kelompok dilakukan dengan beberapa tujuan, yaitu:

- a. Masing-masing anggota kelompok memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri. Berdasarkan pemahaman diri itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya.
- b. Para anggota kelompok mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain sehingga mereka dapat saling memberi bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada fase perkembangan mereka.
- c. Para anggota kelompok memperoleh kemampuan pengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontra antar pribadi didalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari diluar kehidupan kelompoknya.
- d. Para anggota menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan lebih membuat mereka lebih sensitif juga terhadap kebutuhankebutuhan dan perasaan-perasaan sendiri.

⁶ Muchlisin Riadi, " *Layanan Konseling Kelompok*", (Jakarta: Rake Sarasin, 2008), 2.

- e. Masing-masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
- f. Para anggota kelompok lebih berani melangkah maju dan menerima resiko yang wajar dalam bertindak, dari pada tinggal diam dan tidak berbuat apa-apa.
- g. Para anggota kelompok lebih menyadari dan menghayati makna dan kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima orang lain.
- h. Masing-masing anggota kelompok semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya sendiri kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian dia tidak merasa terisolir, atau seolah-olah hanya dia yang mengalami ini dan itu.
- i. Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota-anggota yang lain secara terbuka, dengan saling menghargai dan menaruh perhatian. Pengalaman bahwa komunikasi demikian dimungkinkan akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang-orang dikemudian hari.⁷

Melalui layanan konseling kelompok ini diharapkan dapat membantu peserta didik untuk dapat mandiri dalam menyelesaikan masalah yang dialaminya serta untuk perubahan tingkah laku, misalnya pada awalnya peserta didik memiliki perilaku konsep diri yang rendah dan hubungan sosial yang kurang dapat bersosialisasi, dengan adanya konseling kelompok ini maka peserta didik dapat mengalami perubahan tingkah laku sehingga menjadi peserta didik yang memiliki konsep diri positif.

5. Keunggulan Dan Keterbatasan Konseling Kelompok

Pemanfaatan suasana Konseling Kelompok untuk kepentingan konseling atau terapi memiliki beberapa

⁷ Ibid ,10

keunggulan. Keunggulan-keunggulan yang dimiliki oleh layanan konseling kelompok dijelaskan secara rinci oleh Natawijaya sebagai berikut :

- a. Menghemat waktu dan energi
- b. Menyediakan sumber belajar dan masukan yang kaya bagi konseli
- c. Pengalaman komunalitas dalam konseling kelompok dapat meringankan beban dan menentramkan konseli
- d. Memenuhi kebutuhan akan rasa memiliki
- e. Bisa menjadi sarana untuk melatih dan mengembangkan keterampilan dan perilaku social dalam suasana yang mendekati pada kondisi kehidupan nyata.
- f. Menyediakan kesempatan untuk belajar dari pengalaman orang lain.
- g. Memberikan motivasi yang lebih kuat pada konseli untuk berperilaku konsisten sesuai dengan rencana tindakannya.
- h. Bisa menjadi eksplorasi.

Selain memiliki sejumlah keunggulan, konseling kelompok juga terlepas dari sejumlah keterbatasan, menurut pietrofesa dalam natawijaya, keterbatasan-keterbatasan dari konseling kelompok sebagai berikut :

- a. Tidak cocok digunakan untuk menangani masalah-masalah perilaku tertentu seperti agresi yang ekstrim, konflik kakak-adik atau orangtua-anak yang intensif.
- b. Ambiguitas inheren yang melekat dalam proses kelompok yang menyebabkan beberapa konselor terlalu mengandalkan kelompok
- c. Isu-isu dan masalah-masalah yang dimunculkan dalam kelompok kadang-kadang mengganggu nilai-nilai personal atau membahayakan hubungan siswa atau konselor dengan pihak lain seperti dengan orangtua atau dengan administrator

- d. Unsur konfidensialitas yang sangat esensial bagi kelompok yang efektif sulit untuk dicapai dalam konseling kelompok
- e. Modeling perilaku yang tidak diinginkan sulit untuk dieliminasi
- f. Meningkatnya ketegangan, kecemasan, dan keterlibatan yang terjadi dapat menimbulkan akibat yang tidak diinginkan
- g. Kombinasi yang tepat dari anggota kelompok adalah penting, namun sulit untuk dicapai
- h. Beberapa anggota kelompok menerima perhatian individual yang tidak memadai
- i. Adanya kesulitan untuk menjadwalkan konseling kelompok dalam adegan sekolah
- j. Hakikat konseling kelompok yang tidak spesifik sering sulit untuk menjustifikasi orangtua, guru, dan administrator yang skeptik
- k. Konselor kelompok harus terlatih dengan baik dan sangat terampil.⁸

6. Asas Konseling Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas-asas tersebut yaitu:

- a. Asas Kerahasiaan Asas kerahasiaan ini memegang peranan penting dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan menjaga semua (pembicaraan ataupun tindakan) yang ada dalam kegiatan konseling kelompok dan tidak layak diketahui oleh orang lain selain orang-orang yang mengetahui kegiatan konseling kelompok.
- b. Asas kesukarelaan Kehadiran, pendapat, usulan, atau apapun tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat sukarela, dan tanpa paksaan.
- c. Asas keterbukaan Keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan sekali. Karena jika

⁸ Ibid, 31-32

keterbukaan ini tidak muncul maka akan terjadi keraguan atau kekhawatiran dari anggota.

- d. Asas kegiatan Hasil layanan konseling kelompok tidak akan berarti bila klien yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya menimbulkan suasana agar klien yang dibimbing mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam penyelesaian masalah.
- e. Asas kenormatifan dan Dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota yang lain harus mempersilakannya terlebih dahulu atau dengan kata lain tidak beresbut antar anggota.
- f. Asas kekinian Masalah yang dibahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat sekarang. Maksudnya, masalah yang dibahas adalah masalah yang saat ini sedang dialami yang mendesak, yang mengganggu keefektifan kehidupan sehari-hari, yang membutuhkan penyelesaian segera, bukan masalah dua tahun yang lalu ataupun masalah waktu kecil.

Dari uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa: ada 6 asas layanan konseling kelompok yaitu asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, asas keterbukaan, asas kegiatan, asas kenormatifan, asas kekinian.

7. Unsur-unsur Konseling Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok, terdapat beberapa unsur agar daam kegiatan tersebut dapat berjalan secara teratur sehingga kegiatan tersebut juga dengan konseling kelompok. Adapun unsur-unsur yang ada didalam konseling kelompok yaitu :

- a. Anggota kelompok, adalah individu normal yang mempunyai masalah dalam rentang penyesuaian yang masih dapat diatasi oleh pemimpin kelompok maupun anggota kelompok yang lainnya.

- b. Pemimpin kelompok, adalah seorang ahli yang memimpin jalannya kegiatan konseling kelompok. Konseling kelompok dipimpin oleh seorang konselor atau psikolog yang profesional dengan latihan khusus bekerja dengan kelompok.
- c. Permasalahan yang dihadapi antara anggota konseling kelompok adalah sama
- d. Metode yang dilaksanakan dalam konseling kelompok berpusat pada proses kelompok dan perasaan kelompok.
- e. Interaksi antar anggota kelompok sangat penting dan tidak bisa dinomor satukan
- f. Kegiatan konseling kelompok dilaksanakan berdasar pada alam kesadaran masing-masing anggota kelompok dan juga pemimpin kelompok.
- g. Menekankan pada perasaan kebutuhan anggota
- h. Adanya dinamika kelompok antar anggota kelompok dalam kegiatan konseling kelompok dan
- i. Ada unsur bantuan yang dilakukan oleh pemimpin kelompok.⁹

8. Tahap-tahap Layanan Konseling Kelompok

Tahapan-tahapan dalam pelaksanaan konseling kelompok yaitu:

- a. Perencanaan, mencakup kegiatan membentuk kelompok. Ketentuan membentuk kelompok dalam konseling kelompok antara 8-10 orang (tidak boleh melebihi 10 orang), mengidentifikasi dan meyakinkan klien (siswa) tentang perlunya masalah dibawa ke dalam layanan konseling kelompok, menempatkan klien dalam kelompok, menyusun jadwal kegiatan, menetapkan prosedur layanan, menetapkan fasilitas layanan serta menyiapkan kelengkapan administrasi.

⁹ Muslimin, *Pengaruh Konseling Kelompok*, (Bandung:Rineka Cipta, 2014), 3.

- b. Pelaksanaan, mencakup kegiatan, mengomunikasikan rencana layanan konseling kelompok, mengomunikasikan kegiatan layanan konseling kelompok serta menyelenggarakan layanan konseling kelompok melalui tahap-tahap yang meliputi pembentukan, peralihan, kegiatan dan pengakhiran.
- c. Evaluasi, mencakup kegiatan menetapkan materi evaluasi, menetapkan prosedur evaluasi, menyusun instrumen evaluasi, mengoptimalkan instrument evaluasi serta mengolah aplikasi instrumen.
- d. Analisis hasil evaluasi, mencakup kegiatan menetapkan standar norma atau analisis, melakukan analisis serta menafsirkan analisis.
- e. Tindak lanjut, mencakup kegiatan menetapkan jenis dan arah tindak lanjut, mengomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terikait dan melaksanakan rencana tindak lanjut.
- f. Laporan, mencakup kegiatan menyusun laporan layanan konseling kelompok, menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau madrasah dan kepada pihak-pihak lain yang terkait serta mengomunikasikan laporan layanan.¹⁰

9. Indikator Layanan Konseling Kelompok

Indikator Layanan Konseling Kelompok meliputi :

- a. Terdapat pemimpin kelompok, anggota kelompok dan homogenitas kelompok.
- b. Adanya tahap pembentukan, Tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap akhir.
- c. berkembangnya kemampuan sosialisasi seseorang.
- d. Terbentuknya pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan.
- e. Terecahnya individu dari permasalahan yang timbul .

¹⁰ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Rajawali Pers, Jakarta, 2009. 185-186

- f. Teratasinya berbagai permasalahan yang dialami peserta didik.
- g. Berkembangnya berbagai potensi individu secara mantap dan berkelanjutan.¹¹

B. Media Audio-visual

1. Pengertian Media Audio-visual

Media audio visual merupakan media yang dapat menampilkan unsur gambar dan suara secara bersamaan pada saat mengomunikasikan pesan atau informasi. Media juga dapat mengungkapkan objek dan peristiwa seperti keadaan yang sesungguhnya. Perangkat yang digunakan dalam media audio visual ini adalah mesin proyektor film, tape recorder, dan proyektor visual yang lebar.¹²

Media audio-visual merupakan bentuk media pembelajaran yang murah dan terjangkau. Sekali kita membeli tape dan peralatan seperti tape recorder, hampir tidak diperlukan lagi biaya tambahan karena tape dapat dihapus setelah digunakan dan pesan baru dapat direkam kembali. Di samping itu, tersedia pula materi audio yang dapat digunakan dan dapat disesuaikan dengan tingkat kemampuan anak. Audio dapat menampilkan pesan yang memotivasi.¹³

Media audio visual merupakan gabungan antara media audio dengan media visual. Media audio merupakan media pembelajaran berupa pesan yang hanya mengandalkan kemampuan berbentuk suara dengan menggunakan panca indera pendengaran (hanya dapat didengar). Sedangkan media visual merupakan media pembelajaran berupa gambar atau tulisan, media ini hanya dapat dilihat dengan menggunakan indera penglihatan sebagai pendukungnya.¹⁴

11 Prayitno, "Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling", (jakarta : Rineka Cipta,2004), 106.

12 Ega Rima Wati, *Ragam media pembelajaran; audio visual*, Jakarta 2016, 5.

13 Ibid, 46.

14 Hani Karlina, Penggunaan Media Audio-Visual untuk Meningkatkan Kemampuan Menulis Naskah Drama, *Jurnal Literasi*, Vol. 1, No. 1, 2017, 30. <https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/literasi/article/view/82>

Dapat di simpulkan bahwa media audio visual disamping menarik dan memotivasi siswa untuk mempelajari lebih banyak, materi audio visual dapat digunakan untuk keperluan mengembangkan keterampilan mendengarkan dan mengevaluasi apa yang telah di dengar dan dapat menyiapkan variasi yang menarik dan perubahan tingkat kecepatan belajar mengenai suatu pokok bahasan atau suatu masalah.

2. Macam-Macam Media Audio Visual

Media audio visual memiliki beberapa macam-macamnya, seperti audio visual diam dan audio visual gerak. Menurut Hanan media audio visual ini dibagi beberapa macam, diantaranya yaitu:¹⁵

- a. Audio visual diam, yaitu media yang dapat menunjukkan gambar dan suara dengan diam, contohnya dapat berupa film bingkai suara (sound slides), film rangkai suara, cetak suara, video, dan lain sebagainya.
- b. Audio visual gerak, yaitu media yang dapat menunjukkan suara dan gambar yang dapat bergerak, contohnya dapat berupa televisi, video, film, dan lain sebagainya. audio visual gerak ini terbagi lagi menjadi:
 - 1) Audio visual murni, maksudnya adalah media yang berasal dari unsur suara ataupun gambar dari suatu sumber seperti televisi, video, film.
 - 2) Audio visual tidak murni, maksudnya adalah media yang berasal dari unsur suara dan gambar dari sumber yang tidak sama atau berbeda contohnya film bingkai suara yang unsur gambarnya bersumber dari slide show (video) unsur suaranya bersumber dari voice note.

15 Hanan Titis Hidayat, Meningkatkan Hasil Belajar Peserta didik Materi Bahasa Indonesia Melalui Pembelajaran dengan Penggunaan Media Audio Visual SMP Nurul Huda Kepahitan, *Jurnal Mitra Pendidikan (JMP Online)*, Vol. 5, No. 5, 2021, 350.
https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/63114/1/11180183000063_Nadia%20Fitriyanti.pdf

Dalam penelitian ini media audio visual yang akan digunakan yaitu audio visual diam dalam bentuk video.

3. Kelebihan dan Kekurangan Media Audio Visual

Media audio visual pada dasarnya memiliki kelemahan dan kelebihan yang ada, ada beberapa kelemahan dalam menggunakan media audio visual dan ada juga kelebihannya dalam penggunaan media audio visual.

Menurut pendapat Suryani, dkk menjelaskan berikut kelebihan dan kekurangan yang ada pada media audio visual, kelebihan tersebut diantaranya yaitu:

- a. Media audio visual ini sangatlah menarik perhatian peserta didik, sehingga pembelajaran menjadi lebih seru dan menyenangkan.
- b. Pembelajaran menjadi lebih efektif jika menggunakan media audio visual, karena dengan mudahnya peserta didik menangkap dan memahami materi yang didapatnya dari proses pembelajaran yang berlangsung.
- c. Gaya bahasa yang ada pada media audio visual ini, membuat peserta didik dengan mudahnya menerima pembelajaran.
- d. Memberikan pengalaman baru yang lebih fakta.
- e. Peserta didik menjadi termotivasi dan bersemangat dalam mengikuti pembelajaran, karena dengan menggunakan media ini peserta didik dapat melihat gambar-gambar yang menarik dan juga mendengarkan suara-suara.

Dari penjelasan di atas bahwa mengenai kelebihan media audio visual dapat mempermudah peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran, peserta didik menjadi lebih mudah untuk berfikir, berimajinasi, dan membayangkan tampilan-tampilan yang ada pada materi yang diberikan oleh gurunya. Selain memiliki kelebihan, media audio visual ini pastinya terdapat kekurangannya, diantaranya yaitu:

- a. Penyusunan media audio visual sangat membutuhkan waktu yang cukup lama, karena mengkombinasikan antara audio dan visual menjadi satu. Jadi produksi

dalam pembuatan media audio visual butuh kesabaran, tidak bisa terburu-buru kalau hasilnya ingin bagus dan maksimal.

- b. Menggunakan tenaga dan pikiran yang ekstra, karena harus memerlukan ketrampilan dan kefokusannya dalam membuat media ini.
- c. Pengeluaran biaya yang dikeluarkan dapat terbilang cukup mahal untuk membuat media audio visual ini.
- d. Harus memiliki alat dan bahan yang cukup, karena jika tidak memiliki alat dan bahannya maka proses pembuatannya menjadi lebih sulit.¹⁶

Oleh karena itu, dari beberapa kekurangan yang sudah dipaparkan di atas. Sebagai seorang guru harus meminimalkan kekurangan kekurangan yang ada pada media audio visual tersebut, sehingga harus diantisipasi penggunaannya agar menjadi lebih bermanfaat dan berguna dengan baik.

Dari beberapa kelebihan dan kekurangan yang sudah dijelaskan di atas, penggunaan media audio visual sangat menarik perhatian peserta didik dalam proses pembelajaran dengan memberikan gambaran yang menarik. Dengan menggunakan media audio visual ini, biasanya peserta didik sangat fokus sekali jika diberikan video pembelajaran oleh gurunya, rata-rata peserta didik akan takut tertinggal jalannya video tersebut jika mengalihkan perhatiannya kepada hal yang lainnya. media audio visual memberikan materi dengan pengalaman yang nyata ada pada peserta didik sehingga dapat memotivasi adanya aktivitas diri.

4. Manfaat Penggunaan Media Audio Visual

Penggunaan media audio visual ini pada intinya memiliki manfaat yang cukup banyak untuk mendukung jalannya proses pembelajaran. Menurut Kemp dan Dayton dalam Sigit Prsetyo mengatakan manfaat penggunaan media audio visual dalam pembelajaran, diantaranya yaitu:

¹⁶ Ariyani, Intan Sari Ramdhani, Sumiyani., Merdeka Belajar Melalui Penggunaan Media Audio Visual pada Pembelajaran Menulis Teks Deskripsi, *Jurnal Penelitian Pendidikan Bahasa Indonesia, Daerah, dan Asing*, Vol. 3, No. 2, 2020, 365-366. <https://ojs.stkippgri-lubuklinggau.ac.id/index.php/SIBISA/article/view/1112>

- a. Penyampaian materi yang ada pada media audi visual menjadi lebih jelas dan menarik.
- b. Pembelajaran menggunakan media audio visual menjadi lebih efektif.
- c. Peserta didik menjadi lebih terotivasi dan bersemangat dalam mengikuti pembelajaran.
- d. Menarik perhatian peserta didik dengan adanya suara dan gambar yang ada pada media audio visual ini.
- e. Media audio visual ini dapat menjadikan proses pembelajaran dilakukan kapan saja dan di mana saja.
- f. Media audio visual dapat menumbuhkan sikap positif peserta didik terhadap materi yang diberikan.
- g. Memberikan pengalaman baru yang nyata kepada peserta didik melalui penggunaan media audio visual.
- h. Menjadikan guru lebih kreatif, karena dalam pembuatan media audio visual ini guru harus memiliki kreatifitas yang tinggi.¹⁷

Jadi banyak sekali manfaat dari penggunaan media audio visual dalam proses kegiatan pembelajaran yang berlangsung. Guru menjadi lebih kreatif, peserta didiknya pun juga dapat memahami materi dengan mudah. Pembelajaran pun menjadi lebih seru dan menyenangkan, sehingga peserta didik sangat termotivasi dan bersemangat dalam mengikutib proses pembelajaran.

C. Adiksi *Smartphone*

1. Pengertian Adiksi *Smartphone*

Adiksi *Smartphone* adalah suatu bentuk keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang. Kecanduan *smartphone* sebagai suatu keterikatan dengan *smartphone* yang disertai kurangnya kontrol serta memiliki dampak negatif bagi anak. Kecanduan

17 Joni Purwono, Sri Yutmini, Sri Anitah., Penggunaan Media Audio-Visual pada Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Pacitan, *Jurnal Teknologi Pendidikan dan Pembelajaran*, Vol. 2, No. 2, 2014, 129. <https://journal.stkipsubang.ac.id/index.php/didaktik/article/view/227>

atau *addiction* memiliki beberapa karakteristik yaitu adanya toleransi (meningkatkan penggunaan sesuai dengan yang diinginkan), penarikan diri, terus menerus menggunakan meskipun tahu bahwa berdampak negatif, kehilangan kontrol, adanya upaya untuk mengurangi namun seringkali tidak berhasil, dan mengurangi keterlibatannya dalam kegiatan sosial.¹⁸

Kecanduan atau adiksi merupakan sesuatu yang bersifat kronis, dan fatalnya dapat mengakibatkan individu ingin melakukan berulang kali untuk memuaskan diri dengan hal yang dicandui. Kecanduan tidak hanya terjadi pada minuman keras, narkoba, juga hal-hal lain seperti judi, kompulsif makan, adiksi shopping tetapi juga pada hal-hal yang berkaitan dengan internet, gadget, media sosial. Kecanduan yang saat ini tengah marak di kalangan para anak ataupun remaja usia antara 8-17 tahun ialah kecanduan *smartphone*. *Smartphone* merupakan salah satu jenis gadget yang memiliki berbagai fitur sehingga dapat dimanfaatkan oleh pengguna.¹⁹

Berdasarkan berbagai definisi di atas, dapat disimpulkan *smartphone addiction* adalah perilaku ketergantungan terhadap *smartphone* sehingga membuat individu tidak mampu mengontrol waktu atau terlalu lama dalam menggunakan *smartphone* yang menimbulkan gangguan hubungan sosial, menarik diri dari lingkungan, mengganggu kehidupan sehari-hari.

2. Aspek-aspek *smartphone addiction*

Menurut Kwon, dkk aspek-aspek *smartphone addition* adalah:

- a. *Daily life disturbance* (gangguan dalam kehidupan sehari-hari) merupakan gangguan dalam kehidupan sehari-hari yang timbul akibat penggunaan *smartphone*, mencakup melewatkan pekerjaan yang sudah direncanakan ataupun tugas sekolah, kesulitan

18 Nurbaiti, *Adiksi Internet*, vol 1 (desember 2023), 13. <https://ejurnal.r2z-scientificpublishing.com/index.php/jhse/article/view/26>

19 Duke, E., & Montag, C. Smartphone Addiction, Daily Interruptions and Self-Reported Productivity. *Journal of Elsevier*, 6,(2017) 90-95 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352853217300159>

berkonsentrasi saat dikelas atau saat bekerja, hal ini saat ini sangat mengganggu individu yang terlalu sering menggunakan *smartphone* terutama bagi individu yang dihadapkan tugas sekolah dan harus menyelesaikan tepat waktu, dan membuat nyeri pada pergelangan tangan dan leher.

- b. *Withdrawal* (penarikan diri) merupakan perasaan yang dirasakan individu ketika tidak dapat bertahan tanpa mempunyai *smartphone*, merasa sakit hati ketika diganggu ketika menggunakan *smartphone*, individu merasa tidak sabar serta gelisah ketika tidak menggunakan *smartphone*, individu selalu memikirkan *smartphone* meskipun sedang tidak menggunakannya.
- c. *Cyberpase oriented relationship* (hubungan berorientasi pada dunia maya) merupakan perasaan ketika individu merasa hubungannya dengan teman yang dimiliki di dunia maya lebih akrab, contohnya individu selalu berkomunikasi dengan temannya di dunia maya dengan menggunakan media sosial. Namun hubungannya dengan teman yang ada di dunia nyata tidak akrab seperti di dunia maya.
- d. *Overuse* (penggunaan berlebihan) merupakan penggunaan *smartphone* yang terlalu sering digunakan secara berlebihan ketika memerlukan bantuan. Individu lebih memilih untuk mencarinya melalui *smartphone*, hal ini sering dilakukan oleh individu saat belajar di dalam kelas, dan ketika berhenti menggunakan *smartphone*, hal ini membuat individu kembali adanya paksaan dari dalam diri yang ingin menggunakan lagi *smartphone* ketika berhenti menggunakannya.
- e. *Tolerance* (toleransi) merupakan kemampuan individu ketika berusaha untuk mengontrol waktu penggunaan *smartphone*, hal ini yang sering dilakukan oleh individu ketika ingin belajar untuk menyelesaikan tugas-tugas yang ada, dan juga

individu tidak menggunakan *smartphone* karena individu ingin membiasakan dirinya tanpa menggunakan *smartphone* walaupun hal itu sangat berat bagi individu yang mengalami *smartphone addiction*.²⁰

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *smartphone addiction* adalah *daily life disturbance*, *withdrawal*, *cyberpace orientes relationship*, *overuse*, *tolerance*.

3. Ciri-ciri individu yang mengalami *smartphone addiction*

Ciri-ciri seorang mengalami kecanduan *smartphone* menurut Roberts adalah sebagai berikut:

- a. *Salience*, Hal ini terjadi saat suatu kegiatan tertentu sebagai yang terpenting pada kehidupan sehari-hari. kegiatan-kegiatan ini sangat penting sebagai akibatnya mendominasi pikiran, mendikte emosi seorang, serta memainkan peran penting pada kehidupan sehari-hari mereka.
- b. *Mood modification*, Ini mengacu pada perasaanantisipasi atau kegembiraan yang mendahului serta mengikuti penggunaan *smartphone*. misalnya mirip menerima pesan dari sahabat, tweet atau video lucu, atau jumlah pengikut atau "suka" yang banyak di postingan di *Instagram* atau *Facebook*.
- c. Toleransi, mirip halnya obat-obatan atau alkohol, membahas sikap akan menaikkan "takaran" buat mencapai harapan "tinggi". Penelitian memberikan bahwa semakin banyak orang memakai ponsel cerdas mereka, semakin mereka ingin menggunakannya. Peningkatan penggunaan fungsi *smartphone* tentunya dapat membuat individu semakin bergantung di *smartphone* itu sendiri.
- d. Gejala kekambuhan, adanya perasaan stres, mudah tersinggung, cemas, putus harapan, dan panik tak

20 Kwon, dkk. *Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS)* *PLoS ONE*, 8(2), 2017 1-7.
<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0056936>

jarang kali ada waktu individu terpisah dari *smartphone* nya. terdapat penelitian yang melakukan eksperimen di peserta didik menggunakan membiarkan peserta didik meninggalkan *smartphone* selama 24 jam. Hal pertama yang dirasakan peserta didik (subjek) artinya perasaan terisolasi dan kesepian yang mengerikan yang mulai mendominasi pikiran. di siang hari kecemasan yang semakin tinggi mulai ada. lalu perasaan cemas dan mudah tersinggung akan ada.

- e. Konflik yaitu hal yang sangat awam bagi individu yang kecanduan *smartphone*. *Smartphone* merusak produktivitas individu pada kantor atau kemampuan individu buat berkonsentrasi belajar. misalnya, saat kita memulai dialog sementara sahabat-sahabat kita sibuk menggunakan *smartphone* mereka sendiri serta juga tidak mendengarkan dialog.
- f. Kambuh, kecenderungan membuat kambuh timbul saat individu mengakui bahwa penggunaan *smartphone* bisa merugikan kehidupan serta kesejahteraan sehari-hari, namun tidak bisa menghentikannya saat kita mencobanya.²¹

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi *smartphone addiction*

Faktor-faktor kecanduan *smartphone* menurut Suyanto pada penelitiannya tentang kecanduan *smartphone* mengemukakan beberapa faktor penyebab kecanduan *smartphone* diantaranya, menjadi berikut:

- a. Faktor internal, Faktor ini terdiri dari faktor-faktor yang menggambarkan karakteristik individu seperti:
 - 1) *Sensation seeking* *Sensation, Seeking* artinya kecenderungan seorang buat melakukan kegiatan yang tidak terus-menerus buat mencari pengalaman baru. seorang menggunakan taraf pencarian sensasi yang tinggi cenderung mudah bosan saat melakukan kegiatan yang terus-

21 Roberts, JA, Pullig C & Manolis, C. *I need my smartphone: A hierarchical model of personality and cell-phone addiction. Personality and Individual Differences-79*, (2015) 13-19. <https://psycnet.apa.org/record/2015-11168-008>

menerus, sebagai akibatnya individu tadi membutuhkan kepuasan psikologis buat mengurangi kebosanan. Kepuasan psikologis ini bisa diperoleh menggunakan memakai ponsel mirip buat mendengarkan lagu, mengirim SMS, melihat foto atau video, bermain *game*, mengakses media sosial, atau *browsing* internet.

- 2) *Self esteem* yang rendah Seorang menggunakan harga diri rendah mempunyai taraf agama diri dan kontrol diri yang rendah. seorang menggunakan harga diri rendah mengevaluasi diri secara negatif dan merasa mempunyai banyak kekurangan dan jua merasa tidak aman saat berinteraksi dengan orang lain. saat seorang menggunakan harga diri rendah menerima keamanan dan juga kepuasan psikologis, mereka cenderung memakai ponsel buat berkomunikasi dari pada tatap muka. kegiatan memakai ponsel ini secara tidak sadar akan semakin tinggi serta pula sebagai berlebihan sebab kurangnya pengendalian diri.
- 3) Kepribadian yang sangat *ekstrovert*. Seorang menggunakan tipe kepribadian *extraversion* mempunyai *sociability* yang tinggi yang ditandai dengan memiliki banyak sahabat, praktis berteman, ramah, responsif terhadap lingkungan, membutuhkan orang lain buat berkomunikasi, dan jua tidak menyukai aktivitasnya sendiri, sebagai akibatnya seseorang yang mempunyai kepribadian ini perlu menciptakan korelasi menggunakan orang lain. contohnya melalui media sosial yang diakses melalui *smartphone*.
- 4) Kontrol diri yang rendah. Kontrol diri artinya kemampuan buat menunda harapan dan dorongan pada diri, namun kebiasaan penggunaan *smartphone* yang tinggi, dan pula kesenangan langsung yang tinggi bisa memprediksi kerentanan seorang terhadap kecanduan *smartphone*.

- b. Faktor eksternal Faktor ini adalah faktor yang berasal dari luar diri seseorang. Faktor ini terkait dengan tingginya terpaan media tentang *phone* serta berbagai fasilitasnya. Semakin tinggi terpaan media tentang iklan *phone*, semakin besar kemungkinan menyebabkan kecanduan *smartphone*.
- c. Faktor situasional, Faktor ini terdiri dari aneka macam penyebab yang menunjuk di penggunaan *smartphone* sebagai wahana buat membentuk seorang merasa nyaman secara psikologis saat menghadapi situasi yang tidak nyaman, sebagai akibatnya berpotensi mengalami kecanduan *smartphone*. faktor situasional ini mencakup; seorang individu merasa stres, sedih, kesepian, cemas (*anxiety*), jenuh saat belajar serta mudah merasa bosan di waktu luang.²²

D. Pengajuan Hipotesis

Hipotesis dapat dipahami secara sederhana sebagai suatu pernyataan yang kebenarannya belum diketahui pada saat diungkapkan. Dalam penelitian, umumnya melibatkan perumusan hipotesis untuk menjawab sementara pertanyaan yang sedang diteliti.²³ Sehingga, dapat disimpulkan bahwa hipotesis merupakan asumsi/dugaan sementara tentang hasil penelitian yang dilakukan. Berdasarkan penjelasan di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

1. Hipotesis (H_a dan H_0) dapat diuraikan sebagai berikut :
 - H_a : Ada Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Media Audiovisual Untuk Mengurangi Adiksi *Smartphone* Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Sidomulyo.
 - H_0 : Tidak Ada Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Media Audiovisual Untuk Mengurangi Adiksi *Smartphone* Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Sidomulyo.

22 Suyatno. The invisible addiction: Cell-phone activities and addiction among male and female college students *Journal of Behavioral Addictions*, 3(4), (2017) 254-265. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4291831/>

23 Imam Machali, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 1 ed (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2016), 41

2. Hipotesis (H_a dan H_0) dalam bentuk statistic dapat diuraikan sebagai berikut :

$$H_a : \rho = 0$$

$$H_0 : \rho \neq 0$$



DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Abdurrahman Fatoni. *Metodologi Penelitian Dan Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: Rineka Cipta.2011
- Adhiputra, A.A Ngurah, *Konseling Kelompok*, Yogyakarta: Media Akademis, 2015.
- Burhan Bungi, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Kencana, 2009)
- Edi Kurnanto, “*Konseling Kelompok*”, (Bandung : Alfabeta,2013)
- Ega Rima Wati, *Ragam media pembelajaran*; audio visual, Jakarta 2016
- Hasan Basri, *Kapita Selekta Pendidikan*, (Bandung, CV Pustaka Setia), 2012
- Imam Machali. *Metode penelitian Kuantitatif Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Program Studi Manajemen Islam (MPI).2016
- Muchlisin Riadi, ” *Layanan Konseling Kelompok*”, (Jakarta: Rake Sarasin,2008)
- Muslimin, *Pengaruh Konseling Kelompok*, (Bandung:Rineka Cipta, 2014)
- Namora Lumongga Lubis, “*Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*”,(Jakarta : Kencana Prenada Media Group,2011)
- Prayitno, “*Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*” , (jakarta : Rineka Cipta,2004)
- Proyek Pembinaan Perguruan Tinggi Agama, *Metodik Khusus Pengajaran Islam*, Jakarta, Direktorat Jendral Pembinaan Kelembagaan Agama Islam, 1981
- Riduwan, *Statistik Sosial*. (Bandung: Alfabeta, 2018).
- Rima Wati, *Ragam Media Pembelajaran*, (Yogyakarta Kata Pena, 2016)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2022),
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*,(Alfabeta, Bandung, 2012).

Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Rajawali Pers, Jakarta, 2009.

Jurnal

Aceng Abdullah dan Lilis Puspitasari, "Media Televisi di Era Internet". *ProTVF: Jurnal Kajian Televisi dan Film*, vol. 2:1 (Maret, 2018)

https://www.researchgate.net/publication/332454714_MEDIA_TELEVISI_DI_ERA_INTERNET

Adelia Rosita, dkk, "Profil Kecanduan Smartphone Pada Siswa", *ORIEN Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, vol. 2:1 (Juni, 2022)

https://www.academia.edu/96162233/Profil_kecanduan_smartphone_pada_siswa

Annisa Firdaus dan Puri Pramudiani, "Penggunaan Smartphone terhadap Perilaku Sopan Santun pada Siswa Usia Sekolah Dasar", *Jurnal Cakrawala Pendas*, vol.8:4(Oktober,2022),1409.

https://www.researchgate.net/publication/365498213_PENGGUNAAN_SMARTPHONE_TERHADAP_PERILAKU_SOPAN_SANTUN_PADA_SISWA_USIA_SEKOLAH_DASAR

Ariyani, Intan Sari Ramdhani, Sumiyani., *Merdeka Belajar Melalui Penggunaan Media Audio Visual pada Pembelajaran Menulis Teks Deskripsi*, *Jurnal Penelitian Pendidikan Bahasa Indonesia, Daerah, dan Asing*, Vol. 3, No. 2, 2020

<https://ojs.stkipgri-lubuklinggau.ac.id/index.php/SIBISA/article/view/1112>

Azmatul Khairiah Sari, dkk, "Urgensi Kerjasama Personil Bimbingan Konseling di Sekolah", *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, vol. 5:1, (Juni, 2021)

<https://journal.unindra.ac.id/index.php/terapeutik/article/download/603/pdf>

Bagus Pradikta, "Pengaruh Layanan Informasi dengan Media Audiovisual Terhadap Kreativitas Belajar Siswa", *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, vol. 1:2, (Januari, 2020)

<https://journal.ilinstitute.com/index.php/konseling/article/download/328/250/1271>

Bian, M. & Leung L, Mengaitkan Kesepian, Rasa Malu, Kecanduan Smartphone dan Pola Penggunaan Smartphone dengan Modal. *Jurnal: Review Komputer Ilmu Sosial 2015*

<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/47>

Cut Nelga Isma, dkk, "Pengaruh Penggunaan Smartphone terhadap Minat Baca Siswa Kelas 4 di MIN 13 Nagan Raya", *Jurnal Pendidikan Tambusai*, vol. 6:1 (2022)

<https://journals2.ums.ac.id/index.php/profetika/article/view/1741>

Hani Karlina, Penggunaan Media Audio-Visual untuk Meningkatkan Kemampuan Menulis Naskah Drama, *Jurnal Literasi*, Vol. 1, No. 1, 2017

<https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/literasi/article/view/82>

Hanan Titis Hidayat, Meningkatkan Hasil Belajar Peserta didik Materi Bahasa Indonesia Melalui Pembelajaran dengan Penggunaan Media Audio Visual SMP Nurul Huda Kepahitan, *Jurnal Mitra Pendidikan (JMP Online)*, Vol. 5, No. 5, 2021

https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/63114/1/11180183000063_Nadia%20Fitriyanti.pdf

I gede Ratnaya, Dampak Negatif Perkembangan Teknologi Informatika Dan Komunikasi Dan Cara Antisifasinya, *Jurnal Vol 8 No. 1 2023 ISSN0216-3241*, 17

Jauharil Maknuni, "Pengaruh Media Belajar Smartphone Terhadap Belajar Siswa di Era Pandemi Covid-19", *Indonesian Educational Administration and Leadership Journal (IDEAL)*, vol. 2:2 (September, 2020)

<https://jurnal.mdp.ac.id/index.php/msc/article/view/4475>

Joni Purwono, Sri Yutmini, Sri Anitah., Penggunaan Media Audio-Visual pada Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Pacitan, *Jurnal Teknologi Pendidikan dan Pembelajaran*, Vol. 2, No. 2, 2014

<https://journal.stkipsubang.ac.id/index.php/didaktik/article/view/227>

Kartika Nur Amalia dan Umar Halim, "Penggunaan Intenet sebagai Media Pembelajaran", *Jurnal Publish*, vol. 1:1 (Mei, 2022)

<http://dx.doi.org/10.47709/jpsk.v2i01.1363>

Kwon, dkk. Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS) *PLoS ONE*, 8(2), 2017

<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0056936>

Linda Pradani Agesti, dkk, "Hubungan Smartphone Addiction dan Self-Efficacy dengan Prestasi Akademik Pada Remaja", *Psychiatry Nursing Journal*, vol.1:1 (Maret, 2019)

<https://repository.unair.ac.id/view/year/2019.type.html>

Nasrina Nur Fahmislamet, "Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri", *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 13 (2016)

<https://ejournal.uin.suka.ac.id/dakwah/hisbah/article/view/132-05>

Nurbaiti, "Adiksi Internet" vol 1 (desember 2023)

[https://ejurnal.r2z-](https://ejurnal.r2z-scientificpublishing.com/index.php/jhse/article/view/26)

[scientificpublishing.com/index.php/jhse/article/view/26](https://ejurnal.r2z-scientificpublishing.com/index.php/jhse/article/view/26)

Nadia Rucita dan Diana Rahmasari, "Hubungan Antara Kesepian dan Kontrol Diri Terhadap Remaja yang Mengalami Smartphone Addict", *Charter: Jurnal Penelitian Psikologi*, vol. 9:3,(2021)

<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/46647>

Nurasiyah dan Mariana, "Efektivitas Layanan Informasi dalam Mengatasi Kecanduan Smartphone Pada Siswa Madrasah (Kajian Dampak dari Pengajaran Akidah Akhlak)", *Tafahham: Jurnal Pendidikan dan Riset*, vol. 1:3, (September, 2022)

<https://siepub.unsri.dev/authors/detailgoogleby3year/6084733>

Roberts, JA, Pullig C & Manolis, C. I need my smartphone: A hierarchical model of personality and cell-phone addiction. *Personality and Individual Differences*-79, (2015)

<https://psycnet.apa.org/record/2015-11168-008>

Salsabila Imtinani, dkk, "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Bibliotherapy Untuk Mengurangi Smartphone Addiction Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Martapura", *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, vol. 7:2, (2021)

<https://www.researchgate.net/publication/330704390> MERUBAH KONSEP DIRI NEGATIF REMAJA DENGAN BIBLIOTHERAPY

Skripsi

Yogi Asmet Murdi Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung Jenjang Sarjana (SI) Skripsinya Berjudul “*Efektivitas Layanan Informasi Melalui Media Audio-Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Dampak Negatif Online Game Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 30 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019*”. Tahun 2019.

Website

<https://dapo.kemdikbud.go.id/sekolah/0529829CE53B7354B017>





LAMPIRAN

Kepada Yth

Siswa-Siswi

Di SMK BLK

Assalamualaikum warohmatullohi wabarokatuh

Sehubung dengan penelitian ini berkaitan dengan Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Media Audiovisual Untuk Mengurangi Adiksi *Smartphone* pada siswa yang peneliti lakukan di SMA Negeri 1 Sidomulyo. Maka, saya memohon bantuan dan kerja sama dari adik-adik untuk mengisi kuisisioner. Ini murni untuk kepentingan penelitian. Saya menjamin bahwa segala jawaban yang diberikan akan terjaga kerahasiannya.

Kepada adik-adik yang saya banggakan. Melalui surat pengantar ini saya yang bernama:

Nama : Azzahra Kinanti
NPM : 2041040312
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Untuk itu, maka saya mengharapkan agar adik-adik menjawab benar – benar sesuai dengan keadaan yang dialami dan dirasakan dalam mengisi angket ini.

Atas partisipasi dari adik-adik, saya sampaikan terimakasih.

Wassalamualaikum warohmatullahi wabarakatuh

Hormat Saya,

Azzahra Kinanti

2041040312

ANGKET UJI COBA ADIKSI *SMARTPHONE*

Nama :
Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

- Isilah nama, dan kelas Saudara di tempat yang telah disediakan
- Bacalah pernyataan dan pertanyaan dengan baik
- Jawablah sesuai dengan keadaan dan pendapat saudara dengan memberikan tanda centang (✓) pada kolom yang tersedia.
- Isilah angket ini sesuai dengan apa yang sedang saudara alami saat ini
- Mohon untuk tidak menulis apapun atau mencoret-coret pada lembar pernyataan ini
- Jawaban Saudara tidak ada yang benar atau salah karena ini bukan merupakan tes atau ulangan
- Jawaban Saudara dijamin kerahasiannya.

Keterangan dari masing-masing jawaban yang tersedia :

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
R : Ragu-Ragu
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	R	TS	STS
1	Rencana saya mengerjakan sesuatu menjadi gagal karena keasyikan main HP					
2	Saya hanya merasa percaya diri saat memegang <i>smartphone</i>					
	Saya selalu berangkat sekolah tepat waktu walaupun di malam hari saya larut menggunakan handphone					
3	Hari-hari saya tetap produktif walaupun sering bermain HP					

4	Saya sering berusaha mengurangi waktu bermain HP tapi selalu gagal					
5	Saya lupa dengan jadwal piket saya karena asyik menggunakan <i>handphone</i>					
6	Saya sering tidak membantu orang tua di rumah karena asyik bermain <i>handphone</i>					
7	Saya terkadang lupa rumus mata pelajaran karna semalaman main hp					
8	Kehilangan <i>handphone</i> sama sakitnya seperti kehilangan teman terbaik					
9	Saya pasti marah jika ada teman mengganggu saya saat bermain game/sosmed di HP					
10	Saya lupa nama guru/teman saya karna sering menggunakan hp					
11	Saya selalu ingat dengan PR yang belum saya kerjakan sehingga saya bergegas mengerjakannya					
12	Saya merasa <i>smartphone</i> bisa menghilangkan stres					
13	Apabila <i>handphone</i> tertinggal saat saya pergi, itu membuat saya merasa cemas					
14	Saat ke toilet saya selalu membawa HP agar tidak jenuh					
	Memiliki teman via online tidak asyik karena tidak bisa bertemu secara langsung					
	Tidak perlu mengontrol waktu bermain HP, karena saya jarang menggunakannya					
	Teman saya di kehidupan nyata lebih banyak daripada di dunia maya					
	Saat mengerjakan PR, saya selalu fokus tidak pernah sambil bermain HP					

15	Saya sangat kesal ketika disuruh orang tua membeli sesuatu saat saya sedang asyik bermain game/sosmed di HP saya					
16	Saya lebih suka berbicara via <i>smartphone</i> daripada bertemu langsung					
	Saya tidak merasa kesal ketika sedang menggunakan <i>smartphone</i> kemudian ada teman yang mengganggu					
17	Saya selalu mengecek HP agar tidak ketinggalan obrolan teman-teman di grup WhatsApp ataupun sosial media lainnya					
	Saya merasa harus rajin belajar dan mengurangi waktu bermain HP					

LAMPIRAN

Kepada Yth

Siswa-Siswi

Di SMA Negeri 1 Sidomulyo

Assalamualaikum warohmatullohi wabarokatuh

Sehubungan dengan penelitian ini berkaitan dengan Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Media Audiovisual Untuk Mengurangi Adiksi *Smartphone* pada siswa yang peneliti lakukan di SMA Negeri 1 Sidomulyo. Maka, saya memohon bantuan dan kerja sama dari adik-adik untuk mengisi kuisioner. Ini murni untuk kepentingan penelitian. Saya menjamin bahwa segala jawaban yang diberikan akan terjaga kerahasiannya.

Kepada adik-adik yang saya banggakan. Melalui surat pengantar ini saya yang bernama:

Nama	: Azzahra Kinanti
NPM	: 2041040312
Jurusan	: Bimbingan dan Konseling Islam

Untuk itu, maka saya mengharapkan agar adik-adik menjawab benar – benar sesuai dengan keadaan yang dialami dan dirasakan dalam mengisi angket ini.

Atas partisipasi dari adik-adik, saya sampaikan terimakasih.

Wassalamualaikum warohmatullahi wabarokatuh

Hormat Saya,

Azzahra Kinanti

2041040312

ANGKET ADIKSI *SMARTPHONE*

Nama :
Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

- Isilah nama, dan kelas Saudara di tempat yang telah disediakan
- Bacalah pernyataan dan pertanyaan dengan baik
- Jawablah sesuai dengan keadaan dan pendapat saudara dengan memberikan tanda centang (✓) pada kolom yang tersedia.
- Isilah angket ini sesuai dengan apa yang sedang saudara alami saat ini
- Mohon untuk tidak menulis apapun atau mencoret-coret pada lembar pernyataan ini
- Jawaban Saudara tidak ada yang benar atau salah karena ini bukan merupakan tes atau ulangan
- Jawaban Saudara dijamin kerahasiaannya.

Keterangan dari masing- masing jawaban yang tersedia :

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
R : Ragu-Ragu
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	R	TS	STS
1	Rencana saya mengerjakan sesuatu menjadi gagal karena keasyikan main HP					
2	Saya hanya merasa percaya diri saat memegang <i>smartphone</i>					
3	Hari-hari saya tetap produktif walaupun sering bermain HP					
4	Saya sering berusaha mengurangi waktu bermain HP tapi selalu gagal					

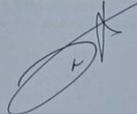
5	Saya lupa dengan jadwal piket saya karena asyik menggunakan <i>handphone</i>					
6	Saya sering tidak membantu orang tua di rumah karena asyik bermain <i>handphone</i>					
7	Saya terkadang lupa rumus mata pelajaran karna semalaman main hp					
8	Kehilangan <i>handphone</i> sama sakitnya seperti kehilangan teman terbaik					
9	Saya pasti marah jika ada teman mengganggu saya saat bermain game/sosmed di HP					
10	Saya lupa nama guru/teman saya karna sering menggunakan hp					
11	Saya selalu ingat dengan PR yang belum saya kerjakan sehingga saya bergegas mengerjakannya					
12	Saya merasa <i>smartphone</i> bisa menghilangkan stres					
13	Apabila <i>handphone</i> tertinggal saat saya pergi, itu membuat saya merasa cemas					
14	Saat ke toilet saya selalu membawa HP agar tidak jenuh					
15	Saya sangat kesal ketika disuruh orang tua membeli sesuatu saat saya sedang asyik bermain game/sosmed di HP saya					
16	Saya lebih suka berbicara via <i>smartphone</i> daripada bertemu langsung					
17	Saya selalu mengecek HP agar tidak ketinggalan obrolan teman-teman di grup WhatsApp ataupun sosial media lainnya					

HASIL JUDGEMEN INSTRUMEN

Instrumen : Adiksi *Smartphone*
Nama : Azzahra Kinanti
NPM : 2041040312

PERKEMBANGAN	SARAN REKOMENDASI/REVISI
Bahasa	Perbaiki kata di pernyataan 10 dan 21
Kontruk	Sudah Sesuai
Isi	Sudah Sesuai

Bandar Lampung, 21 Mei 2024
Pembimbing Instrumen



Rahmad Purnama, M.Si.

HASIL JUDGEMEN INSTRUMEN

Instrumen : Adiksi *Smartphone*

Nama : Azzahra Kinanti

NPM : 2041040312

PERKEMBANGAN	SARAN REKOMENDASI/REVISI
Bahasa	Perbaiki kata di pernyataan ke 21
Konstruksi	Sudah sesuai
Isi	Sudah sesuai

Bandar Lampung, 21 Mei 2024
Pembimbing Instrumen

Risna Rogamelia M.Pd

BUTIR INSTRUMEN ADIKSI *SMARTPHONE*

Variable	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan	+ /-
<i>Smartphone addiction</i>	<i>Daily life disturbance</i>	Gangguan dalam kehidupan sehari-hari akibat penggunaan <i>smartphone</i>	1. Rencana saya mengerjakan sesuatu menjadi gagal karena keasyikan main <i>Handphone</i>	-
			2. Saya sering tidak membantu orang tua di rumah karena asyik bermain <i>handphone</i>	-
			3. Hari-hari saya tetap produktif walaupun sering bermain <i>Handphone</i>	+
		Melewatkan pekerjaan yang sudah di rencanakan/tugas sekolah	4. Saya lupa dengan jadwal piket saya karena asyik dengan <i>handphone</i>	-
			5. Saya selalu berangkat sekolah tepat waktu walaupun di malam hari saya larut menggunakan <i>handphone</i>	+
			6. Saya selalu ingat dengan PR yang belum saya kerjakan sehingga saya bergegas mengerjakannya	+
		Kesulitan berkonsentrasi saat di kelas	7. Saat mengerjakan PR, saya selalu fokus tidak pernah sambil bermain HP	+
			8. Saya lupa rumus mata Pelajaran karena semalaman main <i>handphone</i>	-
			9. Saya lupa nama guru/teman saya karna sering menggunakan hp	-
	Withdrawal	Perasaan yang dirasakan individu ketika tidak dapat bertahan tanpa mempunyai <i>handphone</i>	10. Saya merasa percaya diri saat menggunakan <i>smartphone</i>	-
			11. Saya merasa <i>smartphone</i> bisa menghilangkan stres	-
			12. Saat ke toilet saya selalu membawa HP agar tidak jenuh	-
		Merasa sakit hati ketika di ganggu saat menggunakan <i>handphone</i>	13. Saya pasti marah jika ada teman mengganggu saya saat bermain game/sosmed di HP	-
			14. Saya sangat kesal ketika disuruh orang tua membeli sesuatu saat saya sedang asyik bermain game/sosmed di HP saya	-
			15. Saya tidak merasa kesal ketika sedang menggunakan <i>smartphone</i> kemudian ada teman yang mengganggu	+

<i>Cyberpace oriented relationships</i>	Perasaan ketika individu merasa hubungannya dengan teman yang dimiliki di dunia maya lebih akrab	16. Teman saya di kehidupan nyata lebih banyak daripada di dunia maya	+
		17. Memiliki teman via online tidak asyik karena tidak bisa bertemu secara langsung	+
		18. Saya lebih suka berbicara via <i>smartphone</i> daripada bertemu langsung	-
<i>Overuse</i>	Penggunaan <i>smartphone</i> yang terlalu sering digunakan secara berlebihan ketika memerlukan bantuan, beradaptasi dengan lingkungan	19. Kehilangan <i>handphone</i> sama sakitnya seperti kehilangan teman terbaik	-
		20. Saya selalu mengecek HP agar tidak ketinggalan obrolan teman-teman di grup WhatsApp ataupun sosial media lainnya	-
		21. Apabila kehilangan HP, saya harus segera membeli lagi	-
<i>Tolerance</i>	Kemampuan individu ketika berusaha untuk mengontrol waktu penggunaan <i>smartphone</i>	22. Saya sering berusaha mengurangi waktu bermain HP tapi selalu gagal	-
		23. Saya merasa harus rajin belajar dan mengurangi waktu bermain HP	-
		24. Tidak perlu mengontrol waktu bermain HP, karena saya jarang menggunakannya	+



RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

KONSELING KELOMPOK

SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2024/2025

KELOMPOK EKSPERIMEN

A	Komponen	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Belajar
C	Topik / Tema Layanan	Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Media Audiovisual Untuk Mengurangi Adiksi <i>Smartphone</i> Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Sidomulyo
D	Fungsi Layanan	Pengentasan
E	Tujuan Umum	Peserta didik mampu mengatasi masalah pribadinya dengan pemahaman dan perencanaan tindakan atau pengambilan keputusan melalui konseling kelompok
F	Tujuan Khusus	1. Peserta didik/konseli mampu menyelesaikan permasalahannya sendiri. 2. Peserta didik dapat mengetahui dampak yang ditimbulkan dari prokrastinasi akademik.
G	Sasaran Layanan	Kelas XI IPS
H	Materi Layanan	1. Adiksi <i>Smartphone</i> 2. Konseling kelompok dengan media audiovisual
I	Waktu	1 x 45 Menit
J	Sumber Materi	Jurnal, Buku Panduan dan Video pembelajaran
K	Metode/Teknik	Ceramah, Curah pendapat dan tanya Jawab
L	Media / Alat	Buku dan pena
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap awal/pendahuluan	
	a. Pernyataan tujuan	1. Peneliti/Konselor membuka dengan salam dan berdoa 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran

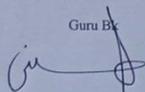
	sebelumnya, ice breaking) 3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai
b. Penjelasan Penjelasan tentang langkah- langkah kegiatan	1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik 2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 45 menit, kita sepakat akan melakukan dengan baik.
c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Peneliti/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
d. Tahap peralihan (transisi)	Peneliti/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
2. Tahap inti	<ul style="list-style-type: none"> a. Mempersilakan anggota kelompok menyampaikan permasalahnya secara bergantian b. Kesepakatan memilih topik yang akan dibahas terlebih dahulu c. Mengajak peserta didik berfikir untuk membangun pribadi yang cerdas d. Mengajak peserta didik membangun kondisi perasaan yang terkemas e. Mengajak peserta didik membangun perilaku yang tangkas f. Melakukan selingan (menonton video pembelajaran tentang adiksi <i>smartphone</i>) g. Menjelaskan kepada peserta didik tentang adiksi <i>smartphone</i> h. Menegaskan komitmen para anggota kelompok (apa yang akan segera dilakukan berkenaan dengan topik yang telah dibahas) Membahas permasalahan tersebut secara tuntas i. Solusi atau jalan keluar.
N 3. Tahap penutup	<ul style="list-style-type: none"> a. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan b. Peserta didik merefleksikan kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan c. Peneliti memberi penguatan dan rencana tindak lanjut d. Peneliti menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur berdoa dan mengakhiri dengan salam
O Evaluasi	
1. Evaluasi proses	Peneliti atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi : 1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan di kertas yang sudah disiapkan.

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Mengamati sikap atau antusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan Peneliti
2. Evaluasi hasil	<p>Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen : menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. 2. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting 3. Evaluasi terhadap cara Peneliti dalam menyampaikan materi : Mudah dipahami / tidak mudah/sulit dipahami. 4. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti: menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti.

Sidomulyo, 07 Juni 2024

Mengetahui

Guru BK



DRS. DUDUNG ABDULLAH
NIP. 196607021995011001

Mahasiswa Peneliti



AZZAHRA KINANTI

PEDOMAN OBSERVASI PRETEST

Nama Peneliti : Azzahra keinanti
 Guru Bk : Drs. Duding Abdullah.
 Waktu : 13 Mei 2024

RUMUSAN MASALAH	VARIABEL	INDIKATOR	PENGAMATAN	YA	TIDAK	KET
Apakah efektivitas konseling kelompok melalui media audio visual untuk mengurangi adiksi <i>smartphone</i> di SMA Negeri 1 Sidomulyo.	Konseling Kelompok (Prayitno)	Perencanaan	Kegiatan membentuk kelompok serta menentukan ketentuan kelompok		✓	
			Menyusun jadwal kegiatan dan menetapkan prosedur layanan	✓		
			Menetapkan fasilitas serta menyiapkan kelengkapan administrasi	✓		
		Pelaksanaan	Mengkomunikasikan rencana dan layanan konseling kelompok	✓		
			Mengkomunikasikan dan kegiatan layanan konseling kelompok sesuai dengan tahap-tahapannya	✓		
		Evaluasi	Kegiatan penetapan materi evaluasi		✓	
			Menyusun instrumen evaluasi		✓	
			Mengoptimalkan serta mengolah aplikasi instrumen		✓	
		Analisis Hasil Evaluasi	Kegiatan penetapan standar norma		✓	
			Melakukan analisis serta menafsirkan		✓	

		analisisnya			
	Tindak Lanjut	Kegiatan menetapkan jenis dan arah tindak lanjut		✓	
		Mengkomunikasikan serta merencanakan rencana tindak lanjut		✓	
	Laporan	Kegiatan menetapkan menyusun dan menyampaikan laporan kepada pihak sekolah	✓		

PEDOMAN OBSERVASI TREATMENT KE-1

Nama Peneliti : Azzahra kinanti
 Guru Bk : Drs. Dudung Abdullah
 Waktu : 14 Mei 2024

RUMUSAN MASALAH	VARIABEL	INDIKATOR	PENGAMATAN	YA	TIDAK	KET
Apakah efektivitas konseling kelompok melalui media audio visual untuk mengurangi adiksi <i>smartphone</i> di SMA Negeri 1 Sidomulyo.	Konseling Kelompok (Prayitno)	Perencanaan	Kegiatan membentuk kelompok serta menentukan ketentuan kelompok	✓		
			Menyusun jadwal kegiatan dan menetapkan prosedur layanan	✓		
			Menetapkan fasilitas serta menyiapkan kelengkapan administrasi	✓		
		Pelaksanaan	Mengkomunikasikan rencana dan layanan konseling kelompok	✓		
			Mengkomunikasikan kegiatan layanan konseling kelompok sesuai dengan tahap-tahapannya	✓		
		Evaluasi	Kegiatan penetapan materi evaluasi	✓		
			Menyusun instrumen evaluasi	✓		
			Mengoptimalkan serta mengolah aplikasi instrumen	✓		
		Analisis Hasil Evaluasi	Kegiatan penetapan standar norma	✓		
			Melakukan analisis serta menafsirkan	✓		

		analisisnya			
	Tindak Lanjut	Kegiatan menetapkan jenis dan arah tindak lanjut	✓		
		Mengkomunikasikan serta merencanakan rencana tindak lanjut	✓		
	Laporan	Kegiatan menetapkan menyusun dan menyampaikan laporan kepada pihak sekolah	✓		

PEDOMAN OBSERVASI TREATMENT KE-2

Nama Peneliti : Azzahra kinanti
 Guru Bk : Drs Dedy Abdullah
 Waktu : 16 Mei 2024

RUMUSAN MASALAH	VARIABEL	INDIKATOR	PENGAMATAN	YA	TIDAK	KET
Apakah efektivitas konseling kelompok melalui media audio visual untuk mengurangi adiksi <i>smarphone</i> di SMA Negeri 1 Sidomulyo.	Konseling Kelompok (Prayitno)	Perencanaan	Kegiatan membentuk kelompok serta menentukan ketentuan kelompok	✓		
			Menyusun jadwal kegiatan dan menetapkan prosedur layanan	✓		
			Menetapkan fasilitas serta menyiapkan kelengkapan administrasi	✓		
		Pelaksanaan	Mengkomunikasikan rencana dan layanan konseling kelompok	✓		
			Mengkomunikasikan ikan dan kegiatan layanan konseling kelompok sesuai dengan tahap-tahapannya	✓		
			Evaluasi	Kegiatan penetapan materi evaluasi	✓	
		Menyusun instrumen evaluasi		✓		
		Mengoptimalkan serta mengolah aplikasi instrumen		✓		
		Analisis Hasil Evaluasi	Kegiatan penetapan standar norma	✓		
	Melakukan analisis serta menafsirkan		✓			

		analisisnya			
	Tindak Lanjut	Kegiatan menetapkan jenis dan arah tindak lanjut	✓		
		Mengkomunikasikan serta merencanakan rencana tindak lanjut	✓		
	Laporan	Kegiatan menetapkan menyusun dan menyampaikan laporan kepada pihak sekolah	✓		

PEDOMAN OBSERVASI TREATMENT KE-3

Nama Peneliti : Azzahra Kiranti
 Guru Bk : Drs. Dudy Abdullah
 Waktu : 20 Mei 2024

RUMUSAN MASALAH	VARIABEL	INDIKATOR	PENGAMATAN	YA	TIDAK	KET
Apakah efektivitas konseling kelompok melalui media audio visual untuk mengurangi adiksi <i>smartphone</i> di SMA Negeri 1 Sidomulyo.	Konseling Kelompok (Prayitno)	Perencanaan	Kegiatan membentuk kelompok serta menentukan ketentuan kelompok	✓		
			Menyusun jadwal kegiatan dan menetapkan prosedur layanan	✓		
			Menetapkan fasilitas serta menyiapkan kelengkapan administrasi	✓		
		Pelaksanaan	Mengkomunikasikan rencana dan layanan konseling kelompok	✓		
			Mengkomunikasikan dan kegiatan layanan konseling kelompok sesuai dengan tahap-tahapannya	✓		
			Evaluasi	Kegiatan penetapan materi evaluasi	✓	
		Menyusun instrumen evaluasi		✓		
		Mengoptimalkan serta mengolah aplikasi instrumen		✓		
		Analisis Hasil Evaluasi	Kegiatan penetapan standar norma	✓		
			Melakukan analisis serta menafsirkan	✓		

		analisisnya			
		Tindak Lanjut	Kegiatan menetapkan jenis dan arah tindak lanjut	✓	
			Mengkomunikasikan serta merencanakan rencana tindak lanjut	✓	
		Laporan	Kegiatan menetapkan menyusun dan menyampaikan laporan kepada pihak sekolah	✓	

PEDOMAN OBSERVASI POSTTEST

Nama Peneliti : Azzakra Kinanti
 Guru Bk : Drs. Dedy Abdullah
 Waktu : 22 Mei 2024

RUMUSAN MASALAH	VARIABEL	INDIKATOR	PENGAMATAN	YA	TIDAK	KET	
Apakah efektivitas konseling kelompok melalui media audio visual untuk mengurangi adiksi <i>smartphone</i> di SMA Negeri 1 Sidomulyo.	Konseling Kelompok (Prayitno)	Perencanaan	Kegiatan membentuk kelompok serta menentukan ketentuan kelompok		✓		
			Menyusun jadwal kegiatan dan menetapkan prosedur layanan		✓		
			Menetapkan fasilitas serta menyiapkan kelengkapan administrasi		✓		
		Pelaksanaan	Mengkomunikasikan rencana dan layanan konseling kelompok	✓			
			Mengkomunikasikan kegiatan layanan konseling kelompok sesuai dengan tahap-tahapannya	✓			
			Evaluasi	Kegiatan penetapan materi evaluasi	✓		
		Menyusun instrumen evaluasi		✓			
		Mengoptimalkan serta mengolah aplikasi instrumen		✓			
		Analisis Hasil Evaluasi	Kegiatan penetapan standar norma	✓			
			Melakukan analisis serta menafsirkan	✓			

		analisisnya			
	Tindak Lanjut	Kegiatan menetapkan jenis dan arah tindak lanjut	✓		
		Mengkomunikasikan serta merencanakan rencana tindak lanjut	✓		
	Laporan	Kegiatan menetapkan menyusun dan menyampaikan laporan kepada pihak sekolah	✓		

Tabel t untuk df = 51 - 100

df = (N-1)	Tingkat signifikansi untuk uji satu arah				
	0.05	0.025	0.01	0.005	0.0005
	Tingkat signifikansi untuk uji dua arah				
	0.1	0.05	0.02	0.01	0.001
51	0.2284	0.2706	0.3188	0.3509	0.4393
52	0.2262	0.2681	0.3158	0.3477	0.4354
53	0.2241	0.2656	0.3129	0.3445	0.4317
54	0.2221	0.2632	0.3102	0.3415	0.4280
55	0.2201	0.2609	0.3074	0.3385	0.4244
56	0.2181	0.2586	0.3048	0.3357	0.4210
57	0.2162	0.2564	0.3022	0.3328	0.4176
58	0.2144	0.2542	0.2997	0.3301	0.4143
59	0.2126	0.2521	0.2972	0.3274	0.4110
60	0.2108	0.2500	0.2948	0.3248	0.4079
61	0.2091	0.2480	0.2925	0.3223	0.4048
62	0.2075	0.2461	0.2902	0.3198	0.4018
63	0.2058	0.2441	0.2880	0.3173	0.3988
64	0.2042	0.2423	0.2858	0.3150	0.3959
65	0.2027	0.2404	0.2837	0.3126	0.3931
66	0.2012	0.2387	0.2816	0.3104	0.3903
67	0.1997	0.2369	0.2796	0.3081	0.3876
68	0.1982	0.2352	0.2776	0.3060	0.3850
69	0.1968	0.2335	0.2756	0.3038	0.3823
70	0.1954	0.2319	0.2737	0.3017	0.3798
71	0.1940	0.2303	0.2718	0.2997	0.3773
72	0.1927	0.2287	0.2700	0.2977	0.3748
73	0.1914	0.2272	0.2682	0.2957	0.3724
74	0.1901	0.2257	0.2664	0.2938	0.3701
75	0.1888	0.2242	0.2647	0.2919	0.3678
76	0.1876	0.2227	0.2630	0.2900	0.3655
77	0.1864	0.2213	0.2613	0.2882	0.3633
78	0.1852	0.2199	0.2597	0.2864	0.3611
79	0.1841	0.2185	0.2581	0.2847	0.3589
80	0.1829	0.2172	0.2565	0.2830	0.3568
81	0.1818	0.2159	0.2550	0.2813	0.3547
82	0.1807	0.2146	0.2535	0.2796	0.3527
83	0.1796	0.2133	0.2520	0.2780	0.3507
84	0.1786	0.2120	0.2505	0.2764	0.3487
85	0.1775	0.2108	0.2491	0.2748	0.3468
86	0.1765	0.2096	0.2477	0.2732	0.3449
87	0.1755	0.2084	0.2463	0.2717	0.3430
88	0.1745	0.2072	0.2449	0.2702	0.3412
89	0.1735	0.2061	0.2435	0.2687	0.3393
90	0.1726	0.2050	0.2422	0.2673	0.3375
91	0.1716	0.2039	0.2409	0.2659	0.3358
92	0.1707	0.2028	0.2396	0.2645	0.3341
93	0.1698	0.2017	0.2384	0.2631	0.3323
94	0.1689	0.2006	0.2371	0.2617	0.3307
95	0.1680	0.1996	0.2359	0.2604	0.3290
96	0.1671	0.1986	0.2347	0.2591	0.3274
97	0.1663	0.1975	0.2335	0.2578	0.3258
98	0.1654	0.1966	0.2324	0.2565	0.3242
99	0.1646	0.1956	0.2312	0.2552	0.3226
100	0.1638	0.1946	0.2301	0.2540	0.3211

PRETEST KELAS EKSPERIMEN

P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	
2	4	4	4	4	4	2	5	4	3	5	3	4	1	4	3	4	60
2	4	2	2	2	2	2	4	3	4	3	2	2	2	2	2	2	42
2	4	4	3	4	2	3	1	2	5	5	1	3	2	4	4	2	51
3	3	3	3	3	4	3	2	3	5	4	3	3	5	4	4	2	57
3	4	4	4	5	4	2	4	2	5	4	1	2	5	4	2	3	58
3	2	3	3	4	5	3	2	2	4	4	2	3	2	3	2	2	49
2	4	4	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	2	4	4	1	44
2	1	4	3	1	5	2	4	4	5	3	1	3	2	3	4	1	48
4	2	5	1	1	5	2	1	2	4	5	1	4	2	5	4	1	49
4	4	2	3	4	4	5	4	4	3	2	3	4	4	2	3	4	59
3	4	3	4	5	5	3	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	63
2	3	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	56
3	4	4	3	5	5	5	4	5	5	4	2	4	2	5	4	2	66
2	3	2	4	4	5	2	4	4	5	4	2	2	4	4	5	2	59
2	3	2	2	5	5	5	4	2	4	3	5	1	2	5	3	1	54
2	3	2	4	4	5	2	4	4	4	4	2	2	2	4	5	2	55
2	4	3	2	2	3	2	2	2	4	4	2	2	2	2	5	2	45
4	5	4	2	4	4	5	2	4	4	4	2	2	2	4	5	2	59
2	3	1	3	2	1	2	1	4	3	4	2	4	2	4	3	3	44
2	4	4	2	5	4	3	4	4	4	5	3	2	2	4	4	2	58
4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	2	2	2	4	3	2	54
2	2	5	3	5	3	3	3	2	5	3	2	2	4	2	4	1	51
2	2	5	1	4	4	2	2	3	4	3	3	1	4	2	4	1	47
2	2	4	1	4	4	2	4	2	4	3	3	1	2	3	3	2	46
2	3	4	4	4	4	3	3	3	4	5	2	3	4	5	2	3	58
2	3	4	1	2	4	2	4	2	4	4	2	1	4	4	2	2	47
2	2	4	2	2	2	2	2	2	4	4	3	2	2	2	2	2	41
5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	77
2	4	5	2	4	3	2	2	3	5	4	4	3	4	4	5	2	58
3	3	3	3	4	5	3	2	4	5	4	1	1	2	4	4	3	54
3	3	5	3	4	5	5	3	4	4	5	3	3	3	4	3	3	63
2	3	4	4	5	5	2	4	4	4	5	2	4	4	5	2	4	63
2	1	5	2	5	5	3	1	1	5	1	1	1	1	5	1	5	45
4	2	4	4	4	4	3	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	57
2	3	1	1	5	3	2	1	4	5	4	1	1	5	3	5	1	47

PRETEST KELAS KONTROL

P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	TOTAL
2	3	4	3	4	4	2	1	4	4	4	2	2	2	4	4	3	57
4	5	4	3	4	5	5	1	2	4	5	2	1	5	5	1	1	57
2	2	4	3	4	4	2	2	3	4	4	2	1	2	4	4	3	59
4	3	4	3	4	4	5	3	3	5	4	2	3	4	5	3	2	61
2	2	3	2	2	2	2	1	2	4	4	2	2	4	5	2	1	42
1	4	4	5	5	5	5	1	5	5	4	2	2	5	5	4	4	56
4	4	4	4	4	2	5	1	2	4	5	1	2	2	2	4	2	52
2	2	4	3	4	5	5	4	1	4	4	2	2	4	5	5	3	55
1	2	2	4	5	5	5	5	5	5	4	2	4	4	4	5	5	67
3	3	4	3	4	4	5	2	4	4	3	3	2	4	4	4	3	59
2	3	4	3	5	5	3	1	2	5	5	1	2	3	4	4	3	55
4	4	4	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4	4	4	4	4	61
2	3	4	2	5	5	2	3	4	5	5	2	2	5	5	3	2	59
2	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	58
2	2	4	2	3	3	3	3	2	5	2	2	2	4	3	4	2	48
2	2	3	2	4	3	5	1	1	4	3	1	1	2	3	1	3	41
2	3	4	3	4	4	2	2	3	4	3	2	2	2	4	4	3	51
2	2	4	2	5	4	5	4	3	5	4	2	1	5	4	4	1	57
2	1	4	2	5	4	3	5	4	5	4	1	1	4	5	4	2	56
4	4	4	4	4	5	3	2	5	4	3	2	4	2	5	4	4	63
3	3	4	3	4	4	3	1	3	4	3	3	1	4	1	4	2	50
2	3	4	2	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	3	2	48
2	4	4	2	5	5	1	1	2	5	5	2	1	1	5	4	1	50
5	5	4	1	4	5	5	2	2	4	5	2	2	4	4	4	2	60
2	3	2	4	4	4	5	1	3	5	3	1	1	4	5	5	1	53
3	4	3	4	3	4	2	4	4	5	3	1	4	4	4	3	5	60
2	4	3	3	4	3	5	2	5	5	5	3	2	4	3	4	3	60
2	3	4	4	4	5	3	4	3	5	4	2	3	4	4	4	2	60
4	4	4	3	4	5	3	5	2	5	4	3	1	4	4	4	2	61
4	2	5	4	5	4	5	2	4	5	4	2	2	5	4	4	2	63
1	3	3	2	4	3	2	2	2	4	3	2	4	4	3	4	3	46
4	4	4	2	4	5	2	2	2	4	5	3	2	4	5	4	2	58
2	4	3	4	5	5	3	4	2	5	5	3	5	5	5	5	3	66
1	4	4	1	4	3	1	1	4	5	4	1	3	2	5	4	2	45
3	2	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	4	4	3	56
4	4	4	4	4	4	5	2	3	5	4	2	4	4	4	4	3	62
4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	2	3	4	5	62

POSTTEST KELAS KONTROL

HASIL POSTEST KONTROL																	TOTAL
P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	TOTAL
2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	4	3	1	1	1	1	1	35
2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	1	34
2	2	5	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	41
3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	37
2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	33
1	2	2	1	1	3	2	1	1	3	2	3	2	2	2	2	2	32
4	2	3	2	2	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	3	2	41
2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	4	2	3	2	3	3	2	44
2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	41
3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	42
2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	35
2	2	4	1	2	1	1	1	1	1	5	2	2	2	2	2	2	33
2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	5	3	4	3	3	3	49
1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	40
2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	45
2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	43
1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	2	3	2	2	2	3	44
4	3	3	2	3	2	3	4	3	2	4	2	3	3	2	3	3	49
4	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	44
2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	40
2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	1	1	1	36
2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	4	2	2	2	34
3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	41
3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	1	3	3	3	3	3	2	44
2	1	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	1	1	1	1	36
3	4	3	2	2	2	2	2	2	3	1	3	2	1	1	2	2	37
2	2	2	3	3	3	3	3	1	2	1	1	2	2	2	2	2	34
2	2	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	27
1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	24
3	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	30
1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	2	30
3	3	1	3	3	1	1	1	1	1	2	1	3	1	2	1	2	30
2	2	1	2	2	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	42
2	2	1	2	2	2	3	3	1	3	1	3	2	1	1	1	1	31
3	2	1	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	26
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	21
2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	38

INISIAL SISWA KELOMPOK EKSPERIMENT (XI IPS 1)
DAN KELAS KONTROL XI IPS 2

No	Inisial Peserta Didik Kel. Eksperiment
1.	EY
2.	GAZ
3.	VYP
4.	ES
5.	L
6.	MH
7.	JS
8.	DPP
9.	DA
10.	DIG
11.	DK
12.	FRD
13.	SR
14.	BD
15.	AAA
16.	VAF
17.	LF
18.	AM
19.	D
20.	MC
21.	YAS
22.	SI
23.	ANI
24.	A
25.	DF
26.	DAR
27.	NN
28.	HWP
29.	NS
30.	TYSB
31.	MSA
32.	R
33.	ABP
34.	SM
35.	MR
36.	VAG
37.	ESP
38.	SN

No	Inisial Peserta Didik Kelas Kontrol
1.	KWS
2.	ANA
3.	FS
4.	FS
5.	A
6.	FO
7.	RV
8.	DAS
9.	NAC
10.	GM
11.	RA
12.	GP
13.	AU
14.	DAR
15.	SI
16.	NA
17.	BGP
18.	APR
19.	NBNA
20.	RR
21.	ANI
22.	LNK
23.	LA
24.	EK
25.	MN
26.	SM
27.	RA
28.	AM
29.	MAD
30.	IN
31.	AM
32.	AZ
33.	PLK
34.	EK
35.	NWKSS
36.	AIP
37.	UR

UJI NORMALITAS DAN UJI WILCOXON

		Tests of Normality					
		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
SA		Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
HASIL	PRE A (KONTROL)	,136	37	,080	,961	37	,224
	POST A (KONTROL)	,107	37	,200 [*]	,976	37	,579
	PRE B (EKS)	,109	39	,200 [*]	,949	39	,078
	POST B (EKS)	,188	38	,002	,891	38	,001

1. KELAS EKSPERIMEN

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
PostEks -	Negative Ranks	1 ^a	4,50	4,50
PreEks	Positive Ranks	37 ^b	19,91	736,50
	Ties	0 ^c		
	Total	38		

- a. PostEks < PreEks
- b. PostEks > PreEks
- c. PostEks = PreEks

Test Statistics^a

	PostEks - PreEks
Z	-5,309 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

2. KELAS KONTROL

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
PostKontrol - PreKontrol	Negative Ranks	36 ^a	19,50	702,00
	Positive Ranks	1 ^b	1,00	1,00
	Ties	0 ^c		
	Total	37		

- a. PostKontrol < PreKontrol
- b. PostKontrol > PreKontrol
- c. PostKontrol = PreKontrol

Test Statistics^a

	PostKontrol - PreKontrol
Z	-5,289 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.



PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG
SMA NEGERI 1 SIDOMULYO

NSS. 301120113078, NPSN 19299702, NIS 309350, AKREDITASI A
Jl. MURIA NO. 101 SELORETN0 KECAMATAN SIDOMULYO LAMPUNG SELATAN
Telp. (0721) 7693183

Laman : <http://sman1sidomulyo.sch.id>; e-mail : smansatusidomulyo@yahoo.com



SURAT KETERANGAN

No. 421.3/ 131 / III.01.VI.04/ 008/ 2024

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMAN 1 Sidomulyo Lampung Selatan,

Nama : **Drs. DUDUNG ABDULLAH**
NIP : 19660702 199501 1 001
Pangkat / Golongan : Pembina Tk. I IV/b
Jabatan : Plh. Kepala Sekolah

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : **AZZAHRA KINANTI**
NPM : 2041040312
Fakultas/Jurusan/Prodi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : **"Efektifitas Konseling Kelompok Melalui Media Audio Visual Untuk Mengurangi Adiksi Smartphond Pada Siswa di SMA Negeri 1 Sidomulyo"**.

Telah menyelesaikan Penelitian di SMA Negeri 1 Sidomulyo pada tanggal 7 Juni 2024 di SMA Negeri 1 Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

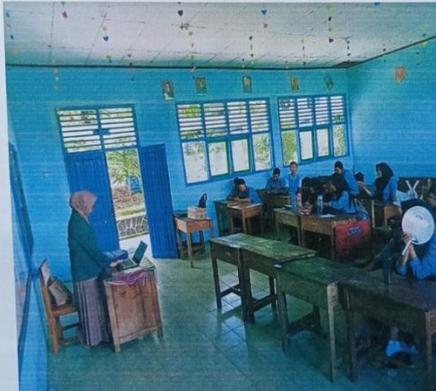
Sidomulyo, 7 Juni 2024
Plh. Kepala Sekolah,



Drs. DUDUNG ABDULLAH
Pembina Tk.I
NIP. 19660702 199501 1 001

LAMPIRAN

FOTO KEGIATAN PENELITIAN LAPANGAN



Dokumentasi penyebaran pretest pada siswa kelas control dan eksperimen



**Dokumentasi briefing guru BK dan peneliti sebelum
memberikan treatment media audiovisual**





Proses konseling kelompok dengan pemberian treatment kepada kelas eksperimen



Dokumentasi pemberian posttest pada siswa kelas eksperimen dan kelas kontrol



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
PUSAT PERPUSTAKAAN

Jl. Letkol H. Endro Suratmin, Sukarame I, Bandar Lampung 35131
Telp. (0721) 780887-74531 Fax. 780422 Website: www.radenintan.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: B - 2547/ Un.16 / P1 /KT/VII/ 2024

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Dr. Ahmad Zarkasi, M. Sos. I
NIP : 197308291998031003
Jabatan : Kepala Pusat Perpustakaan UIN Raden Intan Lampung
Menerangkan bahwa artikel ilmiah dengan judul

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MELALUI MEDIA AUDIOVISUAL UNTUK
MENGURANGI ADIKSI SMARTPHONE PADA SISWA DI SMA NEGERI 1 SIDOMULYO**

karya :

NAMA	NPM	FAKULTAS/PRODI
Azzahra Kinanti	2041040312	FDIK/BKI

Bebas plagiasi sesuai dengan tingkat kemiripan sebesar 15%. Dan dinyatakan **lulus** dengan bukti terlampir.

Demikian Keterangan ini kami buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bandar Lampung, 17 Juli 2024
Kepala Pusat Perpustakaan



Dr. Ahmad Zarkasi, M. Sos. I
NIP. 197308291998031003

Ket:

1. Surat Keterangan Cek Turnitin ini Legal & Sah, dengan Stempel Asli Pusat Perpustakaan.
2. Surat Keterangan ini Dapat Digunakan Untuk Repository
3. Lampirkan Surat Keterangan Lulus Turnitin & Rincian Hasil Cek Turnitin ini di Bagian Lampiran Skripsi Untuk Salah Satu Syarat Penyebaran di Pusat Perpustakaan

EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MELALUI MEDIA AUDIOVISUAL UNTUK MENGURANGI ADIKSI SMARTPHONE PADA SISWA DI SMA NEGERI 1 SIDOMULYO

ORIGINALITY REPORT

15%

SIMILARITY INDEX

14%

INTERNET SOURCES

9%

PUBLICATIONS

13%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

Submitted to UIN Raden Intan Lampung

Student Paper

4%

2

Submitted to Universitas Merdeka Malang

Student Paper

1%

3

Rahmadyanti Rahmadyanti, Erma Nurhayati. "PENGARUH PEMBERIAN EKSTRAK DAUN KELOR TERHADAP STATUS GIZI BALITA DI DESA SUKAJADI KECAMATAN PANGGARANGAN LEBAK-BANTEN", Jurnal Ners, 2023

Publication

1%

4

Danang Hardiansyah, Arif Rohman, Ellia Deviyanti. "Pengembangan Model Garden-Based Learning Meningkatkan Perilaku Prososial Anak usia dini", Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 2021

Publication

1%

5

Submitted to Universitas Negeri Padang

Student Paper

1%

6 Submitted to Universitas Jenderal Soedirman 1 %
Student Paper

7 HENI SULUSYAWATI, SYAMSUDDIN SYAMSUDDIN, YAYUK OKTA PURNEMASARI. "UPAYA MENINGKATKAN PEMAHAMAN SELF MANAGEMENT MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK ROLE PLAYING PADA SISWA KELAS X IPA SMA NEGERI 7 KOTA BENGKULU", Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling, 2019 1 %
Publication

8 Submitted to Universitas Negeri Semarang - iTh 1 %
Student Paper

9 Submitted to Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya 1 %
Student Paper

10 Erismon Erismon, Yeni Karneli. "Efektivitas pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy untuk mengatasi perilaku bullying siswa", Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia, 2021 <1 %
Publication

11 Wilda Hafiva, Fadhilla Yusri, Wedra Aprison. "Efektivitas Pendekatan Ego Untuk Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa di SMAN 2 <1 %

Padang Panjang", ISLAMIC COUNSELING
Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 2020
Publication

12 Dia Sri Fadila, Afrinaldi Afrinaldi. "Pelaksanaan Teknik Problem Solving untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa SMP Negeri 4 Padang Panjang", ALSYS, 2023
Publication

13 Chrisdi Yanto Betaubun, Jhoni Melvin Tahapary. "Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Lembing Melalui Pemanfaatan Media Audio Visual Pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 3 Maluku Tenggara", MANGGUREBE: Journal Physical Education, Health and Recreation, 2023
Publication

14 Submitted to University of Wollongong
Student Paper

15 Submitted to University of South Florida
Student Paper

16 Submitted to Universitas Negeri Surabaya
Student Paper

17 Monica Clara Purba, Nurlina Ariani Harahap. "Kemampuan Berpikir Kreatif Matematis Menggunakan Model Pembelajaran Cooperative Script Berbantuan Aplikasi Geogebra di SMA Negeri 1 Rantau Utara",

Jurnal Cendekia : Jurnal Pendidikan
Matematika, 2021

Publication

18 Submitted to Universitas Negeri Semarang <1%
Student Paper

19 Submitted to Universitas Brawijaya <1%
Student Paper

20 Submitted to Universitas Muria Kudus <1%
Student Paper

Exclude quotes On

Exclude matches < 5 words

Exclude bibliography On