

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

Tria Ifna<sup>1</sup>, M. Fauzi Hasibuan<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Email: ifnatria5@gmail.com

### **Abstrak**

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

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

### **Abstract**

*This research was conducted to describe the difference in scores in increasing self-control in using gadgets in experimental group students before and after being treated with group guidance services using word guessing learning media. Meanwhile, the control group was given treatment before and after with group guidance services. This research is quantitative research with the type of experimental research. The object of this research was class X TKJ 1 SMK YPK*

*Medan. The data collection technique in this research used a questionnaire for students to determine self-control in using gadgets. The results of this research show that students have low self-control in using gadgets, resulting in students' ability to control themselves in using gadgets, especially in the school environment and while studying. The analysis test results used the Wilcoxon Signed Ranks Test and the Kolmogorov Smirnov Two Independent Samples analysis test. Thus, based on the results of the research conducted, among others: (1) there is a significant difference in self-control of student gadget use in the experimental group before (pretest) and after (posttest) with group services using word guessing learning media. (2) there is a significant difference in students' self-control of gadget use in the control group before (pretest) and after (posttest) with group guidance services. (3) there is a significant difference in students' self-control of gadget use in the experimental group and the control group who were given treatment.*

**Keywords:** *Group Guidance, Word Guess Learning Media, Self-Control on Using Gadgets.*

## **PENDAHULUAN**

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

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

Menurut Bachri Thalib (2010:107) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan-dorongan, baik dari dalam maupun dari luar individu yang memiliki kontrol diri yang baik, akan mengambil keputusan secara efektif untuk mendapatkan sesuatu yang dia inginkan dan menghindari akibat diinginkan. Yang artinya kontrol diri merupakan cara mengendalikan diri dalam melakukan tindakan dan bagaimana cara individu tersebut mengambil keputusan guna menghindari sebab akibat yang akan berpengaruh pada diri individu.

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

Dengan itu kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif serta merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan

dan digunakan individu selama proses proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat dilingkungan sekitarnya.

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

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

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

Pola perilaku dalam penggunaan gadget (smartphone) menjadi sesuatu yang tidak membawa dampak negatif dalam kehidupannya, artinya siswa mampu mengendalikan diri untuk menolak hal-hal dalam penggunaan gadget (smartphone) yang mendatangkan dampak buruk bagi dirinya sendiri walaupun memberikan efek yang menyenangkan (Sari dkk, 2019). Selain itu dampak Gadget yang mengakibatkan penggunaan secara berlebihan seperti istilah Nomophobia, nomophobia merupakan personality disorder yaitu suatu keadaan dimana remaja tidak bisa berpisah dengan gadget atau smarthonenya. Hasil penelitian (Pavithra dkk, 2015: 340) menjelaskan bahwa remaja kehilangan konsentrasi dan merasa stress ketika tidak ada smarthonenya didekatnya, untuk itu seiring perkembangannya teknologi maka penting untuk meningkatkan kontrol diri sejak awal. Dengan demikian dapat diperkirakan bahwa penggunaan Gadget juga berpengaruh sebagaimana kontrol diri yang dimiliki namun perlu dipantau dalam penggunaan Gadget siswa agar tidak terlalu terlena dengan aplikasi yang disediakan oleh Gadget.

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

Sama halnya berhubungan dengan penelitian tersebut dimana fenomena yang terjadi dilapangan ialah kurangnya kontrol diri dalam penggunaan Gadget disekolah pada siswa yang dimana nantinya menjadi gejala adiksi dalam penggunaan Gadget dengan beberapa fitur gadget yang tersedia didalamnya secara berlebihan.

Berdasarkan hasil observasi pelaksanaan PLP 3 saya di SMK YPK Medan diperoleh informasi masih ada sejumlah siswa yang memiliki permasalahan dalam penggunaan gadget disekolah seperti siswa yang terlalu fokus menggunakan gadget dan sulit lepas dari gadget yang dimiliki, adanya tingkat intensitas dalam penggunaan gadget yang berlebihan seperti penggunaan beberapa fitur gadget (internet, game online) yang digunakan secara berlebihan dalam waktu penggunaan yang seharusnya juga siswa masih melanggar penggunaan gadget pada saat proses belajar disekolah seperti bermain game online saat pelajaran berlangsung, bermain sosial media dan lainnya.

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

Selain itu, pelaksanaan bimbingan kelompok ini dilakukan dengan menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata, dimana media pembelajaran ini merupakan model dari media pembelajaran Kooperatif, "Model kooperatif tebak kata adalah menebak suatu kata dengan cara menyebutkan kata-kata tertentu sampai kata yang disebutkan benar" Menurut Said (dalam (Syamsiyah & Wedyawati, 2016) serta Model pembelajaran tebak kata adalah model pembelajaran yang menggunakan media kartu teka-teki yang berpasangan dengan kartu jawaban teka-teki.

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

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

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

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu 31 siswa di kelas X TKJ. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *Purposive Sampling*, berdasarkan kriteria penarikan sampel maka jumlah sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 2 kelompok sebanyak 24 orang pada kelompok kontrol dan eksperimen. Teknik pengumpulan data diantaranya kuesioner, dan dokumentasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### a. Hasil Penelitian

#### 1) Uji Wilcoxon

Uji ini dilakukan untuk menguji perbedaan antar data berpasngan, menguji komparasi antara pengamatan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dan mengetahui efektifitas suatu perlakuan. Pada uji ini, dikatakan efektif apabila nilai sig > 0,5 dan dikatakan tidak efektif apabila nilai sig < 0,5.

Tabel 1 Hasil Uji Wilcoxon

Test Statistics <sup>a</sup>	
	post test - pre test
Z	-3.059 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002
a. <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	
b. Based on negative ranks.	

Berdasarkan angka *probabilitas Asymp. Sig (2-tailed) Self discloser* siswa pada kelompok eksperimen sebesar 000 atau *probabilitas* dibawah alpha 0,05 (0.000<0,05). Dari hasil tersebut maka H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> diterima. Dengan demikian, yaitu "Terdapat peningkatan yang terjadi pada kelompok eksperimen dan sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata.

Tabel 2 Perbandingan Kontrol Diri Penggunaan Gadget Siswa Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol (Pretest)

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

Rata-rata	88	Sedang	Rata-rata	85,58	Sedang
-----------	----	--------	-----------	-------	--------

Adapun perbandingan kemandirian belajar siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sebelum diberikan layanan. Berdasarkan hasil dari tabel diatas terjadinya peningkatan kemandirian belajar siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan rata-rata skor pretest sebesar 88 pada kelompok eskperimen dan 85,58 pada kelompok kontrol yaitu berada pada kategori sedang.

Table 3 Perbandingan Kemandirian Belajar Siswa Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol (Posttest)

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

Adapun perbandingan kontrol diri penggunaan *gadget* siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sesudah diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok menggunakan media pembelajaran tebak kata mengalami penigkatan dengan rata-rata skor posttest sebesar 126,9 dengan kategori sangat tinggi dan pada kelompok kontrol yang diberikan perlakuan hanya menggunakan layanan bimbingan kelompok juga mengalami peningkatan dengan rata-rata skor 113 yaitu berapa pada kategori tinggi. Berdasarkan hasil dari tabel diatas terjadinya peningkatan yang signifikan pada kemandirian belajar siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan.

## 2) Uji Kolmogorov Smirnov 2 Independen Sampel

Hipotesis ketiga yang diuji pada bagianan ini adalah ini adalah “Terdapat keefektifan yang positif dan signifikan tentang penggunaan *gadget* siswa pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Pembelajaran Tebak Kata, sedangkan dengan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok”. Untuk menguji ketiga hipotesis ini juga menggunakan program SPSS versi 26 dengan teknik *Kolmogrove Smirnov 2 Independeden Sampels*. Berdasarkan teknik tersebut mendapatkan hasil pengujian tabel sebagai berikut :

Tabel 4 Hasil Analisis Kolmogrov Smirnov 2 Independen Sampels Kemandirian Belajar Siswa Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol

Test Statistics <sup>a</sup>		Hasil
Most Extreme Differences	Absolute	.833
	Positive	.000
	Negative	-.833
Kolmogorov-Smirnov Z		2.041
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000
a. Grouping Variable: Kelompok		

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat dilihat bahwa skor Asymp. Sig (2-tiled) untuk uji data adalah 0,000 dengan angka Probability *Asymp. Sig (2-tailed) self disclosure* siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah 0,000 atau probabilitas dibawah 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Dari hasil tersebut maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, maka hasil hipotesis dalam penelitian ini diterima.

## Pembahasan

### 1. Gambaran Kontrol Diri Penggunaan *Gadget*

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

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

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

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

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

Pada layanan ini kelompok kontrol hanya diberikan Layanan Bimbingan Kelompok saja, tanpa diberikan perlakuan dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata yang berkaitan dengan kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa yang rendah sehingga tidak banyak melibatkan keaktifan siswa dalam mengembangkan wawasan dan pikiran seperti halnya kelompok eksperimen. Sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok pada kelompok kontrol ini, terdapat perbedaan kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa pada saat pretest dan posttest, namun perbedaan tersebut tidak meningkat seperti kelompok eksperimen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan skor penyesuaian diri peserta didik pada pretest dan posttest pada kelompok kontrol tidak terlalu besar dibandingkan kelompok eksperimen. Pemberian layanan bimbingan kelompok pada siswa untuk kelompok kontrol juga baik dilaksanakan, akan tetapi proses pelaksanaannya membuat kontrol diri penggunaan *Gadget* siswa belum maksimal.

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

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

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

Media pembelajaran tebak kata ini membantu para siswa untuk berpikir dan mencari kata apa yang sudah dikode dengan teman kelompoknya juga dan juga adanya kesinambungan sesuai dengan penelitian untuk mengelola serta mengendalikan diri siswa dalam membuat keputusan jawaban. Pada perlakuan Layanan Bimbingan Kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata mampu membantu siswa untuk mengoptimalkan serta dapat membantu adanya peningkatan kontrol diri penggunaan *Gadget* dan siswa dapat lebih aktif serta semangat untuk mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok yang dilakukan. Sedangkan pada kelompok kontrol dimana hanya memberikan layanan bimbingan kelompok tanpa

menggunakan media pembelajaran tebak kata berjalan seperti monoton saja, dimana para siswa hanya melihat saja serta tidak turut aktif bertanya maupun merespon ketika peneliti menjelaskan materi yang diberikan.

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

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMK YPK Medan pada kelas X TKJ 1 tentang kontrol diri penggunaan gadget siswa mengalami perubahan yang positif setelah dilakukannya perlakuan. Pada kelompok eksperimen saat pretest, hasil rata-rata yang didapat sebesar 88 dan pada saat posttest sebesar 126,9. Kemudian, pada kelompok kontrol didapat hasil sebesar 85.58 (pretest) dan 113 (posttest). Sehingga adanya perbedaan dari kelompok eksperimen (menggunakan media pembelajaran tebak kata) lebih efektif daripada kelompok kontrol (tidak menggunakan metode).

Berdasarkan hasil perhitungan bahwa uji Wilcoxon yang diperoleh sebesar 0,000. Sehingga dapat disimpulkan “bahwa Hipotesis (H1) diterima” artinya Adanya peningkatan yang efektif pada layanan informasi menggunakan metode problem solving dan nilai negative ranks yang terdapat di uji Wilcoxon menunjukkan bahwa adanya peningkatan kemandirian belajar siswa. Dengan begitu, setelah dilakukan uji Kolmogorov Smirnov 2 independen sample test didapatkan hasil Asymp. Sig (2-tailed) 0,000 ( $0,000 < 0,05$ ) maka H1 diterima dan H0 ditolak.

Maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media pembelajaran tebak kata untuk meningkatkan kontrol diri penggunaan gadget siswa membantu siswa mendapatkan pengetahuan baru tentang kontrol diri penggunaan gadget, siswa juga dapat mencari solusi dari permasalahan yang dihadapi dan mengetahui mengendalikan diri dalam penggunaan gadget. Dengan demikian adanya perubahan positif bahwa terdapat peningkatan pada kontrol diri penggunaan gadget sebelum dan sesudah dilakukan layanan informasi menggunakan media pembelajaran tebak kata pada siswa SMK YPK Medan kelas X TKJ 1.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmad, A.(2020), Pengaruh penggunaan Gadget terhadap perilaku remaja dalam keluarga., Volume 05 Nomor 02, 2020
- Andriani, I. D., & Dewi, R. M. (2021). Pengembangan Media Pembelajaran Tebak Kata Pada Materi Bank Sentral, Sistem Pembayaran dan Alat Pembayaran. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 9(2), 65–71.
- Antonius Simamora. (2016). Persepsi Orang Tua Terhadap Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Pendidikan Dasar Di Perumahan Bukit Kemiling Permai Kecamatan Kemiling Bandar Lampung. Skripsi. Tidak Diterbitkan. FKIP Universitas Lampung. Bandar Lampung.

- Arsyad, Azhar. (2014). *Media Pembelajaran*. Depok :PT Rajafindo Persada
- Chusna, p. (2017). pengaruh media Gadget pada perkembangan karakter anak.
- Bakar Abu. 2011. *Dasar-dasar Konseling*. Bandung: Cita pustaka Media Perintis.
- Bachri Thalib, S. (2010). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif (1st ed.)*. Jakarta: Kencana, Prenada Media.
- Debora, N., & Sukmawati, I. (2021). Hubungan Kontrol Diri Dengan Penggunaan Gadget Siswa SMA. *Jurnal Neo Konseling*, 3(3).
- Dwi Marsela, R., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69.
- Fitriana, S. (2018). self management terhadap kontrol diri siswa dalam penggunaan handphone kelas xi sma mardisiswa (vol. 5, issue 1).
- Ghufron, Risnawati. 2019. *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Arruz-media.
- Ita Musfirowati Hanika, “Fenomena Phubbing di Era Milenia (Ketergantungan Seseorang pada Smartphone terhadap Lingkungannya,” *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi* 4, No 1, 2015, hal. 43
- Juliadi. (2018). *Penyebab Penggunaan Gadget Pada Remaja*. Skripsi. Tidak Diterbitkan. FKIP Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Riau Kepulauan Batam.
- M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2011) hal 22
- Nurlaelah Syarif, *Pengaruh Perilaku Pengguna Smartphone Terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa SMK IT Airlangga Samarinda*, (eJurnal IlmuKomunikasi Univ. Mulawarman, 2015), hal. 218
- Pavithra, M., Madhukumar, S., & Murthy, M. (2015). a Study On Nomophobia - Mobile Phone Dependence, Among Students of a Medical College in Bangalore. *Original Article*, 6(2), 340–344.
- Putri, M.S., Daharnis., & Zikra. (2017). Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Membolos Siswa. *Konselor*, 6 (1)
- Pranoto, H. (2016). Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Sma Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara. 1(1), 100–111.
- Rusmana, Nandang. 2009. *Bimbingan Dan Konseling Kelompok Di Sekolah (Metode, Teknik Dan Aplikasi)*. Bandung: Rizqi Press.
- Said, A. dan Budimanjaya. A. 2015. *95 Strategi Mengajar Multiple Intelligences*. Jakarta : Prenada Media Group.
- Sulasmi, R. E., Unila, F., Sumantri, J. P., No, B., Program, B. L., Fakultas, P., Dan, K., & Pendidikan, I. (n.d.). Peningkatan motivasi belajar melalui kelompok dengan permainan smp negeri 5 natarlampung selatan.
- Suyatno. 2009. *Menjelajah Pembelajaran Inovatif*. Jawa Timur: Masmedia Buana Pustaka
- Syamsiyah, N., & Wedyawati, N. (2016). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tebak Kata Pesawat Sederhana Kelas V. *Vox Edukasi*, 8(1), 30–41.
- Syerif Nurhakim, *Dunia Komunikai dan Gadget*, (Jakarta: Bestari Buana Murni, 2005), hal. 41
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.
- Suliyanto. (2005). *Analisis Data Dalam Aplikasi Pemasaran*. Ghalia Indonesia.

- Tohirin. (2008). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Raja Grafindo Persada.
- Ummu Syaroh A.(2019) (n.d.). Faktor kontrol diri dalam penggunaan Gadget (smartphone) pada siswa (vol. 6).