

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN PEMAHAMAN
DAMPAK NEGATIF *GADGET***
(Penelitian pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen)

SKRIPSI



Oleh:

Henny Purwatiningsih

NPM 14.0301.0078

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2017**

PENEGASAN
EFEKTIFITAS BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN PEMAHAMAN
DAMPAK NEGATIF *GADGET*
(Penelitian pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Studi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Oleh :

Henny Purwatiningsih
NPM: 14.0301.0078

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2017

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI BERJUDUL

**EFEKTIFITAS BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN PEMAHAMAN
DAMPAK NEGATIF *GADGET***
(Penelitian pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen)



Oleh :

Nama : Henny Purwatiningsih

NPM : 14.0301.0078

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Dosen Pembimbing I



Dra. Indiati, M.Pd
NIP. 1960328198812001

Magelang, 2 Desember 2016
Dosen Pembimbing II



Sugiyadi, M.Pd.Kons.
NIS. 047506010

PENGESAHAN

Telah Dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi dalam rangka menyelesaikan studi pada Program Studi S-1 Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang

Oleh :

Nama : Henny Purwatiningsih

NPM : 14.0301.0078

Diterima dan disahkan oleh penguji :

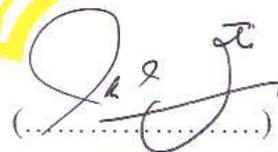
Hari : Kamis

Tanggal : 19 Januari 2017

Tim Penguji Skripsi :

1. Dra. Indiati, M.Pd

Ketua / anggota



(.....)

2. Sugiyadi, M.Pd.Kons

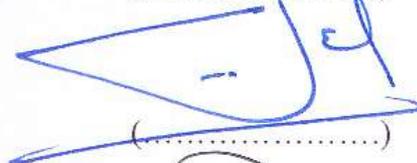
Sekretaris / anggota



(.....)

3. Dr.Purwati,MS,Kons

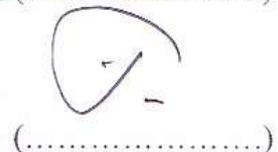
Anggota



(.....)

4. Drs. Tawil,M.Pd.Kons

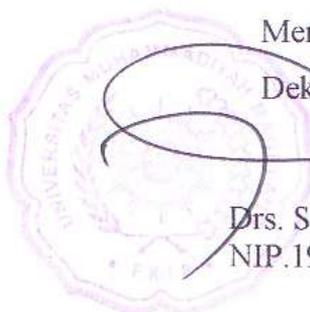
Anggota



(.....)

Mengesahkan

Dekan FKIP



Drs. Subiyanto, M.Pd

NIP.195708071983031002

PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini,

Nama : Henny Purwatiningsih
NPM : 14.0301.0078
Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Efektivitas Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan
Pemahaman Dampak Negatif Gadget

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang telah saya buat merupakan hasil karya sendiri. Apabila ternyata di kemudian hari diketahui merupakan hasil plagiat atau penjiplakan karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Magelang, 4 Januari 2017



nembuat pernyataan

Henny Purwatiningsih
Henny Purwatiningsih
NPM. 14.0301.0078

MOTTO

Barang siapa yang mengerjakan kebaikan seberat dzarrahpun, niscaya dia akan melihat (balasan)Nya, dan barang siapa yang mengerjakan kejahatan sebesar dzarrahpun, niscaya dia akan melihat (balasan) Nya pula. (Q.S Al.Zalزالah 7-8)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

1. Kedua orang tuaku yang selalu memberikan dukungan
2. Suami tercinta dan anakku tersayang, Pandu Tidar Pratama, Kartika Arga Dianti dan Panji Nugroho Setyoadi
3. Almamaterku Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UMMagelang

KATA PENGANTAR

Puji syukur dan terimakasih penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas bimbingan kelompok untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget*.”

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu diucapkan terimakasih kepada :

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang,
2. Drs. Subiyanto, M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang,
3. Sugiyadi, M.Pd., Kons., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
4. Dra. Indiati, M.Pd dan Sugiyadi M.Pd, Kons., Dosen Pembimbing Skripsi,
5. Akhmad Mitrawan S.Pd, M.Pd., Kepala SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen, yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
6. Drs.Sarmin Purwo Saputro, Guru BK SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen
7. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, dan semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Masukan dan saran untuk perbaikan penulisan ini diterima dengan senang hati. Akhirnya semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua, Amin.

Magelang, 4 Januari 2017
Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENEGASAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAKSI	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6

BAB II	LANDASAN TEORI	
	A. Pemahaman Dampak Negatif <i>Gadget</i>	7
	B. Bimbingan Kelompok.....	15
	C. Efektivitas Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Pemahaman Dampak Negatif <i>Gadget</i>	28
	D. Kerangka Berpikir	30
	E. Hipotesis	31
BAB III	METODE PENELITIAN	
	A. Desain Penelitian	32
	B. Identifikasi Variabel Penelitian	32
	C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	33
	D. Subyek Penelitian	33
	E. Metode Pengumpulan Data.....	35
	F. Prosedur Penelitian.....	37
	G. Teknik Analisis Data	41
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Hasil Penelitian	43
	B. Pembahasan	50
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	
	A. Kesimpulan	53
	B. Saran	54
DAFTAR	PUSTAKA	56
LAMPIRAN	59

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1	Penilaian Skor Angket Dampak Negatif <i>Gadget</i>	35
2	Uji Validitas Instrumen	38
3	Uji Reliabilitas Instrumen	40
4	Kategori Skor Angket Pemahaman Dampak Negatif <i>Gadget</i> ...	43
5	Hasil Pretest Angket Pemahaman Dampak Negatif <i>Gadget</i>	43
6	Hasil Postest Angket Pemahaman Dampak Negatif <i>Gadget</i>	46
7	Analisis Deskriptif Variabel Penelitian	47
8	Paired Sample Statistik	48
9	Paired Samples Correlations	48
10	Paired Sample Test	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
1	Kerangka Berpikir	30
2.	Rancangan Penelitian Eksperimen The One Group Pretest- Posttest Design	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
1	Surat Ijin Penelitian	59
2	Surat Keterangan telah Melakukan Penelitian	60
3	Hasil Try Out Angket Pemahaman Dampak Negatif <i>Gadget</i> .	61
4	Kisi-kisi Angket Pemahaman Dampak Negatif <i>Gadget</i> sebelum dan sesudah Try Out	63
5	Angket Pemahaman Dampak Negatif <i>Gadget</i> sebelum dan Sesudah Try Out	65
6	Identitas Responden	74
7	Hasil Output Validitas Angket	75
8	Hasil Output Reliabilitas Angket	82
9	Hasil Output Deskriptif Statistik	85
10	Hasil Output Paired Samples dan Correlation	86
11	Hasil Output Paired T-Test	87
12	Output skor Pre Test	88
13	Output skor Post Test	90
14	Satuan Layanan Bimbingan Kelompok I	92
15	Laporan Hasil Bimbingan Kelompok I	95
16	Satuan Layanan Bimbingan Kelompok II	98
17	Laporan Hasil Bimbingan Kelompok II	101
18	Satuan Layanan Bimbingan Kelompok III	104
19	Laporan Hasil Bimbingan Kelompok III	107
20	Satuan Layanan Bimbingan Kelompok IV	110
21	Laporan Hasil Bimbingan Kelompok IV	113
22	Daftar Hadir Bimbingan Kelompok	116
23	Materi Bimbingan Kelompok	117
24	Dokumentasi	123

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN PEMAHAMAN
DAMPAK NEGATIF *GADGET***
(Penelitian pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen)

Henny Purwatiningsih

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen.

Penelitian ini menggunakan *One Group Pretest-Posttest Design*, tanpa menggunakan kelompok pembanding atau kelompok kontrol, dengan melakukan 4 kali pertemuan, yaitu diberikan perlakuan melalui bimbingan kelompok. Subyek penelitian ini adalah 28 siswa yang memiliki pemahaman dampak negatif *gadget* rendah. Teknik yang digunakan *purposive sampling*. Ada dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu variabel terikat yang berupa bimbingan kelompok dan variabel bebas yang berupa pemahaman dampak negatif *gadget*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket. Teknik analisis data menggunakan program *SPSS For Windows versi 16.00* yaitu dengan analisis statistik *Paired T-Test*.

Kesimpulan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget* ditunjukkan dari hasil analisis *Paired T-Test* sebesar 0,000. Sehingga pengajuan hipotesis diterima jika taraf signifikan nilai probabilitas kurang dari 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget* di SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen.

Kata kunci : *Bimbingan Kelompok, Pemahaman Dampak Negatif Gadget*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan Ilmu pengetahuan dan teknologi yang sangat pesat menjadikan tata cara kehidupan berubah. Salah satu contoh perkembangan tersebut adalah alat komunikasi yang dapat menjadikan segala sesuatunya mudah, yaitu *gadget*. Banyak informasi dari belahan dunia manapun bisa di akses dengan mudah hanya dengan *gadget* tersebut. *Gadget* sangat bermanfaat untuk berkomunikasi, memperbanyak relasi, menambah wawasan dan pengetahuan, pendidikan dan bisnis. Disisi lain terjadi hal yang berlawanan disebabkan oleh faktor keteledoran pemakainya atau kurang tepatnya dalam memanfaatkan fungsi yang sebenarnya.

Suryandrio (2013 : 23) *gadget* adalah sebuah peralatan kecil yang memiliki teknologi terbaru. Berdasarkan pengertian diatas dapat dipahami bahwa *gadget* merupakan suatu teknologi yang canggih dalam sebuah perangkat kecil yang selalu menciptakan inovasi dan mempermudah kegiatan manusia, sehingga dari hari kehari *gadget* selalu muncul dengan menyajikan teknologi terbaru yang membuat hidup manusia menjadi lebih praktis. Namun kebiasaan menggunakan *gadget* mengharuskan anak berlama-lama berkontak mata di depan layar *gadget* yang tentu saja akan berdampak pada kesehatan matanya. Kedipan mata sangat penting untuk mengurangi resiko mata kering. Semakin lama mata terbuka, semakin tinggi

kemungkinan kornea mata mengalami dehidrasi, merasa panas dan sakit atau seperti ada pasir dikelopak mata hingga terasa berat (Nurmaya,R.2009).

Sangat disayangkan bila para remaja sebagai generasi penerus bangsa harus melakukan tindakan negatif akibat terlalu sering menggunakan *gadget* tanpa diberikan pemahaman baik buruknya perangkat tersebut. Remaja banyak yang meniru perilaku dari apa yang mereka lihat di dalam *gadget* mereka. Tayangan-tayangan yang seharusnya belum boleh ditonton saat ini sudah banyak dinikmati oleh remaja, bahkan anak-anak.

Berkaitan dengan dampak negatif penggunaan *gadget* diatas, fenomena yang terjadi di lapangan yaitu, di SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen mempersoalkan pemahaman dampak negatif *gadget* menjadi hal yang serius dan penting. Dari siswa kelas VIII yang berjumlah 180 siswa. terdapat sekitar 144 siswa atau 80 % siswa yang belum memahami dampak negatif dari *gadget*. Selain itu siswa yang pernah terkena razia karena kedatangan membawa handphone ada 28 siswa atau sekitar 16%. Dari hasil penelitian berupa konseling individu diperoleh informasi bahwa siswa kelas VIII ada yang tidak memahami dampak negatif *gadget* bahkan pernah melakukan penyalahgunaan dari *gadget*. Kenyataan di lapangan menunjukkan masih terdapat siswa yang kurang memahami dampak negatif *gadget*. Seperti yang terjadi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen yang beralamat di Jalan desa Sidomukti kecamatan Adimulyo kabupaten Kebumen. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru pembimbing dan salah satu siswa SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen

pada tanggal 21 Maret 2016 diperoleh informasi masih ada sejumlah siswa yang kurang memahami dampak negatif *gadget*. Guru BK merekomendasikan siswa kelas VIII sebagai sampel penelitian, dimana kelas tersebut paling banyak terdapat siswa yang kurang memahami dampak negatif *gadget*. Hal tersebut seperti disampaikan Drs. Sarmin Purwo Saputro selaku Koordinator Bimbingan Konseling SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen. Usaha yang pernah dilakukan oleh sekolah untuk membatasi penggunaan *gadget* bagi siswa sudah pernah dilakukan sebelumnya, diantaranya adalah melakukan razia di kelas pada saat tertentu oleh bidang kesiswaan di sekolah. Yang kedua sesuai dengan tata tertib sekolah, maka dilakukan pemanggilan orang tua oleh guru pembimbing dan pemberian hukuman bagi siswa yang kedapatan membawa handphone di sekolah.

Namun usaha-usaha tersebut diatas belum membuahkan hasil yang maksimal bagi siswa dalam memahami dampak negatif *gadget*, maka dilakukan upaya untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif penggunaan *gadget* dengan mengadakan bimbingan kelompok.

Sukardi (2003 : 48) mengemukakan bahwa layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber (terutama guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari sebagai individu maupun pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. Bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) terhadap individu melalui kelompok. (Tohirin,2007 : 170) Bimbingan kelompok merupakan suatu

kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, bekerja sama, memberikan tanggapan, saran dan sebagainya dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi yang bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal.

Bimbingan kelompok dapat dimanfaatkan oleh para siswa sebagai wadah untuk belajar mengeluarkan pendapat dan menambah wawasan pengetahuan. Siswa dapat belajar bagaimana memahami masalah-masalah yang dihadapi baik masalah siswa atau masalah yang sekarang sedang terjadi atau ramai dibicarakan. Dengan bimbingan kelompok, upaya untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget* terutama handphone dapat dilakukan. Bimbingan kelompok diperkirakan dapat digunakan sebagai salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling untuk diberikan kepada siswa dalam meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget* khususnya handphone.

Beberapa penelitian sebelumnya, menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dapat meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget*. Adapun penelitian tentang bimbingan kelompok yang pernah dilakukan sebelumnya adalah penelitian yang berjudul “ pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan pemahaman self control siswa kelas IX di SMP N 1 Wanasari Kabupaten Brebes Tahun Ajaran 2013/2016”, oleh Selvy Yuliantita (2015). Hal ini dapat dilihat dari tingkat pemahaman self-control yang dimiliki oleh siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok

(treatment) sebanyak delapan kali menunjukkan adanya perubahan. Tingkat pemahaman self-control yang dimiliki oleh subjek penelitian sebelum diberikan treatment termasuk dalam kriteria sedang dengan persentase 55%, setelah diberikan treatment mengalami perubahan menjadi 81% atau dalam kriteria tinggi.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “efektivitas bimbingan kelompok untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget*.”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget* ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dalam meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah untuk menambah khasanah keilmuan tentang efektivitas bimbingan kelompok dalam meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget*.

2. Manfaat Praktis

Manfaat yang diharapkan secara praktis dalam penelitian ini adalah dapat dijadikan sebagai salah satu rujukan guru pembimbing dalam meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget* khususnya pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pemahaman Dampak Negatif Gadget

1. Pengertian Pemahaman Dampak Negatif *Gadget*

Pemahaman merupakan kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu diketahui dan diingat. Dengan kata lain, memahami adalah mengetahui sesuatu dan dapat melihatnya dari berbagai segi. Pemahaman merupakan jenjang kemampuan berpikir yang setingkat lebih tinggi dari ingatan dan hafalan (Sudjiono, 1996: 50).

Bloom (dalam Hamalik, 2007: 78) menyatakan bahwa pemahaman termasuk dalam klasifikasi ranah kognitif tingkat 2 setelah pengetahuan. Pemahaman merupakan kemampuan untuk menangkap makna dan arti dari bahan yang dipelajari.

Pengertian pemahaman menurut Sudjiono dan Bloom tersebut dapat dipahami bahwa pemahaman adalah suatu kemampuan untuk mengerti dan memahami suatu hal yang sedang dipelajari. Indikator pemahaman yang dapat ditangkap dari kedua pengertian tersebut pada dasarnya sama, yaitu dengan memahami sesuatu berarti seseorang dapat mempertahankan, membedakan, menduga, menerangkan, menafsirkan, memerkirakan, menentukan, memperluas,

menyimpulkan, menganalisis, memberi contoh, menuliskan kembali, mengklasifikasikan, dan mengikhtisarkan.

2. Pengertian *Gadget*

Manusia yang hidup di jaman sekarang ini berada pada masa yang serba canggih, banyak informasi dari belahan dunia manapun bisa di akses dengan mudah hanya dengan alat atau barang elektronik yang mempunyai fungsi khusus. Semua usia dari orang dewasa hingga anak-anak mempunyai smartphone, hal ini berarti banyak siswa yang membawa *gadget* ke sekolah seiring dengan maraknya pengguna *gadget*. Sangat menguntungkan memang bisa melakukan aktivitas seperti *browsing-browsing* atau berselancar di dunia maya hanya dengan sebuah perangkat canggih yang bisa dengan mudah kita operasikan. Hal inipun berdampak pada masalah di sekolah, karena rasa ingin tahu remaja yang tinggi tak sedikit pelajar memanfaatkan gadget ke hal negatif.

Suryandrio (2013 : 23) mengatakan *gadget* dapat diartikan sebagai sebuah peralatan kecil yang memiliki teknologi terbaru.

Berdasarkan pengertian diatas dapat dipahami bahwa *gadget* merupakan suatu teknologi yang canggih dalam sebuah perangkat kecil yang selalu menciptakan inovasi dan mempermudah kegiatan manusia.

Risal (2011 : 4) mengatakan salah satu hal yang membedakan *gadget* dengan perangkat elektronik lainnya adalah unsur “kebaruan”. Berdasarkan penjelasan diatas dapat diartikan bahwa dari hari ke hari

gadget selalu muncul dengan menyajikan teknologi terbaru yang membuat hidup manusia menjadi lebih praktis. Namun kebiasaan menggunakan *gadget* mengharuskan anak berlama-lama berkontak mata di depan layar *gadget* yang tentu saja akan berdampak pada kesehatan matanya. Kedipan mata sangat penting untuk mengurangi resiko mata kering. Semakin lama mata terbuka, semakin tinggi kemungkinan kornea mata mengalami dehidrasi, merasa panas dan sakit atau seperti ada pasir dikelopak mata hingga terasa berat (Nurmaya,R.2009).

3. **Jenis-jenis *Gadget***

Dalam kehidupan sehari-hari tentunya kita melihat bermacam-macam jenis *gadget* yang hampir digunakan oleh semua kaum remaja, orang dewasa bahkan anak-anak. Karena tidak ingin disebut sebagai orang yang *gaptek*., kemanapun mereka pergi, selalu membawa *gadget*. Bahkan banyak anak-anak sekolah yang sering mengabaikan pelajaran karena mereka lebih memperhatikan dan memainkan *gadget*. Mubasiroh (2013 : 56) menyebutkan berbagai macam *gadget* yang diantaranya sebagai berikut :

a. Handphone

Handphone atau telepon genggam disebut pula perangkat telekomunikasi elektronik yang mempunyai kemampuan dasar yang sama dengan telepon konvensional saluran tetap.

b. Laptop

Laptop merupakan sebuah komputer yang dapat kita bawa ke mana saja sesuai dengan keinginan kita. Laptop merupakan hasil modifikasi sebuah komputer PC. Pada masa sekarang ini bentuk dan berbagai merk sudah di miliki oleh *gadget* yang satu ini. Bentuk yang ringan dan mempunyai banyak fungsi membuat orang tergiur membelinya. Beban yang dimiliki oleh laptop sesuai dengan bahan, spesifikasi, dan juga ukurannya. Berat laptop kurang lebih sekitar 1 – 6 kg.

c. Pemutar Media Player

Pemutar media player sering kita kenal dengan nama MP3 atau MP4. *Gadget* ini mempunyai manfaat untuk memutar musik dan video.

d. Tablet PC

Tablet PC sama seperti laptop, yaitu hasil modifikasi sebuah computer PC. Namun tablet PC ini lebih ringan dan lebih keren jika dibandingkan dengan laptop. Tablet PC adalah komputer portable dan banyak sekali kegunaan yang di miliki oleh tablet PC.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat dipahami bahwa *gadget*, merupakan teknologi modern yang memiliki berbagai macam bentuk dan ukuran, mulai dari ukuran kecil sampai dengan ukuran medium dengan berbagai macam fungsi yang disesuaikan dengan bentuk *gadget*.

4. **Manfaat Gadget.**

Gadget yang merupakan teknologi komunikasi, tentu memberikan manfaat yang dapat dirasakan oleh penggunanya. Banyak kemudahan yang diberikan oleh teknologi komunikasi ini yang menyangkut berbagai macam hal. Hampir setiap pengguna *gadget* akan merasakan manfaat penggunaan *gadget* secara langsung.

Suryandrio (2013 : 45) menyebutkan manfaat dalam penggunaan *gadget* sebagai berikut :

a. Memperlancar Komunikasi

Tujuan utama dari *gadget* adalah untuk memperlancar komunikasi dengan seseorang yang tidak berada di dekat kita, sehingga tidak membutuhkan waktu yang lama untuk menyampaikan pesan.

b. Mengakses Informasi

Pengguna *gadget* dapat dengan mudah mengakses informasi terkini yang dapat membantu aktivitasnya, sehingga seseorang cepat memperoleh informasi tanpa harus membuang banyak waktu.

c. Menambah wawasan

Wawasan yang bertambah merupakan manfaat *gadget* dari gabungan komunikasi yang lancar dan mudahnya informasi itu didapat. Kita tahu bahwa dengan komunikasi dan informasi merupakan salah satu unsur yang akan mempengaruhi bertambahnya wawasan.

d. Hiburan

Gadget juga bermanfaat untuk menghilangkan kepenatan kita setelah beraktivitas. Hiburan yang disajikan *gadget* dapat berupa musik, video, permainan, dan perangkat lunak multimedia yang lainnya, sehingga dapat menghibur kita.

e. Gaya Hidup

Memiliki sebuah *gadget* terkadang dapat menjadi sebuah gaya hidup. Hal ini dikarenakan ada sebagian orang yang memanfaatkan *gadget* untuk memperkuat rasa percaya diri dan status sosialnya.

Berdasarkan pendapat diatas dapat dipahami bahwa *gadget* juga memiliki fungsi yang memberikan dampak positif bagi penggunanya, baik dalam hal mempermudah komunikasi maupun mengakses informasi-informasi. Manfaat *gadget* dapat dirasakan jika pengguna mampu menggunakan *gadget* secara bijak.

5. **Dampak Penggunaan *Gadget***

a. Dampak positif *gadget*.

Seiring dengan perkembangan zaman, *gadget* dapat dinikmati oleh semua kalangan manusia, mulai dari anak kecil, remaja, dan orang tua. Cara pengoperasiannyapun begitu mudah sehingga semua orang dapat menggunakannya. Mereka beranggapan bahwa *gadget* sangat menguntungkan bagi mereka dan mempunyai banyak sekali manfaat. Rohmat (2009 : 120) *Gadget* memiliki beberapa kelebihan dibanding ponsel biasa , antara lain :

- 1) Mengirim dan menerima sebanyak-banyaknya surat elektronik (email) dengan satu harga dan sangat mudah.
 - 2) Dapat melakukan browsing dengan internet.
 - 3) Dapat menyimpan berbagai macam aplikasi yang sangat mempermudah pekerjaan penggunanya.
 - 4) Pemutar video dan audio paling lengkap dengan kualitas baik.
 - 5) Mampu menyimpan berbagai macam file karena memiliki memori yang cukup banyak.
- b. Dampak negatif *gadget*.

Menurut Badwilan (2004 : 33), dampak negatif penggunaan *gadget* terbagi pada aspek psikologis, sosial, dan kesehatan.

1) Aspek Psikologis

Banyaknya pesan melalui sms atau bbm yang berisi ajakan-ajakan yang bersifat rasisme atau menyimpang dapat mempengaruhi kondisi psikologis seseorang. Selain itu juga terdapat peredaran pesan teks, gambar, maupun video yang bersifat pornografi. Mudahnya akses keluar masuk pesan tersebut melalui *gadget* tentu berpotensi membawa dampak negatif bagi generasi sekarang. Indikator penyalahgunaan *gadget* dilihat dari aspek psikologis antara lain menyangkut bahaya dan dampak penyalahgunaan, usaha menghindari penyalahgunaan, pemanfaatan, prestasi dan emosi (E-Jurnal Dinas Pendidikan Kota Surabaya; Vol. 5).

2) Aspek Sosial

Salah satu hal yang sering terjadi adalah tindakan seseorang yang membiarkan *gadget* miliknya tetap dalam keadaan aktif sehingga menyebabkan munculnya suara dan mengganggu konsentrasi. Seperti ketika sedang rapat, di tempat-tempat ibadah, atau saat proses pembelajaran berlangsung. Pada aspek sosial, dapat diambil indikator penyalahgunaan *gadget* yakni pengaruh perilaku dalam belajar, peran orang tua, lingkungan sekolah, interaksi dengan teman satu kelas dan keaktifan mengikuti pembelajaran (E-Jurnal Dinas Pendidikan Kota Surabaya; Vol. 5).

3) Aspek Kesehatan

Gadget yang merupakan perangkat dengan unsur kekinian tentu menyebabkan seseorang mampu mengakses berbagai hal dengan mudah. Hal ini menyebabkan sebagian orang tanpa sadar menghabiskan berjam-jam waktunya untuk menggunakan *gadget* mereka. Penggunaan *gadget* yang berlebihan tentu akan mengganggu kesehatan penggunanya. Salah satu contohnya adalah ketika terlalu lama menggunakan *gadget*, mata akan terasa perih dan pusing karena terlalu lama tertuju pada layar *gadget*. Indikator penyalahgunaan *gadget* dari aspek kesehatan dapat dilihat dari perubahan kesehatan

fisik pengguna *gadget*. (E-Jurnal Dinas Pendidikan Kota Surabaya; Vol. 5).

Berdasarkan pendapat diatas dapat dipahami bahwa dampak dari penggunaan *gadget* dapat mengganggu psikologis seseorang, kehidupan sosial, bahkan kesehatan seseorang. Sehingga *gadget* akan memberikan pengaruh yang baik pada seseorang jika digunakan secara bijaksana..

Dari beberapa pengertian diatas , penulis dapat menyimpulkan bahwa pemahaman dampak negatif gadget adalah kemampuan mengetahui sesuatu tentang akibat atau pengaruh buruk *gadget* dari aspek psikologis, sosial, dan kesehatan.

B. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Willis (2004 : 13), bimbingan adalah proses bantuan terhadap individu yang membutuhkannya. Bantuan tersebut diberikan secara bertujuan, berencana, dan sistematis, tanpa paksaan melainkan atas dasar kesadaran individu tersebut sehubungan dengan masalahnya.

Kelompok adalah bukan suatu himpunan individu-individu yang karena satu atau alasan yang lain tergabung bersama, melainkan suatu satuan atau unit orang yang mempunyai tujuan yang ingin dicapai bersama, berinteraksi dan berkomunikasi secara intensif satu sama lain pada waktu berkumpul, saling tergantung dalam proses

bekerjasama dan mendapat kepuasan pribadi dari interaksi psikologis dengan seluruh anggota yang tergabung dalam satuan itu. (Winkel, 2006 : 548).

Bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) terhadap individu melalui kelompok. (Tohirin, 2007 : 170).

Sukardi (2003 : 48) mengemukakan bahwa layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber (terutama guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun pelajar, anggota keluarga dan masyarakat.

Anti dan Marjohan (1991 : 105) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok adalah bimbingan yang diberikan kepada sejumlah individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Berarti bahwa bimbingan kelompok sebagai bimbingan yang diberikan kepada individu yang mengalami masalah dan pelaksanaan menggunakan kelompok sebagai wadah untuk menyelenggarakan kegiatan bimbingan.

Berdasarkan pengertian bimbingan kelompok di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, bekerja sama, memberikan tanggapan, saran dan sebagainya dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi yang

bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Tohirin (2007 : 172) mengemukakan bahwa secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa). Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu para siswa yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok. Selain itu juga mengembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok melalui berbagai suasana yang muncul dalam kegiatan ini, baik suasana yang menyenangkan maupun yang menyedihkan.

Secara lebih khusus, bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal para siswa.

Secara khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk:

- a. Melatih siswa untuk berani dalam mengemukakan pendapat di hadapan teman-temannya.
- b. Melatih siswa dapat bersikap terbuka di dalam kelompok.

- c. Melatih siswa untuk dapat membina keakraban bersama teman teman dalam kelompok khususnya dan teman di luar kelompok pada umumnya.
- d. Melatih siswa untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok tersebut.
- e. Melatih siswa untuk dapat bersikap tenggang rasa atau toleransi dengan orang lain.
- f. Melatih siswa memperoleh keterampilan sosial.
- g. Membantu siswa mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.

Bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber (terutama guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. (Sukardi, 2003: 48).

Bimbingan kelompok merupakan media pengembangan diri untuk dapat berlatih berbicara, menanggapi, memberi menerima pendapat orang lain, membina sikap dan perilaku yang normatif serta aspek-aspek positif lainnya yang pada gilirannya individu dapat mengembangkan potensi diri serta dapat meningkatkan perilaku komunikasi antarpribadi yang dimiliki.

3. Fungsi Bimbingan Kelompok

Terdapat empat fungsi bimbingan kelompok (depdiknas, 2001 : 3), yaitu

a. Fungsi pencegahan

Fungsi pencegahan yaitu untuk mencegah timbulnya masalah yang berkaitan dengan penyalahgunaan *gadget* yang dapat menghambat proses perkembangan siswa.

b. Fungsi pemahaman

Fungsi pemahaman yaitu bimbingan kelompok yang akan menghasilkan pemahaman tentang dampak negatif *gadget*.

c. Fungsi perbaikan

Fungsi perbaikan ditujukan bagi siswa yang menghadapi masalah khusus. Dalam fungsi perbaikan ini, guru pembimbing berusaha untuk memecahkan atau mengatasi berbagai masalah yang dialami siswa.

d. Fungsi pemeliharaan dan pengembangan

Fungsi ini akan menghasilkan terpelihara dan berkembangnya berbagai potensi dan kondisi positif siswa dalam rangka perkembangan fisik, mental, dan sosial secara sehat, mantap, dan berkelanjutan.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa ada empat fungsi dalam bimbingan kelompok untuk mencegah penyalahgunaan *gadget*, yaitu pencegahan dalam hal ini mencegah

timbulnya masalah yang berkaitan dengan penyalahgunaan *gadget*, fungsi pemahaman tentang berbagai dampak negatif *gadget*, fungsi perbaikan yaitu membantu permasalahan siswa yang berkaitan dengan penyalahgunaan *gadget*, dan fungsi pemeliharaan yaitu memelihara dan mengembangkan berbagai kondisi positif siswa menuju tercapainya kesehatan fisik, mental, dan sosial yang berkelanjutan.

4. Isi Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok membahas materi atau topik-topik umum baik topik bebas maupun topik tugas. Maksud topik bebas adalah suatu topik atau pokok bahasan yang dikemukakan secara bebas oleh anggota kelompok. Sedangkan topik tugas adalah topik atau pokok bahasan yang diberikan oleh pembimbing (pimpinan kelompok) kepada kelompok untuk dibahas. Secara bergiliran anggota kelompok mengemukakan topik secara bebas, selanjutnya dipilih topik mana yang akan dibahas terlebih dahulu. (Tohirin, 2007 : 172)

Topik-topik yang dibahas dalam bimbingan kelompok baik topik tugas maupun topik bebas dapat mencakup bidang-bidang pengembangan, kepribadian, hubungan sosial, pendidikan, karir, kehidupan berkeluarga, kehidupan beragama dan lain sebagainya.

Topik yang dibahas dalam penelitian ini adalah topik tugas yaitu topik yang dibahas dalam pelaksanaan bimbingan kelompok ditentukan dan diberikan oleh pimpinan kelompok, dalam hal ini

dilakukan guna mengingat keterbatasan waktu penelitian yang relatif singkat sehingga cara tersebut ditempuh agar pelaksanaan bimbingan kelompok lebih efektif dan efisien.

5. Komponen Bimbingan Kelompok

Prayitno (2004: 4) menjelaskan bahwa dalam bimbingan kelompok berperan dua pihak, yaitu pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

a. Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Sebagaimana untuk jenis layanan konseling lainnya, konselor memiliki ketrampilan khusus menyelenggarakan bimbingan kelompok. Secara khusus, pemimpin kelompok diwajibkan menghidupkan dinamika kelompok diantara semua peserta seintensif mungkin yang mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dan khusus bimbingan kelompok

b. Anggota Kelompok

Tidak semua kumpulan orang atau individu dapat dijadikan anggota bimbingan kelompok. Untuk terselenggaranya bimbingan kelompok seorang konselor perlu membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan sebagaimana tersebut diatas. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok), dan homogenitas atau heterogenitas anggota kelompok dapat

mempengaruhi kinerja kelompok. Sebaiknya jumlah anggota kelompok tidak terlalu besar dan juga tidak terlalu kecil. Kekurangefektivan kelompok akan mulai terasa jika jumlah anggota kelompok melebihi 15 orang. Pemilihan anggota sangatlah penting agar pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan lancar. Peranan anggota sangat menentukan kesuksesan layanan bimbingan kelompok.

6. Peranan Pemimpin kelompok dan anggota kelompok

Dinamika kelompok yang tercipta dalam proses bimbingan kelompok menggambarkan hidupnya suatu kegiatan kelompok. Hangatnya suasana atau kakunya komunikasi yang terjadi juga tergantung pada peranan pemimpin kelompok. Oleh karena itu pemimpin kelompok memiliki peran penting dalam rangka membawa anggotanya menuju suasana yang mendukung tercapainya tujuan bimbingan kelompok. Sebagaimana yang dikemukakan Hartinah (2009 : 125) bahwa peranan pemimpin kelompok :

- a. Pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan, pengarahan ataupun campur tangan langsung terhadap kegiatan kelompok. Campur tangan meliputi hal-hal yang bersifat isi dari yang dibicarakan dan proses kegiatan itu sendiri.
- b. Pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana yang berkembang dalam kelompok itu baik perasaan anggota-anggota

tertentu maupun keseluruhan kelompok. Pemimpin kelompok dapat menanyakan suasana perasaan yang dialami.

- c. Jika kelompok itu tampaknya kurang menjurus kearah yang dimaksudkan, pemimpin kelompok perlu memberikan arah yang dimaksudkan kepada anggotanya.
- d. Pemimpin kelompok juga perlu memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok.
- e. Pemimpin kelompok juga diharapkan mampu mengatur lalu lintas kegiatan kelompok sebagai pemegang aturan permainan (menjadi pendamai, pendorong kerjasama dan kebersamaan).
- f. Selain itu, pemimpin kelompok harus bertindak sebagai penjaga agar apapun yang terjadi didalam kelompok tidak merusak ataupun menyakiti satu orang atau lebih anggota kelompok sehingga dia atau mereka menderita karenanya. Sifat kerahasiaan dari kegiatan kelompok tersebut dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul didalamnya juga menjadi tanggung jawab pemimpin kelompok.

Kegiatan bimbingan kelompok sebagian besar juga didasarkan atas peranan para anggotanya. Peranan kelompok tidak akan terwujud tanpa keikutsertaan secara aktif para anggota kelompok tersebut. Karena dapat dikatakan bahwa anggota kelompok merupakan badan dan jiwa kelompok tersebut. Hartinah

(2009 : 89) mengemukakan peranan yang dimainkan para anggota kelompok adalah :

- a. Membantu terbinanya suasana keakraban kelompok.
- b. Mencerahkan segenap perasaan saat melibatkan diri dalam kegiatan kelompok tersebut.
- c. Berusaha agar yang dilakukannya tersebut membantu tercapainya tujuan bersama.
- d. Membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhinya dengan baik.
- e. Benar-benar berusaha untuk secara aktif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok.
- f. Mampu berkomunikasi secara terbuka.
- g. Berusaha membantu anggota lainnya.
- h. Memberi kesempatan kepada anggota lain untuk ikut menjelaskan peranannya dalam kelompok.
- i. Menyadari pentingnya kelompok itu.

7. Jenis-jenis bimbingan kelompok

Menurut Prayitno (1995:25) dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok dikenal dua jenis, yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas, adapun uraiannya sebagai berikut:

a. Bimbingan kelompok tugas

Dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok tugas ini arti dan isi kegiatannya tidak ditentukan oleh anggota kelompok

melainkan diartikan sebagai penyelesaian suatu tugas. Tugas yang dikerjakan kelompok itu berasal dari pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok mengemukakan suatu tugas untuk selanjutnya dibahas dan diselenggarakan oleh anggota kelompok.

b. Bimbingan kelompok bebas

Dalam kegiatannya para anggota bebas mengemukakan segala pikiran dan perasaan dalam kelompok. Selanjutnya apa yang disampaikan mereka dalam kelompok itulah yang menjadi pokok bahasan kelompok.

Jenis bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok tugas dengan topik penyalahgunaan *gadget* yang ditentukan oleh pemimpin kelompok.

8. Tahap-tahap Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok berlangsung melalui empat tahap. Hartinah (2009 : 132) tahap-tahap bimbingan kelompok adalah sebagai berikut :

a. Tahap pembentukan

Tahap ini merupakan merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan ataupun harapan-harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing,

sebagian, maupun seluruh anggota. Pemimpin kelompok menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok mengadakan permainan untuk mengakrabkan masing-masing anggota sehingga menunjukkan sikap hangat, tulus dan penuh empati.

b. Tahap Peralihan

Sebelum melangkah lebih lanjut ke tahap kegiatan kelompok yang sebenarnya, pemimpin kelompok menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada kegiatan lebih lanjut dalam kegiatan kelompok. Pemimpin kelompok menjelaskan peranan anggota kelompok dalam kegiatan, kemudian menawarkan atau mengamati apakah anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya. Dalam tahap ini pemimpin kelompok mampu menerima suasana yang ada dengan terbuka dan sabar.

Tahap kedua merupakan “jembatan” antara tahap pertama dan tahap ketiga. Dalam hal ini pemimpin kelompok, membawa para anggota meniti jembatan tersebut dengan selamat. Bila perlu beberapa hal pokok yang telah diuraikan pada tahap pertama seperti tujuan dan asas-asas kegiatan kelompok ditegaskan dan dimantapkan kembali, sehingga anggota kelompok telah siap untuk melaksanakan tahap bimbingan kelompok selanjutnya.

c. Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan kehidupan yang sebenarnya dari kelompok. Namun kelangsungan kegiatan kelompok pada tahap ini amat tergantung pada hasil tahap sebelumnya. Jika dua tahap sebelumnya berhasil dengan baik, maka tahap ketiga akan berjalan dengan lancar. Pemimpin kelompok dapat lebih santai dan membiarkan para anggota sendiri yang melakukan kegiatan tanpa banyak campur tangan dari pemimpin kelompok. Tahap kegiatan merupakan tahap inti dimana masing-masing anggota kelompok saling berinteraksi memberikan tanggapan dan lain sebagainya yang menunjukkan hidupnya kegiatan bimbingan kelompok yang pada akhirnya membawa kearah bimbingan kelompok sesuai tujuan yang diharapkan.

d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini merupakan tahap berhentinya kegiatan, tahap ini terdapat dua kegiatan yaitu penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (follow up). Dalam pengakhiran ini terdapat kesepakatan kelompok apakah kelompok akan melanjutkan kegiatan dan bertemu kembali serta berapa kali kelompok itu bertemu. Dengan kata lain kelompok yang menetapkan sendiri kapan kelompok itu akan berhenti atau melakukan kegiatan. Ada beberapa hal yang dilakukan pada tahap ini, yaitu:

1. Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri

2. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil dari kegiatan.
3. Membahas kegiatan lanjutan.
4. Mengemukakan pesan dan harapan.

Dalam penelitian ini yang dimaksud *gadget* adalah *hand phone*, dimana sebagian besar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen membawa salah satu dari bermacam-macam *gadget*, yaitu *hand phone*. Beberapa siswa yang membawa *hand phone* ke sekolah belum banyak yang mempunyai pemahaman akan manfaat dan dampak negatif dari *gadget* tersebut, oleh karena itu perlu dilakukan bimbingan kelompok untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget*.

C. Efektivitas Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Pemahaman Dampak Negatif *Gadget*

Gadget merupakan suatu teknologi yang canggih dalam sebuah perangkat kecil yang selalu menciptakan inovasi dan mempermudah kegiatan manusia. Sesungguhnya *gadget*, dalam hal ini *hand phone* sangat penting bagi para remaja, termasuk siswa terutama untuk mempermudah mereka dalam berkomunikasi dan menambah pengetahuan. Di dalam *gadget* atau *hand phone*, mereka bisa dengan mudah mengakses pengetahuan dan berbagai macam hal, baik itu untuk belajar hal baru, mengetahui informasi-informasi terbaru, maupun menghubungkan kita dengan teman-teman di berbagai tempat. Dengan makin luasnya jaringan internet sekarang, menggunakan *gadget* di telepon genggam ataupun komputer rasanya begitu mudah.

Akan tetapi, *gadget* dapat menjadi barang yang sangat berbahaya jika salah dalam penggunaannya. Akibatnya banyak terjadi kasus pelecehan hingga kriminalitas yang disebabkan karena pemanfaatan *gadget* yang tidak sebagaimana mestinya. Pengguna *gadget* sudah seharusnya memiliki kesadaran bukan hanya karena memiliki *gadget* nya, tetapi juga harus mempunyai rasa tanggung jawab dalam menggunakannya. Oleh karena itu, dibutuhkan pendidikan dan pendampingan bagi para remaja pengguna *gadget*.

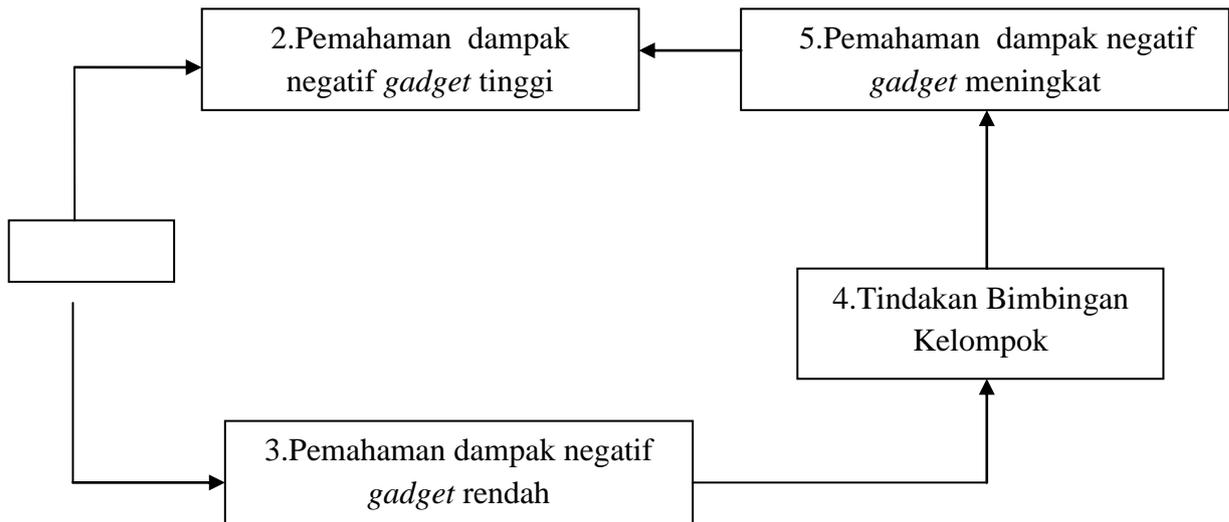
Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktifitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial (Tohirin, 2007 : 163)

Bimbingan kelompok ,memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber, terutama guru pembimbing yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari sebagai individu maupun sebagai siswa, anggota keluarga dan masyarakat. (Sukardi, 2001 :3)

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok efektif diberikan kepada siswa yang masih rendah dalam memahami dampak negatif *gadget* melalui dinamika kelompok sehingga dapat meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget*.

D. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir dalam penelitian ini adalah seperti yang tergambar dalam bagan berikut .



Gambar 1

Kerangka Berpikir

Keterangan :

1. Siswa yang dimaksud dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen Tahun Pelajaran 2016/2017
2. Pemahaman siswa terhadap dampak negatif *gadget* tinggi
3. Pemahaman siswa terhadap dampak negatif *gadget* rendah
4. Tindakan bimbingan kelompok bagi siswa yang pemahaman dampak negatif *gadget* rendah
5. Setelah diberikan tindakan bimbingan kelompok pemahaman dampak negatif *gadget* meningkat.

E. Hipotesis Penelitian

Menurut Sutrisno Hadi (dalam Arikunto, 2006 :71) Hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul.

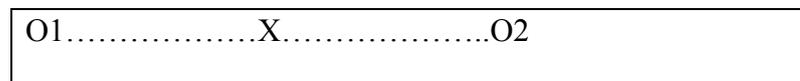
Hipotesis dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget* bagi siswa.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian Pra-Eksperimen (pre-experimental design) yaitu One group Pretest and Posttest. One Group Pretes and Posttest merupakan desain penelitian yang hanya menggunakan satu kelompok objek penelitian, namun pengukuran/observasi dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Desain penelitian ini dapat digambarkan dalam bentuk skema sebagai berikut :



Gambar 2

One Group Pretes-Posttes Design (Suryabrata, 2003 : 39)

Keterangan :

O1 : pengukuran sebelum perlakuan (*pre test*)

X : perlakuan (penerapan bimbingan kelompok)

O2 : pengukuran sesudah perlakuan (*post test*)

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Ada dua variabel yang dilibatkan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Variabel yang memberi pengaruh disebut variabel bebas/variabel independent (X). Pada penelitian ini sebagai variabel bebas adalah Layanan Bimbingan Kelompok.

2. Variabel yang dipengaruhi disebut variabel terikat/ variabel dependent (Y). Pada penelitian ini sebagai variabel terikat adalah pemahaman dampak negatif *gadget*.

C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik variabel tersebut. Definisi operasional dari variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bimbingan kelompok

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, bekerja sama, memberikan tanggapan, saran dan sebagainya dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi yang bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal.

2. Pemahaman dampak negatif *gadget*.

Pemahaman dampak negatif *gadget* adalah kemampuan mengetahui sesuatu tentang akibat atau pengaruh buruk *gadget* dari aspek psikologis, sosial, dan kesehatan.

D. Subyek Penelitian

Subyek penelitian merupakan individu yang menjadi sasaran penelitian. Hal-hal yang berhubungan dengan subyek penelitian adalah sebagai berikut:

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2005:55) bahwa yang dimaksud dengan populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen..

2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2005:56) bahwa yang dimaksud dengan sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dalam penelitian ini sampelnya sebagian dari siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen.

Penentuan jumlah unit percobaan peneliti menggunakan pendapat Sugiyono (2002:58), bahwa bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Jadi dalam penelitian ini tidak menggunakan semua siswa sebagai sampel karena jika semua diberi perlakuan yang sama, maka hal itu tidak akan efektif

3. Sampling

Sampling adalah proses memilih sebagian (sampel) dari kelompok besar (populasi), untuk menjadi dasar memperkirakan (estimasi), situasi atau outcome yang ada di populasi tersebut. Untuk menentukan sampel dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang

digunakan. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan tujuan atau karakteristik yang telah ditentukan. Karakteristik yang dimaksud adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen yang memiliki pemahaman tentang dampak negatif *gadget* rendah berdasarkan pengamatan Guru BK dan pengukuran kuesioner pemahaman tentang dampak negatif *gadget*.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah suatu cara yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket.

Angket dalam penelitian ini merupakan pengumpul data yang utama. Angket pemahaman dampak negatif *gadget* dikembangkan oleh peneliti sehingga harus diujicobakan untuk dapat digunakan. Angket ini menggunakan model skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), kurang setuju (KS), dan tidak setuju (TS), dengan penelitian sebagai berikut :

Tabel 1
Penilaian skor Angket Dampak Negatif *Gadget*

Jawaban	Skor	
	Positif	Negatif
A. Sangat Setuju (SS)	4	1
B. Setuju (S)	3	2
C. Kurang Setuju (KS)	2	3
D. Tidak Setuju (TS)	1	4

Pada item pernyataan positif, ketika pilihan SS sering dipilih oleh responden pada item angket tersebut, maka pada item pernyataan tersebut responden mendapat skor 4, sebaliknya bila pilihan SS dipilih responden pada item angket yang merupakan pernyataan negatif maka responden akan memperoleh skor 1 pada item angket tersebut. Untuk pilihan S, KS dan TS juga berlaku hal yang sama sebagaimana terdapat dalam tabel. Penskoran angket dilakukan pada tiap item angket, kemudian skor tiap item angket pada masing-masing responden dijumlahkan.

Instrumen penelitian merupakan alat ukur dalam penelitian yang digunakan untuk mengukur atau mengungkap gambaran terhadap suatu fenomena baik alam maupun sosial. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah angket pemahaman dampak negatif gadget, instrumen ini digunakan untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dalam meningkatkan pemahaman dampak negatif gadget di SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen. Aspek-aspek yang akan diukur dalam penelitian ini merupakan hal-hal yang berkaitan dengan perilaku *pemahaman dampak negatif gadget*. Untuk lebih mempermudah penjelasan, maka aspek aspek tersebut akan diuraikan dalam tabel kisi-kisi angket (terlampir)

F. Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian yang diencanakan ini dapat dibagi dalam beberapa tahapan :

1. Pengajuan Judul Penelitian

Pengajuan judul penelitian diajukan kepada kepala program studi bimbingan konseling pada bulan November 2015

2. Pengajuan Proposal Penelitian Penelitian

Peneliti mengajukan proposal penelitian pembimbing pada bulan Januari 2016

3. Pengajuan Kerjasama

Peneliti mengajukan kerjasama surat ijin penelitian di SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen pada Oktober 2016 – Desember 2016. Penelitian dilaksanakan kurang lebih selama 3 bulan dengan pelaksanaan try out, pre test, treatmen, dan kemudian post test.

4. Penyusunan Instrumen Penelitian

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket pemahaman dampak negatif *gadget*. Adapun kisi-kisi pengembangan instrument pemahaman dampak negatif *gadget* terlampir.

5. Try Out Instrumen

Pelaksanaan try out angket pemahaman dampak negatif *gadget* dilakukan untuk mengetahui valid tidaknya instrument yang

digunakan dalam penelitian ini. Try out dilaksanakan pada tanggal 10 Oktober 2016 dengan siswa yang hadir 28 siswa. Angket yang digunakan berisi 73 item pernyataan.

6. Uji Validitas Instrumen

Pengujian kualitas data dilakukan dengan uji validitas dan uji reliabilitas data. Data analisis butir item pernyataan menggunakan bantuan program *SPSS 16.00 for windows*. Jumlah item pada kuesioner adalah 73 item pernyataan dengan N jumlah 28 (jumlah sampel *try out*). Kriteria item yang dinyatakan valid sah adalah item dengan nilai r hitung lebih dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5%. dengan r_{tabel} 0,423. Berdasarkan hasil *try out* angket pemahaman dampak negatif *gadget* yang terdiri dari 73 item pernyataan, diperoleh 58 item pernyataan valid dan 15 item pernyataan dinyatakan gugur. Hasil uji validitas instrumen disajikan dalam tabel dibawah ini :

Tabel 2
Uji validitas instrumen

No Item	r-tabel	r-hasil	Keterangan	No Item	r-tabel	r-hasil	Keterangan
1	0,423	,824	Valid	38	0,423	,709	Valid
2	0,423	,738	Valid	39	0,423	,824	Valid
3	0,423	,709	Valid	40	0,423	,338	Gugur
4	0,423	,824	Valid	41	0,423	,372	Gugur
5	0,423	,747	Valid	42	0,423	,757	Valid
6	0,423	,720	Valid	43	0,423	,824	Valid
7	0,423	,284	Gugur	44	0,423	,738	Valid
8	0,423	,284	Gugur	45	0,423	,709	Valid
9	0,423	,747	Valid	46	0,423	,824	Valid
10	0,423	,709	Valid	47	0,423	,747	Valid
11	0,423	,824	Valid	48	0,423	,720	Valid

12	0,423	,738	Valid	49	0,423	,784	Valid
13	0,423	,720	Valid	50	0,423	,824	Valid
14	0,423	,375	Gugur	51	0,423	,747	Valid
15	0,423	,824	Valid	52	0,423	,709	Valid
16	0,423	,738	Valid	53	0,423	,264	Gugur
17	0,423	,709	Valid	54	0,423	,738	Valid
18	0,423	,824	Valid	55	0,423	,720	Valid
19	0,423	,747	Valid	56	0,423	,757	Valid
20	0,423	,720	Valid	57	0,423	,824	Valid
21	0,423	,284	Gugur	58	0,423	,738	Valid
22	0,423	,824	Valid	59	0,423	,709	Valid
23	0,423	,747	Valid	60	0,423	,824	Valid
24	0,423	,709	Valid	61	0,423	,747	Valid
25	0,423	,824	Valid	62	0,423	,278	Gugur
26	0,423	,373	Gugur	63	0,423	,784	Valid
27	0,423	,272	Gugur	64	0,423	,824	Valid
28	0,423	,757	Valid	65	0,423	,747	Valid
29	0,423	,824	Valid	66	0,423	,709	Valid
30	0,423	,338	Gugur	67	0,423	,824	Valid
31	0,423	,709	Valid	68	0,423	,738	Valid
32	0,423	,282	Gugur	69	0,423	,287	Gugur
33	0,423	,348	Gugur	70	0,423	,757	Valid
34	0,423	,720	Gugur	71	0,423	,738	Valid
35	0,423	,784	Valid	72	0,423	,720	Valid
36	0,423	,824	Valid	73	0,423	,871	Valid
37	0,423	,747	Valid				

7. Uji Reabilitas Instrumen

Uji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan *alpha cronbach* dengan bantuan *program SPSS 16.00 for windows*.

Instrumen penelitian ini dikatakan reliable apabila berdasarkan hasil analisis item memperoleh nilai *alpha* lebih dari rtabel pada taraf signifikan 5% dengan N 28 siswa. Berdasarkan hasil perhitungan uji reliabilitas dengan menggunakan *program SPSS 16.00 for*

windows, diperoleh koefisien *alpha* sebesar 0,704. Karena hasil koefisien *alpha* lebih besar dari rtabel ($0,704 > 0,423$), sehingga item dalam angket tersebut dinyatakan reliabel dan dapat digunakan. Berikut adalah tabel yang menunjukkan nilai *alpha* :

Tabel 3
Hasil Uji Reliabilitas Instrumen
Scale: ALL VARIABLES

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,704	,850	73

8. Pelaksanaan *Pre test*

- a. Pelaksanaan *pre test* angket perilaku *bullying* dilaksanakan pada tanggal 10 Oktober 2016.
- b. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan *pre test* yang akan dilaksanakan pada kelas VIII SMP Negeri 1 Adimulyo Kebumen.
- c. Peneliti membagi angket pemahaman dampak negatif *gadget* kepada 28 siswa dan kemudian menganalisis hasil *pre test*.

9. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

- a. Membuat kesepakatan waktu untuk melakukan bimbingan kelompok dengan 28 anggota kelompok
- b. Melakukan bimbingan kelompok kepada 28 siswa sampel penelitian yang dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan dengan

menyusun satuan layanan.

- c. Membuat laporan hasil kegiatan bimbingan kelompok dengan mengamati pemahaman siswa dengan memberikan beberapa pertanyaan dan pembahasan kembali apa yang telah dilakukan selama bimbingan.

10. Pelaksanaan *Post test*

- a. Pelaksanaan *Pos tes* dilaksanakan pada tanggal 21 November 2016 Tujuannya agar dapat digunakan untuk membandingkan hasil *pre test* dan *post test* sehingga akan diketahui seberapa jauh efektivitas bimbingan kelompok yang telah diberikan.
- b. Penelitian menjelaskan maksud dan tujuan *post test* yang akan dilaksanakan pada siswa.
- c. Peneliti menganalisis hasil *post test* dan memberikan hasil interpretasi pada analisis tersebut, apakah terjadi peningkatan pemahaman dampak negatif *gadget* atau tidak.

G. Teknik analisis data

Analisis data yaitu cara mengolah data yang sudah diperoleh dari hasil penelitian untuk menuju kearah kesimpulan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pemberian bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget*. Keefektifan tersebut diketahui melalui perbedaan hasil analisis skor kuesioner pemahaman dampak negatif *gadget* sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok.

Metode analisis data pada penelitian ini menggunakan *paired sampel t-test* yakni pengujian yang dilakukan terhadap sampel yang berpasangan.

Alasan menggunakan rumus *t-test* yaitu :

1. Penelitian ini mencari perbedaan mean dari populasi sebelum dan sesudah diberi treatment bimbingan kelompok.
2. Teknik analisis ini langkahnya paling pendek untuk mengetes hipotesis, yaitu untuk menentukan ada tidaknya perubahan pemahaman dampak negatif gadget antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok.

Kriteria pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh pada tingkat signifikansi 5%. Artinya hipotesis dapat diterima jika nilai probabilitas (nilai p) kurang dari 0.05.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kesimpulan Teori

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok, yaitu adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, bekerjasama, memberikan tanggapan, saran dan sebagainya dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi yang bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal.

Pemahaman dampak negatif *gadget* adalah kemampuan mengetahui sesuatu tentang akibat atau pengaruh buruk *gadget* dari aspek psikologis, sosial, dan kesehatan.

Bimbingan kelompok efektif diberikan kepada siswa yang masih rendah dalam memahami dampak negatif *gadget* melalui dinamika kelompok sehingga dapat meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget*.

2. Kesimpulan Hasil

Berdasarkan keseluruhan yang telah dipaparkan pada bab IV, maka dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan kelompok berpengaruh positif terhadap peningkatan pemahaman dampak negatif *gadget*.

Ini artinya hipotesis yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget* bagi siswa dapat diterima.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi guru pembimbing

Ketika menemukan beberapa siswa yang memiliki pemahaman dampak negatif *gadget* rendah maka guru pembimbing dapat menerapkan bimbingan kelompok sebagai upaya untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif *gadget* pada siswa. Agar perilaku tersebut tidak akan terulang dimasa depan, sehingga dapat menunjang proses belajar mengajar agar bisa berjalan dengan lancar dan baik.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Berdasarkan kelemahan atau keterbatasan penelitian yang di alami oleh pihak peneliti, maka saya menyarankan bahwa ketika kita akan melakukan penelitian, kita harus benar-benar mempersiapkan mental, waktu, tenaga dan biaya didalam menghadapi situasi yang mungkin tidak seperti yang diharapkan oleh peneliti. Karena apapun yang akan terjadi dikemudian hari kita tidak akan pernah tahu dan hal

yang paling tepat untuk mengantisipasi adalah dengan mempersiapkan diri kita sejak dari awal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A . 2007. Psikologi Komunikasi. Jakarta : Rineka Cipta. Amrizal, 2010. Penyakit Akibat Dari Sering Menggunakan Komputer. <http://www.allaboutvision.com/cvs/irritated.htm>.
- Arikunto,S 2005. Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. Gramedia, Jakarta.
- Arikunto.S 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Cavalera, G. 2013. Jenis-Jenis Gadget yang Ada Di Indonesia. <http://linogadget.blogspot.com/..//disclaimer.ht..>
- Depkes RI. 2009. Penanggulangan Gangguan Penglihatan dan Kebutaan (PGPK). Jakarta.
- Hartinah Sitti, Konsep Dasar Bimbingan Kelompok 2009, Bandung:P.T Reflika Aditama
- Ketut Sukardi, Dewa. 2002. *Bimbingan dan Konseling di sekolah*. Jakarta : Rineka Cipta
- Kusuma, Yuliandi dan D. Ardhy Artanto. (2011). *Internet untuk Anak Tercinta*. Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Indonesia
- Maharani, D. 2011. Pengaruh Kebiasaan Anak Dalam Menggunakan Handphone Terhadap Kesehatan Mata. KTL : SMA Negeri 1 Jember.
- Mubasiroh, 2013. "*Gadget, Penggunaan dan Dampak pada Anak-Anak*
." <http://jurnalilmiahtp2013.blogspot.co.id/2013/12/> (29 Desember 2013)
- Noegroho, Agoeng. (2010). *Teknologi Komunikasi*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Nurihsan, Achmad Juntika. 2009. *Bimbingan dan Konseling dalam berbagai latar kehidupan*. Bandung : Refika Aditama
- Nurmaya, R. 2011. Hubungan intensitas penerangan dan lama paparan cahaya layar gadget dengan kelelahan mata dikelurahan x. Surakarta : Universitas sebelas maret.
- Oemar Hamalik. (2007). *Kurikulum dan Pembelajaran*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Prayitno dan Amti Erman. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Rineka Cipta

- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan & Konseling Kelompok (Dasar & Profesi)*. Jakarta : Ghalia Indonesia
- Prayitno,Dkk.2015.Pembelajaran melalui pelayanan BK di Satuan Pendidikan.Jakarta : Paramitra Publishing.
- Purwanto, Edy. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Fakultas Ilmu Pendidikan, Semarang : Universitas Negeri Semarang
- Putra, Nusa. (2011). *Research & Development*. Penelitian Dan Pengembangan Suatu Pengantar. Jakarta: Rajawali Pers.
- Seniati, Yulianto Dan Setiadi. (2014). *Psikologi Eksperimen*. Jakarta : PT. Indeks. Cetakan Ketujuh.
- Rizal. 2013. Tips Menjaga Kesehatan Mata. <http://www.infonakke.com/2013/04/tips-menjaga-kesehatan-mata>.
- Sugiyono.(2011). *Manajemen Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Pedoman Teoritis Dan Praktis Bagi Konselor Sekolah. Semarang: Widya Karya.
- Sugiyono.(2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sutoyo, Anwar. (2014). *Pemahaman Individu*. Observasi, Cheklist, Interviu, Kuesioner, Sosiometri. Edisi Revisi. Cetakan I. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Subitha, M. 2013. *Pengaruh Gadget Terhadap Kesehatan Mata*. Jakarta : Universitas Guna Dharma.
- Sukardi. D. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Program Bk Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukardi. 2003. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara
- Teguh Arifiyadi,Josua Sitompul ,dkk.2015. *Gadgetmu,Harimaumu*.Jakarta :Literati
- Tohirin, 2007. *Bimbingan dan Konseling di sekolah madrasah*. Jakarta : Rajagrafindo Persada.
- Trihendradi, Cornelius. 2004. *Memecahkan Kasus Statistik Deskriptif, Parametrik dan Non Parametrik dengan SPSS 12*. Yogyakarta: Andi.
- Winkel, W.S dan Hastuti, Sri. 2006. *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta : Media Abadi

- Winoto,H. 2013. Dampak Penyalahgunaan Teknologi Komunikasi Gadget Pada Anak dan Remaja. <http://komunikasi.us/index.php/course/1789-contohriset-teknologi-dan-komunikasi>.
- Walgito, B. 2008. Bimbingan dan Konseling. Yogyakarta : Universitas Gajah Mada.
- Woolfolk, Anita. (2009). *Educational Psychology Active Learning Edition*. Tenth Edition. Cetakan I. Yogyakarta :Pustaka Pelajar
- Young Kimberly S. (2004). *Internet Addiction A New Clinical Phenomenon and Its Consequences*. Journal St. Bonaventure University Center for OnlineAddiction American Behavioral Scientist, Vol. 48 No. 4.
- Young, K. S., de Abreu, C. N. (2011). *Internet Addiction A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. USA: John Wiley & Sons, Inc.