

ABSTRAK

Tegar Lutfian Budi, NIM 17306163004, Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Untuk Mencegah Kecanduan *Smartphone* Pada Remaja SMK Veteran 1 Tulungagung. Skripsi, Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Program Sarjana Institut Agama Islam Negeri Tulungagung, Pembimbing Mirna Wahyu Agustina, M.Psi.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Teknik Diskusi, Kecanduan *Smartphone*, Remaja.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja. Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan kuasi eksperimen dengan desain *non equivalent control group design pre-test posttest one group design*. Subyek dalam penelitian ini berjumlah 12 orang remaja yang memiliki tingkat kecanduan *smartphone* tinggi, dengan pembagian 6 remaja sebagai kelompok eksperimen dan 6 remaja sebagai kelompok kontrol.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah layanan bimbingan kelompok teknik diskusi efektif untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja di SMK Veteran 1 Tulungagung.

Pengukuran kecanduan *smartphone* menggunakan uji Independent Sampel T-test, hasil yang didapatkan yaitu nilai t_{hitung} sebesar 17,906 > t_{tabel} sebesar 2.228 dengan sig.2 sebesar 0,00 < 0,05, serta diketahui nilai mean kelompok eksperimen sebesar 63,33 lebih rendah dari pada kelompok kontrol yang memiliki nilai sebesar 112,33. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada penurunan tingkat kecanduan *smartphone* pada kelompok eksperimen. Adapun dari hasil perhitungan menggunakan uji N-Gain Score diketahui bahwa nilai N-Gain Score untuk kelompok eksperimen 376,46% termasuk dalam kategori efektif. Sedangkan untuk rata-rata N-Gain Score pada kelompok kontrol adalah sebesar 10,97% termasuk dalam kategori kurang efektif.

Berdasarkan temuan penelitian, nilai rata-rata kelompok eksperimen yang diberikan *treatment* lebih tinggi dari pada nilai rata-rata kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment*. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik diskusi efektif untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja di SMK Veteran 1 Tulungagung.

ABSTRACT

Tegar Lutfian Budi, NIM 17306163004, Effectiveness of Guidance Discussion Technique Group To Prevent *Smartphone* Addiction In Smk Veteran 1 Tulungagung Teens. Thesis, Guidance of Islamic Counseling, Faculty of Ushuluddin, Adab, and Da'wah, Undergraduate Program of Tulungagung State Islamic Institute, Supervisor Mirna Wahyu Agustina, M.Psi.

Keywords: Group Guidance, Discussion Techniques, *Smartphone* Addiction, Adolescents.

This study aims to find out the effectiveness of guidance discussion techniques group to prevent addiction *smartphone* in adolescents. The approach in this study uses a experiments kuasi *with non-equivalent control group design pre-test posttest one group design*. The subjects in the study included 12 adolescents who had high levels of *smartphone* addiction, with the division of 6 adolescents as an experimental group and 6 adolescents as a control group.

The problem formulation in this research is whether guidance service discussion techniques group effective to prevent *smartphone* addiction for adolescent at SMK Veteran 1 Tulungagung.

Measurement of *smartphone* addiction using Independent Sample T-test, the results obtained are t calculated *value* of $17,906 > t_{table}$ of 2,228 with sig.2 of $0.00 < 0.05$, and known mean value of experimental group of 63.33 lower than in control group that has a value of 112.33. So it can be concluded that there was a decrease in the rate of *smartphone* addiction in the experimental group. As for the calculation results using the N-Gain Score test it is known that the N-Gain Score for the experimental group of 376.46% belongs to the effective category. As for the average N-Gain Score in the control group is 10.97% belongs to the less effective category.

Based on the study findings, the average value of the *experimental group given treatment* was higher than the average value of the control group that was not given *treatment*. Therefore that the guidance service discussion techniques group effectively to prevent *smartphone* addiction in teenagers at SMK Veteran 1 Tulungagung.

مجرده

تيغار لطفيان باد, NIM 17306163004، فعالية مجموعة تقنية المناقشة الإرشادية لمنع إدمان الهواتف الذكية في Smk المخضرم 1 تولونجاغونغ المراهقين. أطروحة، توجيه الإرشاد الإسلامي، كلية أوشول الدين، أدب، وضاهية، برنامج الكالوريوس في المعهد الإسلامي للدولة تولونجاغونغ، المشرفة ميرنا واهيو أوغستينا، ماجستير في العلوم الأمنية. **الكلمات الرئيسية:** إرشادات المجموعة، تقنيات المناقشة، إدمان الهواتف الذكية، المراهقين.

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة فعالية تقنيات المناقشة الجماعية الإرشادية لمنع إدمان الهواتف الذكية لدى المراهقين. هذا البحث هو نوع من تجربة شبه مع تصميم مجموعة تصميم غير مكافئ اختبار مسبق بعد تصميم مجموعة واحدة. وشملت المواضيع الواردة في الدراسة 12 مراهقاً يعانون من مستويات عالية من إدمان الهواتف الذكية، مع تقسيم 6 مراهقين كمجموعة تجريبية و6 مراهقين كمجموعة مراقبة.

قياس إدمان الهواتف الذكية باستخدام نموذج مستقل test-T، النتائج التي تم الحصول عليها هي t قيمة محسوبة من $17,906 < t$ الجداول من 2,228 مع sig.2 من $0.00 > 0.05$ ، والقيمة المتوسطة المعروفة للمجموعة التجريبية من 63.33 أقل مما كانت عليه في مجموعة التحكم التي تبلغ قيمتها 112.33. لذلك يمكن استنتاج أن هناك انخفاض في معدل إدمان الهواتف الذكية في المجموعة التجريبية. أما بالنسبة لنتائج الحساب باستخدام اختبار نقاط Gain-N، فمن المعروف أن نقاط Gain-N للمجموعة التجريبية التي 376.46% تنتمي إلى الفئة الفعالة. أما بالنسبة لمتوسط نقاط Gain-N في مجموعة التحكم، فإن نسبة 10.97% تنتمي إلى الفئة الأقل فعالية.

واستناداً إلى نتائج الدراسة، كان متوسط قيمة المجموعة التجريبية التي تُعطى لعلاج أعلى من متوسط قيمة المجموعة الرقابية التي لم تُعطى علاجاً. وهكذا يمكن القول أن خدمة التوجيه من مجموعة تقنيات المناقشة فعالة لمنع إدمان الهواتف الذكية في المراهقين في SMK المخضرم 1 تولونجاغونغ.