

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Bimbingan Kelompok

a. Pengertian Bimbingan Kelompok

Menurut Narti (2014:17), layanan bimbingan kelompok adalah layanan dalam bimbingan dan konseling yang memberikan bantuan bimbingan kepada individu atau siswa melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan ini aktivitas, dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas suatu hal yang bermanfaat untuk pengembangan atau pemecahan suatu masalah untuk individu dan siswa yang menjadi anggota kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok dibahas topik-topik yang umum dan menjadi kepedulian bersama seluruh anggota kelompok. Permasalahan yang dibahas dalam layanan bimbingan kelompok dibicarakan bersama melalui suasana dinamika kelompok secara intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan pemimpin kelompok.

Mungkin dalam Narti (2014:17) mengemukakan dalam bimbingan kelompok, yaitu layanan bimbingan konseling yang memungkinkan sejumlah individu berdinamika kelompok secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu bisa, dari guru pembimbing dan membahas secara bersama dengan topik tertentu yang bermanfaat untuk menunjang pemahaman individu untuk mempertimbangkan pengambilan keputusan dan tindakan tertentu.

Menurut Pranoto dalam Pranoto dkk (2017:16) bimbingan kelompok adalah salah satu bentuk layanan dalam bimbingan konseling yang merupakan bagian dari 17 plus bimbingan yang berupa teknik-teknik untuk tujuan membantu remaja atau siswa yang diampu oleh guru bimbingan konseling atau konselor melalui kegiatan kelompok yang

bermanfaat untuk mencegah berkembangnya permasalahan yang sedang dihadapi oleh siswa. Jadi bimbingan kelompok adalah layanan yang tidak hanya memberikan tempat berkumpul siswa atau remaja, tetapi juga sebagai fasilitas untuk konseli untuk saling berbagi informasi dalam kelompok, dimana setiap anggota kelompok saling bekerja sama dapat mengembangkan dirinya melalui dinamika kelompok yang memiliki tujuan yang akan dicapai dalam pelaksanaannya. Menurut Romlah (1989:3) bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada individu dimana didalamnya terdapat suasana kelompok, yang mengutamakan pencegahan terhadap timbulnya masalah pada individu dan mengembangkan potensi individu.

Dari penjabaran diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan kelompok adalah salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang memberikan proses bantuan kepada individu sebagai upaya pencegahan terhadap munculnya masalah dan mengembangkan potensi individu dalam lingkup kelompok yang didalamnya terjadi interaksi yang membentuk dinamika kelompok.

b. Tujuan Bimbingan Kelompok

Tujuan bimbingan kelompok menurut Prayitno dalam penelitian Syahrul (2019:49) adalah mampu berbicara di depan umum atau orang banyak, mampu mengemukakan gagasan, saran, dan menanggapi pendapat orang lain, belajar agar bisa menghargai pendapat orang lain, memiliki rasa tanggung jawab terhadap apa yang dikemukakannya, mampu mengendalikan diri dari emosi yang bersifat negatif, memiliki tenggang rasa, mengakrabkan satu dengan yang lainnya, membahas suatu permasalahan dan topik-topik umum yang dirasakan atau yang menjadi kepentingan bersama dalam kelompok. Menurut Romlah (1989:14) tujuan dari bimbingan kelompok adalah untuk membantu individu menemukan jati dirinya, mengarahkan individu, sehingga individu dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Menurut Bennett dalam Romlah (1989:14)

mengemukakan tujuan utama dari bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

- 1) Memberikan kesempatan-kesempatan pada siswa belajar hal-hal baru dan penting untuk mengarahkan dirinya yang berkaitan dengan pendidikan, karir, pribadi dan sosial.
- 2) Memberikan layanan pemberian bantuan yang bersifat menyembuhkan melalui kegiatan kelompok.
- 3) Mencapai tujuan-tujuan bimbingan secara lebih ekonomis dan efektif daripada menggunakan layanan bimbingan individual.
- 4) Melaksanakan layanan bimbingan individual dengan lebih efektif dengan mempelajari masalah-masalah yang umum dialami oleh individu, dengan menghilangkan hambatan-hambatan pada emosional melalui kegiatan kelompok.

c. Asas-asas Bimbingan Kelompok

Dalam bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang harus dilaksanakan oleh pembimbing maupun anggota kelompok, menurut Prayitno dalam penelitian Arsini (2017:22-23) menyatakan asas-asas tersebut diantaranya:

- 1) Asas Kerahasiaan, yaitu segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan bimbingan kelompok akan menjadi rahasia kelompok dimana hanya boleh diketahui anggota kelompok dan tidak boleh disebarluaskan diluar anggota kelompok maupun diluar kegiatan kelompok. Maka dalam asas kerahasiaan ini menuntut seluruh anggota kelompok untuk merahasiakan segenap data, keterangan tentang anggota, dan semua pembahasan dalam bimbingan kelompok.
- 2) Asas kesukarelaan, yaitu adanya kesukarelaan seluruh anggota kelompok dimulai dari awal pembentukan kelompok oleh pemimpin kelompok, pada asas kesukarelaan ini harus terus ada binaan dari pemimpin kelompok melalui upaya mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan terstruktur mengenai layanan bimbingan kelompok. Maka dalam bimbingan kelompok diharuskan adanya

kesukaan dan kerelaan anggota kelompok untuk mengikuti dan menjalani layanan bimbingan kelompok tanpa ada rasa keterpaksaan.

- 3) Asas keterbukaan, yaitu setiap anggota kelompok secara aktif dan terbuka diperkenankan menampilkan diri tanpa ada rasa takut, malu maupun ragu. Maka dalam asas keterbukaan ini menghendaki agar anggota kelompok yang menjadi sasaran layanan diharuskan bersikap terbuka dan tidak berpura-pura, baik dalam memberikan keterangan ataupun menerima informasi.
- 4) Asas kenormatifan, yaitu asas dalam bimbingan konseling yang menghendaki segenap layanan bimbingan dan konseling yang didasarkan kepada norma-norma dan nilai-nilai yang ada dan tidak boleh bertentangan, yaitu norma agama, hukum dan adat-istiadat. Asas kenormatifan dipraktikan dengan berkenannya cara-cara berkomunikasi dan tata krama dalam kegiatan kelompok, dan dalam mengenai isi bahasan.
- 5) Asas kekinian, dimana dalam asas ini memberikan isi yang aktual dalam pembahasannya oleh anggota kelompok, seluruh anggota diperkenankan mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku saat ini.

d. Penyelenggaraan Bimbingan Kelompok

Untuk menyelenggarakan bimbingan kelompok menurut Hartinah dalam Narti (2014:24). Hal yang dilakukan pertama kali adalah membentuk kelompok-kelompok. Ada dua jenis kelompok diantaranya:

- 1) kelompok tetap, dimana anggotanya tetap untuk jangka waktu yang ditentukan misalkan satu bulan. Kelompok tetap melakukan kegiatannya untuk layanan bimbingan kelompok secara berkala, dengan jadwal yang sudah diatur dan disepakati bersama.
- 2) Kelompok tidak tetap (insidental) yang anggotanya tidak tetap, dimana terbentuknya kelompok terbentuk secara insidental yang melaksanakan kegiatannya atas dasar kesempatan yang ditawarkan

oleh pembimbing yang menghendaki untuk membahas suatu permasalahan tertentu melalui dinamika kelompok.

Prayitno dalam Alamri (2015:3) ada empat tahap yang harus dilaksanakan dalam bimbingan kelompok, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap pelaksanaan kegiatan, dan tahap pengakhiran kegiatan. Penerapan teknik dilakukan pada tahap kegiatan, pada penelitian ini kegiatan dilaksanakan dengan teknik diskusi. Penjabaran dari tahap-tahap adalah sebagai berikut:

- 1) Tahap Pembentukan; pada tahap ini para anggota pada umumnya akan saling memperkenalkan diri, menjelaskan pengertian dan tujuan yang akan dicapai dalam kelompok.
 - 2) Tahap Peralihan; pada tahap ini pemimpin kelompok diharuskan berperan aktif membawa suasana keseriusan dan keyakinan para anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.
 - 3) Tahap Inti (tahap kegiatan); pada tahap inilah teknik dalam bimbingan kelompok akan diterapkan, dimana pada tahap ini akan dilakukan pembahasan masalah-masalah yang akan dibahas dalam bimbingan kelompok.
 - 4) Tahap Pengakhiran; tahap ini merupakan tahap paling akhir dari semua kegiatan bimbingan kelompok. Dalam tahap ini terdapat kegiatan dimana anggota kelompok diharuskan mengungkapkan kesan dan pesan serta evaluasi terhadap seluruh kegiatan bimbingan kelompok yang sudah dilaksanakan dari awal sampai akhir.
- e. Komponen Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Pranoto dalam penelitian Pranoto dkk (2017:16) dalam bimbingan kelompok terdapat komponen-komponen diantaranya adalah pemimpin kelompok, anggota kelompok, dan dinamika dalam kelompok dimana semua memiliki tugasnya masing-masing diantaranya:

- 1) Pemimpin kelompok, memiliki tugas sebagai pengontrol proses kegiatan layanan bimbingan kelompok dari awal sampai akhir kegiatan berlangsung.
- 2) Anggota kelompok, memiliki tugas sebagai anggota yang secara sukarela yang mengikuti kegiatan dalam kelompok dengan dipimpin oleh pemimpin kelompok, serta memiliki tujuan yang sama antar anggota kelompok yang lainnya.
- 3) Dinamika kelompok, adalah suatu sinergi dari semua faktor yang ada pada suatu kelompok dalam bimbingan kelompok.

Dalam layanan bimbingan kelompok, pembimbing secara langsung berada dalam kelompok, dan menjadi fasilitator kelompok, dimana akan dilakukan selama waktu tertentu seperti pelaksanaannya dilaksanakan selama satu jam atau lebih. Untuk kelompok tetap penyelenggaraan kegiatan dapat bersifat berkesinambungan dari satu kali kegiatan ke kegiatan yang lainnya.

f. Al-Qur'an Sebagai Rujukan Dalam Bimbingan Kelompok

Allah Swt dalam Firmannya yaitu Al-qur'an Surat Al-Maidah ayat 2:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَجْلُوْا سَعَائِرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَائِدَ وَلَا آمِينَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَنْتَعُونَ فَضْلًا مِنْ رَبِّهِمْ وَرِضْوَانًا ۚ وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا ۚ وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَا نُ قَوْمٍ أَنْ صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَنْ تَعْتَدُوا ۚ وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ ۚ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syi'ar-syi'ar Allah, dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) binatang-binatang had-ya, dan binatang-binatang qalaa-id, dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitullah sedang mereka mencari kurnia dan keridhaan dari Tuhannya dan apabila kamu telah menyelesaikan ibadah haji, maka bolehlah berburu. Dan janganlah sekali-kali kebencian(mu) kepada sesuatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat aniaya (kepada mereka). Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-

menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya.

Dari ayat tersebut telah diketahui bahwasanya kita sebagai makhluk Allah diperintahkan untuk saling tolong-menolong sebagai sesama makhluk Allah, dan Allah melarang siapapun untuk saling tolong-menolong dalam berbuat dosa. Dalam hal ini telah sesuai dengan tujuan dari bimbingan kelompok, yaitu memberi bantuan kepada individu yang membutuhkan bantuan melalui suatu kegiatan yang berdinamika kelompok. Dalam hal ini peran pemimpin kelompok sangat penting dalam terlaksana atau tidaknya kegiatan, seorang pemimpin kelompok harus memiliki sifat dan mental untuk membantu tanpa memandang siapapun anggota lainnya yang memerlukan bantuan, maka dengan ayat diatas diharuskan seorang pelaksana kegiatan maupun semua anggota kelompok diharapkan lebih membangun empati untuk saling Tolong-menolong kepada sesamanya dalam menuntaskan masalah.

2. Teknik Diskusi

a. Pengertian Teknik Diskusi Dalam Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok, adalah teknik yang digunakan untuk memecahkan suatu persoalan atau masalah dan juga untuk mengembangkan pribadi. Menurut Dinkmeyer dan Muro dalam penelitian Mulyani dkk (2016:120) menyebutkan ada tiga macam tujuan dalam diskusi kelompok, yaitu:

- 1) Untuk mengembangkan pengertian terhadap diri sendiri.
- 2) Untuk mengembangkan kesadaran terhadap diri sendiri
- 3) Untuk mengembangkan sudut pandang baru mengenai antar individu sebagai manusia.

Menurut Sukardi dalam penelitian Mulyani dkk (2016:119) menjabarkan diskusi kelompok adalah suatu pertemuan dua orang atau lebih yang bertujuan untuk mendapatkan suatu keputusan bersama melalui proses saling tukar pengalaman dan pendapat. Diskusi juga suatu cara penyajian bahan ajar dimana guru atau konselor memberikan kesempatan kepada siswa atau kelompok-kelompok untuk menjalankan suatu

perbincangan ilmiah untuk mengumpulkan pendapat-pendapat yang nantinya akan diambil kesimpulan dan menyusun berbagai alternatif pemecahan masalah atas masalah. dari penjabaran tersebut maka teknik diskusi dalam bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh anggota kelompok dimana setiap individu bisa memberikan kontribusi seperti ide, gagasan, dan pemecahan masalah dan hasil dari setiap pendapat yang dikemukakan akan di tarik kesimpulan oleh pemimpin kelompok guna menjadi solusi dan tujuan dari pemecahan masalah.

b. Tujuan Teknik Diskusi

Menurut Sukardi dalam penelitian Mulyani dkk (2016:119) tujuan dari teknik diskusi dalam bimbingan kelompok ini adalah para anggota kelompok yang merupakan remaja atau siswa dapat memperoleh informasi yang bermanfaat dari pembimbing kelompok dan teman-teman anggota bimbingan kelompok lainnya, dapat membangkitkan motivasi serta semangat siswa dalam melaksanakan suatu tugas, mengembangkan kemampuan berpikir yang kritis, mampu melakukan analisis terhadap data atau informasi yang diterimanya, mengembangkan keterampilan dan keberanian pada siswa untuk mengemukakan pendapat secara jelas dan terarah serta memberikan semangat kerja sama dengan antar siswa lainnya.

Menurut Nursalim dan Suradi dalam penelitian Aida (2016:218) tujuan teknik diskusi kelompok adalah sebagai berikut:

- 1) Memberikan kesempatan pada setiap peserta untuk mengambil suatu pelajaran dari penjabaran pengalaman-pengalaman anggota kelompok lainnya dalam mencari pemecahan atau jalan keluar suatu masalah.
- 2) Memberikan suatu kesadaran bagi setiap peserta, bahwa setiap orang memiliki permasalahannya sendiri-sendiri, jika ada masalah yang sama yang dialami oleh salah satu anggota, hal ini akan memberikan keringanan kepada anggota tersebut dalam hal beban batin.
- 3) Mendorong individu yang tertutup dan enggan mengutarakan masalahnya untuk berani mengutarakan permasalahannya.

- 4) Membuat individu memiliki kecenderungan mengubah sikap dan tingkah laku tertentu setelah mengikuti proses kegiatan diskusi kelompok yang berisikan pandangan, saran, dan kritikan dari anggota kelompok lain.

Dari penjabaran tersebut maka tujuan dari teknik diskusi adalah memandirikan individu melalui kegiatan pemecahan masalah dimana terdapat individu-individu yang memiliki permasalahan sama sehingga diharapkan individu tersebut dapat menjadi orang yang dapat percaya diri, berani mengemukakan pendapat dan memiliki perasaan yang peka terhadap sesama individu lainnya, sehingga tujuan dari teknik diskusi yaitu pemecahan masalah dapat dilakukan secara bersama-sama melalui dinamika kelompok.

c. Manfaat Diskusi

Menurut Hasibuan dan Moedjiono dalam penelitian Aida (2016:218) manfaat dari teknik diskusi kelompok adalah dapat mengembangkan motivasi individu untuk belajar. Sedangkan menurut Narti (2014:21) manfaat lain dari teknik diskusi adalah bisa membuat anggota kelompok dalam hal ini remaja atau siswa bisa lebih aktif dikarenakan setiap anggota mendapatkan kesempatan yang sama untuk berbicara dan memberikan pendapat atas idenya, anggota kelompok bisa saling bertukar pengalaman, pemikiran, perasaan, nilai dan norma, anggota kelompok dapat belajar menjadi pendengar yang baik dalam kelompok, dapat meningkatkan rasa memahami terhadap diri sendiri dan orang lain, melalui interaksi timbal balik dan melihat diri sendiri dengan lebih mendalam, memberi kesempatan kepada anggota kelompok yang lainnya untuk menjadi seorang pemimpin baik dengan menjadi pemimpin kelompok maupun mengamati perilaku pemimpin kelompok.

d. Pelaksanaan Teknik Diskusi

Dalam pelaksanaannya menurut Narti (2014:20-21) bimbingan kelompok teknik diskusi, terdapat langkah-langkah meliputi tiga hal yaitu

perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian, pemimpin kelompok melaksanakan lima macam hal yaitu sebagai berikut:

- 1) Merumuskan tujuan diskusi.
- 2) Menentukan jenis atau topik diskusi dimana akan ditentukan apakah diskusi bersifat kecil atau panel.
- 3) Melihat pengalaman dan perkembangan pada anggota kelompok apakah memerlukan pengarahan yang jelas, tugas yang sederhana dan waktu diskusi yang lebih pendek atau sebaliknya.
- 4) Memperhitungkan waktu diskusi yang tepat.
- 5) Mengemukakan hasil yang diharapkan dari diskusi, yang berisi tentang rangkuman, kesimpulan, dan pemecahan masalah.

Menurut Romlah dalam Narti (2014:20-21), pada tahap pelaksanaan pemimpin memberikan tugas yang akan dilaksanakan atau ditawarkan kepada anggota untuk menentukan topik yang akan didiskusikan, waktu yang tersedia untuk mendiskusikan tugas, dan memberi arahan mengenai cara melaporkan tugas, serta menunjuk pengamat diskusi jika diperlukan. Pada tahap penilaian, pemimpin kelompok meminta pengamat melaporkan hasil pengamatannya, memberikan komentar mengenai proses diskusi dan membicarakannya dengan kelompok.

Dari penjabaran tersebut menyatakan bahwa dalam pelaksanaan teknik diskusi terdapat lima hal yang harus dilaksanakan yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian. Dimana semua kegiatan dipandu oleh pemimpin kelompok yang memiliki tugas yaitu merumuskan tujuan diskusi, menentukan topik diskusi, melihat perkembangan dan pengalaman kelompok, memperhitungkan waktu diskusi dari awal sampai akhir, dan mengemukakan hasil dari diskusi. Setiap anggota juga diperkenankan mematuhi aturan-aturan yang telah disepakati dan mengikuti arahan-arahan dari pemimpin kelompok.

e. Al-Qur'an Sebagai Rujukan Dalam Memahami Diskusi

Al-Qur'an Surat An-Nahl Ayat 125:

ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُنْتَهِينَ

Artinya: Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.

Pada ayat tersebut sangat jelas bahwasanya dalam agama islam telah diperbolehkan kepada semua manusia untuk saling mengingatkan, saling memberi pelajaran dan untuk mendiskusikan segala sesuatu dengan cara yang baik, bahkan untuk membantah Allah memerintahkan dengan baik. Hal ini sesuai dengan teknik diskusi yang dilaksanakan dalam penelitian ini, yaitu dalam diskusi kelompok semua anggota diberikan suatu sarana yang melibatkan pemecahan masalah secara bersama-sama, pada hal ini sesama anggota kelompok akan saling mengingatkan, saling memberikan saran, dan jalan keluar yang baik kepada anggota lainnya dan diperbolehkan saling membantah dengan cara yang baik.

3. Kecanduan *Smartphone*

a. Pengertian *Smartphone*

Menurut Gary B Thomas dan Misty E dalam penelitian Karuniawan dan Cahyanti (2013:17) *smartphone* adalah telepon yang terkoneksi dengan internet nirkabel yang menyediakan fungsi *personal digital assistant* (PDA), dimana didalamnya terdapat fungsi seperti kalender, buku agenda, buku alamat, kalkulator dan alamat. Menurut David Wood selaku wakil president eksekutif PT. Symbian OS menyatakan *smartphone* dapat dibedakan dengan telepon genggam pada umumnya dengan dua cara yang fundamental yaitu, bagaimana proses

pembuatan dan seberapa banyak hal yang dapat dilakukan oleh *smartphone* tersebut.

David Wood juga menegaskan bahwa sebuah telepon dapat dikategorikan *smartphone* jika telepon tersebut memiliki sistem operasi tertentu yang mendukung pengelolaan fitur-fitur yang ada. *Smartphone* dapat mendukung fasilitas *e-mail*, papan ketik QWERTY, layar sentuh, kamera, pengaturan daftar nama, penghitung kecepatan, navigasi perangkat lunak dan keras, kemampuan membaca dokumen, memutar lagu, menjelajahi foto, melihat video, menjelajahi internet, dan fitur-fitur lainnya.

Menurut Daeng dkk (2017:5) dalam penelitiannya menyatakan bahwa *smartphone* adalah telepon genggam yang mempunyai kemampuan dengan penggunaan dan fungsi menyerupai komputer. Bagi sebagian orang *smartphone* merupakan telepon yang bekerja menggunakan sistem perangkat lunak dan sistem operasi yang memberikan layanan hubungan standar dan mendasar bagi pengembang aplikasi, *smartphone* juga merupakan sebuah telepon yang memberikan fitur canggih seperti surat elektronik, internet, kemampuan membaca buku elektronik dan memiliki papan ketik, dimana semuanya hampir menyerupai perangkat komputer tetapi dalam bentuk yang kecil dan dapat dibawa kemanapun.

Dari penjabaran diatas dapat kita tarik kesimpulan bahwa *smartphone* adalah suatu perangkat telepon yang memiliki berbagai fitur-fitur pendukung untuk melakukan aktifitas harian dan bukan hanya sekedar untuk berkomunikasi, didalamnya terdapat perangkat lunak yang berfungsi untuk menjalankan aplikasi-aplikasi seperti untuk mengirimkan surat elektronik, melihat foto dan video, dan fitur-fitur lainnya termasuk bermain *game*. Menurut sebagian orang kata *smartphone* adalah gabungan dari kata *smart* (pintar) dan *phone* (telepon), maka jika didefinisikan secara umum *smartphone* adalah sebuah telepon pintar yang bisa digunakan melebihi telepon pada umumnya. *Smartphone* dalam masa ini terpasang perangkat lunak atau OS *Android* dan *IOS*, dimana pada pengembangan

teknologinya lebih *update* lagi guna meningkatkan kepuasan pemakainya. Terdapat aplikasi-aplikasi yang sering digunakan oleh individu dalam kehidupan sehari-hari seperti pengirim pesan *Whatsapp*, *social media facebook*, *Instagram* dan lain sebagainya, aplikasi untuk menonton video seperti *Youtube*, aplikasi bermain *game online* seperti *Mobile Legend* dan *Player Unknown Battleground* (PUBG), serta masih banyak aplikasi-aplikasi lain yang bisa dengan mudah diunduh lewat *appstore* maupun *playstore*.

b. Pengertian Kecanduan *Smartphone*

Kecanduan *smartphone* menurut Young dan Rogers dalam penelitian Alrasheed dan Aprianti (2018:138-139), mengatakan bahwa kecanduan pada *smartphone* adalah suatu kelekatan yang kompleks dan berbahaya, dimana seorang individu akan terus-menerus melakukan kebiasaan tak bisa lepas dari perangkat tersebut. Sehingga menyebabkan pengguna *smartphone* mengalami ketergantungan yang bisa merugikan kondisi tubuhnya.

Chiu dalam penelitian Karuniawan dan Cahyanti (2013:18) menyatakan bahwa adanya gangguan *smartphone addiction* adalah sebagai salah satu penyebab untuk mengalihkan rasa stres pada diri seorang individu dikalangan remaja, sehingga tidak adanya kontrol diri yang kuat terhadap penggunaan *smartphone* yang menyebabkan awal mula terjadinya ketergantungan dengan *smartphone* tersebut, kecanduan *smartphone* adalah salah satu kecanduan yang memiliki resiko lebih ringan dari pada kecanduan alkohol dan obat-obatan terlarang lainnya, seseorang dapat dikatakan kecanduan apabila tidak dapat mengontrol keinginannya dan menyebabkan dampak yang negatif pada diri individu.

Menurut Kwon dalam penelitian Simangunsong dan Sarwitri (2017:54) kecanduan *smartphone* bisa dimaknai lain *smartphone addiction*, yaitu suatu keterikatan maupun kecanduan terhadap *smartphone* yang membuat seseorang mengalami masalah sosial seperti halnya menarik diri dari pergaulan, dan kesulitan dalam kemampuan

beraktivitas sehari-hari, sebagai gangguan pada kontrol *impuls* terhadap diri seseorang.

c. Faktor Penyebab Kecanduan *Smartphone*

Yuanto dalam penelitian Augusta (2016:87) mengemukakan bahwa terdapat faktor-faktor yang menyebabkan kecanduan *smartphone* khususnya pada remaja yaitu empat faktor, diantaranya ada faktor internal, faktor eksternal, faktor situasional, dan faktor sosial. Sedangkan menurut Hanika dalam penelitian Asih dan Fauziah (2017:16) menunjukkan bahwa faktor penyebab individu kecanduan *smartphone* adalah dikarenakan oleh kemudahan-kemudahan yang disediakan oleh *smartphone*, disetiap aktivitas seseorang yang merasa dimudahkan oleh fitur-fitur pada *smartphone* mulai dari hal berkomunikasi, mencari informasi, berniaga secara *online* hingga mengaktualisasikan diri.

Dari penjabaran diatas dapat diketahui bahwa faktor-faktor kecanduan *smartphone* dikarenakan ada faktor internal yang muncul dari diri individu sendiri, yang di dorong oleh rasa ingin menggunakan *smartphone*. Faktor eksternal adalah faktor dari luar individu yang dikarenakan bisa dari pengaruh dari luar contohnya diajak oleh teman-temannya untuk bermain *smartphone* bersama. Faktor situasional adalah faktor yang diakibatkan dari situasi yang memaksa individu untuk mau tidak mau menjadi bermain *smartphone*, hal ini biasa dikarenakan oleh rasa bosan yang muncul kemudian individu tersebut bermain *smartphone* untuk menghilangkannya. Yang terakhir faktor sosial, dimana pada faktor ini individu merasa ada beban sosial yang diderita karena lingkungan sosialnya semua bermain *smartphone*, sehingga muncul dorongan untuk mengikuti. Faktor kemudahan yang diberikan oleh *smartphone* sangat mempengaruhi individu untuk terus menggunakannya karena dianggap praktis mudah dan cepat dalam mencari informasi, berkomunikasi, dan berniaga, semua bisa dilakukan secara online.

d. Ciri-ciri Kecanduan *Smartphone*

Menurut Leung dalam Simangunsong dan Sawitri (2017:58) mendefinisikan kecanduan *smartphone* sebagai suatu keterikatan yang disertai sulit mengontrol terhadap *smartphone* yang memiliki dampak negatif bagi remaja. Yuwanto (2013:62) menyatakan bahwa individu dapat dinyatakan mengalami kecanduan *smartphone* apabila tidak mampu mengontrol keinginan diri dalam menggunakan *smartphone* sehingga dapat menyebabkan dampak negatif bagi diri individu.

Young dan Rogers dalam Alrasheed (2018:139) mengemukakan ada beberapa ciri-ciri seorang individu kecanduan *smartphone* yaitu:

- 1) Terlalu memikirkan *smartphone*.
- 2) Terlalu terobsesi untuk mencapai kepuasan melalui bermain *smartphone*.
- 3) Kontrol diri yang kurang baik.
- 4) Mengalami cemas ketika tidak menggunakan *smartphone* atau jauh dari *smartphone*.
- 5) Kurang menggunakan waktu dengan baik atau sering lupa waktu ketika bermain *smartphone*.

Young (2004:404) secara lebih mendalam menyatakan kriteria-kriteria seseorang mengalami ketergantungan pada internet atau *smartphone* sebagai berikut:

- 1) Merasa sering memikirkan internet atau *smartphone*.
- 2) Merasa memerlukan waktu menggunakan internet atau *smartphone* dengan waktu yang lebih lama untuk mencapai kepuasan.
- 3) Sering gagal dalam upaya mengendalikan diri untuk berhenti menggunakan internet.
- 4) Merasa gelisah, murung, tertekan, dan mudah tersinggung ketika berupaya mengurangi atau menghentikan aktivitas menggunakan internet atau *smartphone*.
- 5) Online lebih lama dari yang semula direncanakan.

- 6) Berbohong kepada orang lain untuk menyembunyikan sejauh mana menggunakan internet atau *smartphone*.
 - 7) Menggunakan internet sebagai cara untuk keluar dari masalah dan mengilangkan suasana hati yang buruk (perasaan tidak berdaya, bersalah, cemas, depresi).
- e. Dampak Kecanduan *Smartphone*

Menurut Badudu dan Zain dalam Waty dan Fourianalisyawati (2018:87) menyatakan bahwa kecanduan merupakan perasaan yang sangat kuat terhadap sesuatu yang diinginkan sehingga individu akan berusaha untuk mencari sesuatu yang sangat diinginkannya. Contoh kecanduan adalah kecanduan internet, kecanduan melihat televisi, kecanduan bermain *game* dan tak terkecuali *smartphone*. Seseorang dapat dikatakan mengalami kecanduan apabila tidak mampu mengontrol keinginan untuk menggunakan sesuatu, sehingga dapat menyebabkan dampak negatif baik secara fisik maupun psikis pada individu itu sendiri.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Biachi dan Phillips dalam Pinasti. Kustanti. (2017:184) menunjukkan bahwa adiksi pada *smartphone* dapat menyebabkan individu mengalami krisis keuangan akibat penggunaannya yang berlebihan, merasa sibuk, merasa sering cemas, depresi ketika tidak membawa *smartphone*, gagal dalam kontrol diri, dan menjadikan *smartphone* sebagai sarana untuk melarikan diri dari masalah. Sedangkan menurut Lepp, Barkley, & Karpinski dalam Pinasti dan Kustanti (2017:184) bahwa menggunakan *smartphone* yang terhubung langsung dengan internet secara berlebihan dapat menyebabkan gejala-gejala psikologis, seperti depresi, gangguan kecemasan, gangguan suasana hati, dan gangguan kepribadian tertentu.

Menurut Demirci, dkk dalam Waty dan Fourianalisyawati (2018:87) penggunaan *smartphone* yang berlebihan bisa menyebabkan depresi, kecemasan, dan mempengaruhi kualitas tidur individu, menyebabkan masalah konsentrasi dan sakit fisik terutama pada bagian leher dan pergelangan tangan. Menurut Yuanto dalam Waty dan

Fourianalisyawati (2018:88) menyatakan ada beberapa dampak dari kecanduan *smartphone* yaitu sebagai berikut:

- 1) Sifat konsumtif, yaitu penggunaan *smartphone* dengan banyak fasilitas yang diberikan termasuk penyedia jasa layanan telepon pintar (operator) membuat individu diharuskan mengeluarkan biaya untuk memanfaatkan fasilitas yang hendak digunakan.
- 2) Psikologis, yaitu individu merasa kurang nyaman dan gelisah ketika tidak menggunakan atau tidak membawa *smartphone*.
- 3) Fisik, yaitu terjadi gangguan seperti gangguan pola tidur yang berubah.
- 4) Relasi sosial, berkurangnya interaksi fisik secara langsung dengan orang disekitarnya.
- 5) Akademis dan karir, yaitu berkurangnya waktu untuk mengerjakan sesuatu yang penting, menurunnya produktivitas sehingga mengganggu akademis dan pekerjaan.
- 6) Hukum, yaitu keinginan untuk menggunakan *smartphone* yang tidak terkontrol menyebabkan penggunaan *smartphone* saat berkemudi dan bisa membahayakan diri sendiri dan orang lain.

Dari penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa penggunaan *smartphone* secara berlebihan hingga menyebabkan kecanduan terhadap individu dapat menyebabkan permasalahan yang kompleks pada individu, seperti permasalahan fisik, psikologi, serta sosial. Dimana pada permasalahan ini bisa mengganggu aktivitas harian individu dan menyebabkan dampak negatif yang berkelanjutan.

f. Al-Qur'an Sebagai Rujukan terhadap Kecanduan *Smartphone*

Allah SWT telah berfirman melalui salah satu ayatnya yaitu Surat Al-A'raf Ayat 31:

يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

Artinya: Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.

Pada ayat diatas telah jelas bahwa segala sesuatu yang berlebihan adalah sesuatu yang tidak baik, seperti halnya kecanduan *smartphone*, bahwa adanya kecanduan tersebut dikarenakan suatu kebiasaan yang berlebihan, dan dilakukan secara terus menerus sehingga menyebabkan suatu kelekatan terhadap hal tersebut. Al-qur'an telah membuktikan dan menunjukkan bahwa sesuatu yang berlebihan adalah hal yang tidak baik bahkan Allah Tidak menyukainya, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terlalu sering bermain *smartphone* adalah suatu bentuk berlebihan.

4. Remaja

a. Pengertian Remaja

Menurut *World Health Organization* (WHO) dalam Diananda (2018:117), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 2014 tertulis bahwa remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Menurut Anna Freud dalam Putro. (2017:25) berpendapat bahwa pada fase remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, terjadinya perubahan dalam hubungan dengan orang tua dan cita-cita individunya. Menurut Alex Sobur dalam Diananda (2018:117-118) masa remaja adalah masa peralihan dari fase anak-anak menuju masa dewasa. Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun mental. Remaja dapat dikelompokkan dalam beberapa tahapan berikut ini:

1) Pra Remaja (11-14 tahun)

Pada fase ini tergolong pendek, kurang lebih satu tahun untuk laki-laki usia 12, 13, 14. Pada fase ini dikatakan memasuki fase negatif karena terlihatnya tingkah laku yang cenderung negatif. Fase yang sukar untuk komunikasi antara anak dengan orang tua, terganggu

fungsi-fungsi tubuh karena mengalami perubahan-perubahan termasuk pada hormon nya, yang menyebabkan sering berubahnya suasana hati secara tidak terduga. Remaja akan menunjukkan peningkatan reflek mengenai diri yang berubah dan meningkat berhubungan dengan apa yang orang lain pikirkan mengenai individu tersebut.

2) Remaja Awal (13-17 Tahun)

Menurut Teresa M, dkk dalam Diananda (2018:118) pada fase ini mulai terjadi perubahan yang sangat pesat dan mencapai puncaknya. Ketidakseimbangan emosional dan kurangnya stabilitas dalam banyak hal. Pada fase ini individu mulai mencari identitas diri, statusnya belum jelas. Pola hubungan sosial mulai mengalami perubahan. Menyerupai orang dewasa muda, individu mulai merasa memiliki hak untuk membuat keputusan sendiri. Pada fase perkembangan ini, pencapaian kemandirian dan identitas sangat menonjol, mulai logisnya pemikiran, abstrak dan idealistis dan semakin banyak waktu diluangkan diluar keluarga.

3) Remaja Lanjut (17-21 Tahun)

Pada fase ini individu ingin menjadi pusat perhatian, individu cenderung ingin menonjolkan diri dengan cara yang idealis, mempunyai cita-cita yang tinggi, memiliki semangat yang tinggi dan mempunyai energi yang besar. Berusaha memantapkan identitas diri, dan ingin mencapai ketidaktergantungan pada emosionalnya.

b. Ciri-ciri Remaja

Menurut Sidik Jatmika dalam Putro (2017:26) menyatakan bahwa individu sudah memasuki masa remaja ditandai dengan beberapa hal sebagai berikut:

- 1) Individu mulai menyampaikan kebebasannya dan haknya untuk mengemukakan pendapatnya sendiri.

- 2) Individu mudah dipengaruhi oleh teman-temannya, dikarenakan menurunnya pengaruh dari orang tua.
- 3) Mengalami perubahan fisik yang drastis, dari segi pertumbuhan dan seksualitasnya, mulai muncul perasaan seksual yang bisa menakutkan, membingungkan, dan menjadi sumber dari perasaan salah dan frustrasi.
- 4) Individu seringkali bersikap terlalu percaya diri, dan hal ini berjalan sejajar dengan emosi yang sedang meningkat, mengakibatkan sulit menerima nasehat dari orang tua.
- 5) Perasaan dan emosi yang sering berubah-ubah, dimana perilakunya sulit untuk ditebak.
- 6) Memiliki rasa ingin tahu yang tinggi mengenai hal seksual dan sering timbul rasa ingin mencoba.

Sedangkan ciri-ciri remaja menurut Gunarsa dan Gunarsa dalam Putro (2017:29) mengemukakan sebagai berikut:

- 1) Remaja awal pada umumnya duduk di bangku sekolah menengah pertama, dengan ciri-ciri kurang stabil keadaannya, lebih emosional, mempunyai banyak permasalahan, masa yang kritis, mulai ada ketertarikan dengan lawan jenis, mulai muncul rasa kurang percaya diri, dan suka mengembangkan pikiran yang baru seperti gelisah, suka berkhayal, dan menyendiri.
- 2) Masa remaja Madya, pada umumnya duduk di bangku sekolah menengah atas dengan ciri-ciri sangat ketergantungan dengan teman sebaya, cenderung bersifat cinta dengan diri sendiri, mengalami masalah keresahan dan kebingungan karena pertentangan yang terjadi dalam batin, mencoba segala hal yang belum diketahui, dan keinginan mengetahui hal disekitar seperti alam yang luas.
- 3) Masa remaja akhir, ditandai dengan ciri-ciri aspek fisik dan psikis mulai mengalami kestabilan, meningkatnya pikiran yang realistis, memiliki sudut pandang yang semakin baik, lebih matang dalam hal

menghadapi masalah, emosi lebih tenang dan lebih dapat menguasai perasaan, identitas seksual sudah terbentuk dan tidak akan berubah, perhatian lebih banyak pada lambang-lambang kematangan.

c. Tugas Perkembangan Remaja

Menurut Havighurst dalam Jannah (2016:253) menyatakan bahwa remaja memiliki tugas-tugas perkembangannya yaitu tugas yang muncul pada saat periode tertentu dalam kehidupan tertentu oleh individu, jika berhasil akan timbul rasa bahagia dan membawa ke arah keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas berikutnya, jika terjadi kegagalan akan menimbulkan rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas berikutnya. Tugas-tugas perkembangan remaja berkaitan dengan suatu tuntutan terhadap perubahan yang dialami, dimana perubahan tersebut berhubungan dengan sikap dan perilaku sebagai persiapan untuk memasuki usia dewasa.

William Key dalam Putro (2017:29) mengemukakan bahwa remaja memiliki tugas-tugas perkembangan yang dilalui sebagai berikut:

- 1) Menerima fisiknya sendiri dengan beragam kualitasnya.
- 2) Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang yang memiliki otoritas terhadap dirinya.
- 3) Mengembangkan ketrampilan komunikasi interpersonal dan memiliki hubungan sosial dengan teman sebaya secara individual dan kelompok.
- 4) Menemukan individu lain sebagai model yang akan dijadikan identitas pribadinya.
- 5) Menerima diri sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.

- 6) Memperkuat kemampuan mengendalikan diri dengan dasar nilai, prinsip, dan falsafah hidup.
- 7) Mampu meninggalkan sikap maupun perilaku kekanak-kanakan.

Dari penjabaran diatas bisa ditarik kesimpulan bahwa pada fase remaja terdapat tugas-tugas perkembangan yang harus dilalui dan dicapai oleh individu, maka seorang remaja diharuskan untuk menjalani fase tersebut dengan benar dan dengan seminimal mungkin menghindari hal-hal yang dapat mengganggu tercapainya tugas-tugas perkembangannya khususnya yaitu kecanduan terhadap *smartphone*.

5. Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi untuk Mencegah Kecanduan *Smartphone* Pada Remaja

Kecanduan *smartphone* pada remaja adalah suatu permasalahan yang sering dianggap tidak terlalu serius, jika dilihat dari suatu teori yang dikemukakan oleh Kwon dalam penelitian Simangunsong dan Sarwitri (2017:54) kecanduan *smartphone* bisa dimaknai lain *smartphone* addiction, yaitu suatu keterikatan maupun kecanduan terhadap *smartphone* yang membuat seseorang mengalami masalah sosial seperti halnya menarik diri dari pergaulan, dan kesulitan dalam kemampuan beraktivitas sehari-hari, sebagai gangguan pada kontrol impuls terhadap diri seseorang. Hal tersebut tentu bisa mengganggu remaja dalam mencari jati dirinya, maka dalam hal ini bimbingan kelompok teknik diskusi memiliki kecocokan untuk diberikan kepada remaja yang mengalami masalah tersebut, dimana menurut Romlah (1989:14) dalam bimbingan kelompok teknik diskusi memiliki tujuan untuk membantu individu menemukan jati dirinya, mengarahkan individu, sehingga individu dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Al-qur'an Surat Al-Muddassir Ayat 38: كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِيْنَةٌ

Artinya: Tiap-tiap diri bertanggung jawab atas apa yang telah diperbuatnya,

Pada ayat tersebut sangat jelas bahwa setiap individu akan mempertanggungjawabkan setiap perbuatannya, dimana pada setiap perbuatan baik dan buruknya akan ada konsekuensi yang akan diterima. Maka dalam hal ini siswa yang mengalami kecanduan *smartphone* akan melakukan perbuatan yang kurang baik, dimana hal tersebut akan merugikan diri sendiri dan akan dipertanggungjawabkan sendiri olehnya. Maka untuk membentuk perilaku yang baik sehingga mencegah perbuatan yang tidak baik, dalam hal ini peneliti ingin menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mencegah hal tersebut yang disebabkan oleh kecanduan *smartphone* oleh siswa.

Dampak-dampak dari kecanduan *smartphone* bisa menyebabkan remaja tidak bisa mengatur pola hidupnya dimana remaja akan lebih memilih bermain *smartphone* daripada melakukan hal yang lebih bermanfaat seperti belajar, maka hal ini bisa dinyatakan bahwa remaja yang kecanduan *smartphone* akan sulit mengendalikan dirinya. Menurut Yuwanto (2013:62) menyatakan bahwa individu dapat dinyatakan mengalami kecanduan *smartphone* apabila tidak mampu mengontrol keinginan diri dalam menggunakan *smartphone* sehingga dapat menyebabkan dampak negatif bagi diri individu. Kecanduan *smartphone* yang belum terlalu kompleks bisa dicegah, yaitu dengan bimbingan kelompok teknik diskusi, dimana bimbingan kelompok adalah suatu layanan yang memberikan suatu manfaat pencegahan terhadap siswa yang masih belum terlalu parah dalam kecanduan *smartphone* nya, menurut Pranoto dalam Pranoto dkk (2017:16) bimbingan kelompok adalah salah satu bentuk layanan dalam bimbingan konseling yang merupakan bagian dari 17 plus bimbingan yang berupa teknik-teknik untuk tujuan membantu remaja atau siswa yang diampu oleh guru bimbingan konseling atau konselor melalui kegiatan kelompok yang bermanfaat untuk mencegah berkembangnya permasalahan yang sedang dihadapi oleh siswa.

Dari penjabaran diatas maka dapat disimpulkan bahwa ada keterkaitan antara bimbingan kelompok teknik diskusi dengan kecanduan *smartphone* pada remaja, dimana kecanduan *smartphone* yang memiliki dampak-dampak

yang bisa merugikan diri remaja dapat dicegah dengan memberikan *treatment* yang ada pada bimbingan kelompok teknik diskusi yaitu mencegah kecanduan *smartphone* agar tidak semakin parah, memberikan solusi pemecahan masalah kecanduan *smartphone* pada siswa, peneliti bisa memberikan wawasan dan motivasi baru kepada siswa mengenai manfaat dan dampak dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Hal tersebut akan dilaksanakan peneliti dengan langkah-langkah pada bimbingan kelompok teknik diskusi secara bertahap melalui pertemuan awal hingga pertemuan akhir.

Efektivitas bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja, adalah untuk mengetahui apakah bimbingan kelompok teknik diskusi bisa efektif untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja, dimana pada hal ini Menurut Sukardi dalam penelitian Mulyani dkk (2016:119) tujuan dari teknik diskusi dalam bimbingan kelompok ini adalah para anggota kelompok yang merupakan remaja atau siswa dapat memperoleh informasi yang bermanfaat dari pembimbing kelompok dan teman-teman anggota bimbingan kelompok lainnya, dapat membangkitkan motivasi serta semangat siswa dalam melaksanakan suatu tugas, mengembangkan kemampuan berpikir yang kritis, mampu melakukan analisis terhadap data atau informasi yang diterimanya, mengembangkan keterampilan dan keberanian pada siswa untuk mengemukakan pendapat secara jelas dan terarah serta memberikan semangat kerja sama dengan antar siswa lainnya, dimana hal tersebut dibutuhkan untuk mencegah kecanduan *smartphone*. Kecanduan *smartphone* menurut Young dan Rogers dalam penelitian Alrasheed dan Aprianti (2018:138-139), mengatakan bahwa kecanduan pada *smartphone* adalah suatu kelekatan yang kompleks dan berbahaya, dimana seorang individu akan terus-menerus melakukan kebiasaan tak bisa lepas dari perangkat tersebut. Sehingga menyebabkan pengguna *smartphone* mengalami ketergantungan yang bisa merugikan kondisi tubuhnya. Maka bimbingan kelompok teknik diskusi bisa efektif untuk mencegah kecanduan *smartphone*, dimana remaja yang kecanduan *smartphone* akan mendapatkan suatu informasi yang bermanfaat mengenai kecanduan

smartphone, dampak-dampaknya, dan cara mencegahnya, remaja juga akan diajak untuk menganalisis, dan mengembangkan pemikiran kritisnya guna untuk memecahkan masalah yang dihadapi serta memberikan kebiasaan baru kepada remaja yaitu untuk mencegah kecanduan *smartphone* yang memiliki kelekatan kompleks dan berbahaya. Maka dapat dikatakan dengan asumsi bahwa ada efektivitas dari bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja.

B. Kajian Penelitian Yang Relevan

Berdasarkan kajian yang dilakukan oleh penulis mengenai penelitian ini, maka penulis juga menelaah penelitian-penelitian yang terdahulu, berikut adalah penelitian terdahulu yang berkaitan dan dikemukakan menjadi relevansi:

Tabel 2.1 Kajian Penelitian Relevan

No	Judul & Nama	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Rismaniar, Universitas Islam Negeri Sumatra Utara yang berjudul Aplikasi Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Mengatasi Kecanduan Gadget Di Man 3 Medan, 2018.	Kegiatan bimbingan kelompok menjadi rutin dilaksanakan di sekolah, siswa yang kecanduan gadget sudah bisa diidentifikasi melalui ciri-ciri yang nampak sehingga dapat diambil langkah layanan bimbingan kelompok untuk mereduksi dan mencegah, guru bekerja sama untuk	Sama-sama menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk mencegah dan mengatasi kecanduan <i>smartphone</i> .	Teknik yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok. Tidak menggunakan teknik yang lebih spesifik.

		melaksanakan razia gaded terhadap siswa secara rutin sehingga penggunaan gaded oleh siswa dapat diminimalisir.		
2	Muhammad Fikri Faruza, Universitas Islam Negeri Sumatra Utara yang berjudul Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Yang Kecanduan Game Online Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di MAPN 4 Martubung, 2018.	Peningkatan kedisiplinan siswa yang kecanduan game online berhasil,	Sama-sama menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk mencegah dan mengatasi kecanduan pada perangkat <i>smartphone</i> , obyek yang diteliti menggunakan perangkat <i>smartphone</i> . Teknik yang digunakan sma-sama menggunakan diskusi kelompok.	Obyek yang diteliti adalah game online yaitu hanya salah satu aplikasi pada <i>smartphone</i> .
3	Adinda Syafira, Universitas Negeri Sumatra Utara yang berjudul Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kecanduan Gaded Pada Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Al-Ishlahiyah Banjai, 2017.	Layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi kecanduan gaded berhasil secara signifikan..	Sama-sama menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk mengatasi kecanduan <i>smartphone</i> .	Teknik yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok tidak menggunakan secara spesifik, hanya menggunakan bimbingan kelompok, langkah untuk mengatasi adalah dengan mereduksi kecanduan.
4	Alfiola Utami Putri, Universitas Islam Negeri Suska Riau yang berjudul Efektifitas Layanan Bimbingan	Layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatka	Sama-sama menggunakan layanan bimbingan kelompok	Teknik yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok tidak

	Kelompok Dalam Meningkatkan Pemahaman Tentang Bahaya Bermain Game Online Di sekolah Menengah Atas Negeri 14 Pekanbaru. 2018.	n pemahaman siswa mengenai bahaya bermain game online.	untuk mencegah kecanduan gaded.	menggunakan teknik yang spesifik, hanya menggunakan layanan bimbingan kelompok, langkah pencegahan yang digunakan.
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Dari penjabaran penelitian terdahulu diatas menunjukkan adanya kesamaan dan perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti dan peneliti sebelumnya yaitu dari penelitian ini yang menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja. Letak persamaannya ada pada layanan yang diberikan yaitu layanan bimbingan kelompok, serta tujuan yang dicapai yaitu untuk mencegah, mengurangi, maupun mengatasi hal yang masih berkaitan dengan kecanduan *smartphone*. letak perbedaan pada penelitian ini dan penelitian terdahulu adalah pada teknik yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok, yaitu pada penelitian ini yang menggunakan teknik diskusi kelompok dan pada penelitian sebelumnya sebagian besar tidak menggunakan teknik tersebut. Hal yang perlu disimpulkan dari penelitian terdahulu adalah pada tingkat keberhasilan yang telah dicapai oleh penelitian terdahulu untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja, dimana semua menyatakan berhasil mengatasi kecanduan *smartphone* pada remaja dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok. Maka dengan ini peneliti optimis untuk melakukan penelitian menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja di SMK Veteran 1 Tulungagung.

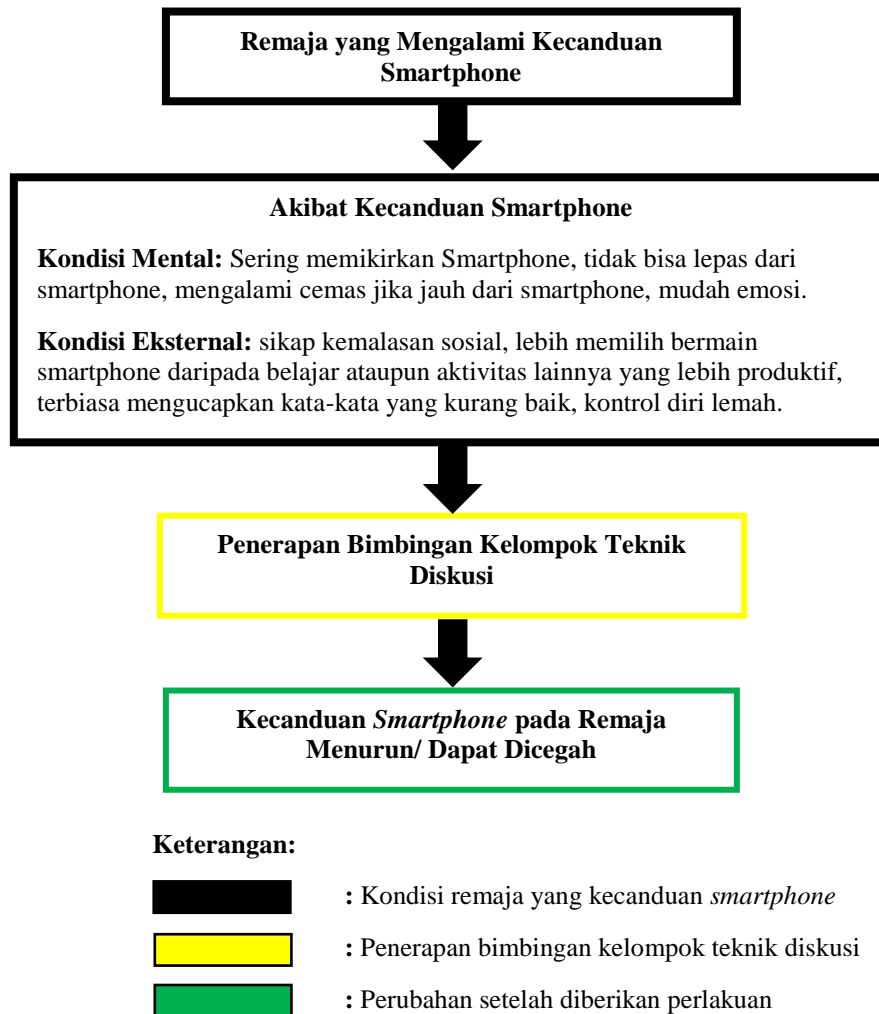
C. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir pada penelitian ini akan menunjukkan secara sederhana mengenai pemberian bimbingan kelompok pada remaja yang mengalami kecanduan *smartphone*. dimana telah diketahui dalam hal ini siswa yang ada di SMK Veteran 1 Tulungagung yang mengalami kecanduan *smartphone*, memiliki

kondisi mental yang dirasa kurang baik, yaitu seringnya siswa memikirkan, tidak bisa lepas dari *smartphone*, bahkan mengalami suatu kecemasan dan mudah emosi. Hal tersebut menimbulkan perubahan pada perilakunya dimana siswa mengalami kemalasan sosial, kurang produktif, melupakan norma dengan mudah berkata kotor, dan lemah terhadap kontrol diri.

Setelah diketahui penyebab-penyebab dan dampak yang terjadi pada siswa maka diterapkanlah layanan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk memberikan perlakuan sesuai langkah-langkah dari *treatment* tersebut yang dilakukan dalam lima pertemuan yang diharapkan akan terjadi perubahan pola pikir dan perilaku siswa dari yang awalnya kecanduan terhadap *smartphone* menjadi bisa menurun atau dicegah.

Maka dapat diketahui kerangka berpikir dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 2.2 Kerangka Berfikir

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis menurut Sugiyono (2015:63) merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Hipotesis memiliki jawaban sementara dikarenakan baru didasarkan pada teori yang relevan belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis dapat diartikan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian yang belum memiliki jawaban yang empirik.

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan sebelumnya, maka hipotesis pada penelitian ini sebagai berikut:

Pada penelitian ini hipotesis alternatif nya (H_a) adalah layanan bimbingan kelompok efektif untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja di SMK Veteran 1 Tulungagung.