

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian menurut Sugiyono (2015:2) merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Metode penelitian adalah suatu urutan langkah dalam melaksanakan penelitian. Pada bagian ini peneliti akan menguraikan mengenai metode yang akan digunakan dalam penelitian yaitu meliputi jenis penelitian, teknik pengumpulan data dan analisis data. Penjabaran metode penelitian diuraikan sebagai berikut:

#### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yang terdiri dari variabel independen dan variabel dependen yaitu sebagai berikut:

##### **1. Variabel Independen**

Variabel independen atau variabel bebas sering disebut sebagai variabel stimulus, prediktor, antecedent. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang dijadikan sebab berubahnya atau timbulnya variabel dependen atau terikat. Variabel independen dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok teknik diskusi.

##### **2. Variabel Dependen**

Variabel dependen atau variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadikan akibat karena adanya variabel bebas yang sering juga disebut variabel output, kriteria, dan konsekuen. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah remaja yang mengalami kecanduan *smartphone*.

#### **B. Definisi Operasional**

Adapun definisi operasional dari dua variabel tersebut adalah sebagai berikut:

##### **1. Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi**

Bimbingan kelompok teknik diskusi adalah suatu layanan dalam bimbingan konseling dimana konselor dan konseli membentuk sebuah kelompok yang berdinamika, pada layanan ini lebih menekankan pada pemecahan permasalahan yang dihadapi oleh konseli dengan mendiskusikan secara bersama-sama, dalam hal ini setiap anggota kelompok memiliki hak yang sama untuk mengutarakan pendapat, ide, dan gagasannya yang akan difasilitasi oleh pemimpin kelompok. Untuk melaksanakan bimbingan kelompok teknik diskusi, maka peneliti akan memberikan *treatment* yang akan dilaksanakan pada setiap pertemuan, pada penelitian ini bimbingan kelompok teknik diskusi dilakukan dengan tatap muka (*Luring*) hal ini dilakukan melihat kondisi di lapangan yang memungkinkan untuk dilaksanakan dikarenakan pada saat penelitian ini sedang terjadi pandemi *Covid-19* maka kegiatan akan diharuskan mematuhi protokol kesehatan yang ditetapkan pemerintah pada saat ini, yaitu melaksanakan 3M yaitu memakai masker, menjaga jarak, serta mencuci tangan sebelum dan sesudah kegiatan. Adapun langkah-langkah bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Pertemuan Pertama

- 1) Pemimpin kelompok membentuk kelompok.
- 2) Pemimpin kelompok memimpin untuk berdoa bersama sebelum memulai.
- 3) Pemimpin kelompok menjelaskan asas-asas bimbingan kelompok teknik diskusi.
- 4) Pemimpin kelompok memberikan penjelasan mengenai teknik diskusi. Pemimpin kelompok mengajak seluruh anggota kelompok untuk berikrar mengenai asas kerahasiaan dalam bimbingan kelompok.
- 5) Memasuki tahap inisi, pemimpin kelompok memberikan tema mengenai kecanduan *smartphone* yang akan dibahas dalam bimbingan kelompok pada pertemuan pertama hingga pertemuan akhir, adapun topik-topik yang akan dibahas adalah: isu perkembangan teknologi pada saat ini, yang mencakup fungsi-fungsi *smartphone* pada masa ini dan dampak-dampak positif dan negatif dari *smartphone*. hal ini dimaksudkan untuk memberi rambu-rambu mengenai masalah yang akan dibahas.

- 6) Setiap individu dipersilahkan memberikan opini dan gagasan mengenai tema yang sedang dibahas.
  - 7) Di akhir sesi pemimpin kelompok akan merumuskan semua yang telah dibahas dan merangkum kemudian disampaikan kepada seluruh anggota kelompok.
  - 8) Sesi kegiatan dapat diakhiri dan mendiskusikan kesepakatan untuk pertemuan berikutnya.
- b. Pertemuan kedua
- 1) Pemimpin kelompok memimpin doa bersama sebelum dimulai kegiatan.
  - 2) Pada pertemuan kedua pemimpin kelompok akan memberikan topik mengenai dampak-dampak kecanduan *smartphone* mengenai bahaya-bahaya nya pada remaja, yang berkaitan mengenai kesehatan, mental, dan yang bisa mengganggu aktivitas sehari-hari.
  - 3) Pemimpin kelompok menggali masalah setiap individu mengenai kecanduan *smartphonenya*.
  - 4) Di akhir sesi pemimpin kelompok akan merumuskan semua yang telah dibahas dan merangkum kemudian disampaikan kepada seluruh anggota kelompok.
  - 5) Sesi kegiatan dapat diakhiri dan mendiskusikan kesepakatan untuk pertemuan berikutnya.
- c. Pertemuan ketiga
- 1) Pemimpin kelompok memimpin doa bersama sebelum dimulai kegiatan.
  - 2) Pemimpin kelompok akan membuka diskusi untuk mendiskusikan cara mencegah kecanduan *smartphone*.
  - 3) Setiap individu dipersilahkan untuk mengemukakan ide, gagasan, dan opini terkait cara mencegah kecanduan *smartphone* ke kelompok.
  - 4) Pemimpin kelompok memberikan tugas pada masing-masing siswa untuk melakukan kegiatan yang telah dikemukakan tadi untuk dilakukan sebagai cara untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada dirinya sendiri.

- 5) Pemimpin kelompok memberikan tugas kelompok dimana pada satu kelompok akan diisi 3 individu untuk memberikan contoh kasus kecanduan *smartphone* dan cara mengatasinya.
- 6) Di akhir sesi pemimpin kelompok akan merumuskan semua yang telah dibahas dan merangkum kemudian disampaikan kepada seluruh anggota kelompok serta akan menjelaskan mengenai tugas yang diberikan akan dibahas pada pertemuan berikutnya.
- 7) Sesi kegiatan dapat diakhiri dan mendiskusikan kesepakatan untuk pertemuan berikutnya.

d. Pertemuan Keempat

- 1) Pemimpin kelompok memimpin doa bersama sebelum dimulai kegiatan.
- 2) Pemimpin kelompok membuka sesi diskusi.
- 3) Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada kelompok untuk mendiskusikan tugas yang diberikan pada sesi yang lalu.
- 4) Pemimpin kelompok mempersilahkan setiap individu untuk mengutarakan pengalamannya masing-masing mengenai kegiatan yang sudah dilakukan untuk mencegah kecanduan *smartphone*.
- 5) Peneliti dan semua anggota kelompok mengevaluasi pendapat masing-masing individu yang menghasilkan keberhasilan dalam mencegah kecanduan *smartphone* pada dirinya.

b. Pertemuan Terakhir

- 1) Pemimpin kelompok memimpin doa bersama sebelum dimulai kegiatan.
- 2) Pemimpin kelompok membuka sesi diskusi.
- 3) Pemimpin kelompok dan seluruh anggota kelompok mendiskusikan mengenai pencegahan-pencegahan untuk dilakukan kedepannya, dimana hal ini yang bisa dijadikan kebiasaan baru untuk mengganti kebiasaan lama yaitu terlalu lama bermain *smartphone*.
- 4) Mendiskusikan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat dan cara-cara membatasi waktu bermain *smartphone* untuk dilakukan kedepannya.

- 5) Di akhir sesi pemimpin kelompok akan merumuskan semua yang telah dibahas dan merangkum kemudian disampaikan kepada seluruh anggota kelompok.
- 6) Pemimpin kelompok memberikan kata-kata yang dapat memotivasi dan dorongan kepada semua anggota kelompok.
- 7) Sesi kegiatan dapat diakhiri dan kelompok dapat dibubarkan.

## 2. Kecanduan *Smartphone*

Kecanduan *smartphone* pada remaja adalah suatu kelekatan kompleks dimana seorang remaja mengalami suatu ketergantungan yang berat terhadap *smartphone*. yaitu suatu kondisi yang membuat seorang remaja akan akan lebih banyak menghabiskan waktunya untuk bermain *smartphone*, kecanduan *smartphone* ini akan membuat remaja mengalami kecemasan jika tidak menggunakan *smartphone*, remaja akan sulit mengendalikan dirinya, susah mengatur waktu, dan akan kehilangan disiplin diri. Kecanduan *smartphone* pada remaja bisa menghambat individu itu sendiri untuk menemukan jati diri dirinya. kecanduan *smartphone* pada remaja bisa disebabkan oleh terlalu lamanya seorang individu bermain *smartphone*, hal ini bisa memicu kecanduan dikarenakan individu akan merasa mendapatkan kepuasan ketika hal tersebut telah dilakukan dan ingin mengulangnya lagi di kemudian hari.

Adapun ciri-ciri remaja yang mengalami kecanduan *smartphone* adalah:

- a. Terlalu memikirkan *smartphone* meski tidak sedang bermain *smartphone*.
- b. Memiliki obsesi yang berlebihan untuk mencapai kepuasan melalui *smartphone*.
- c. Memiliki kontrol diri yang kurang baik.
- d. Sering mengalami cemas ketika tidak sedang bermain *smartphone*.
- e. Tidak memiliki manajemen waktu yang baik, dikarenakan bermain *smartphone* tanpa memperhitungkan waktu.

Untuk mengukur tingkat kecanduan smartphone pada siswa, peneliti menggunakan skala pengukuran hipotetik, dimana terdapat beberapa perhitungan dalam skor hipotetik yaitu tingkat kecanduan rendah yaitu siswa yang mendapatkan skor 70, pada skor sedang 71-110, dan skor tinggi yang mendapat skor 111-150. Pada penelitian ini responden yang telah diketahui memiliki skor kecanduan yang tinggi adalah 12 siswa, pada skor sedang terdapat 28 siswa, serta skor rendah ada 58 siswa. maka dengan ini peneliti memutuskan untuk menjadikan siswa yang memiliki skor tinggi yang berjumlah 12 siswa menjadi responden dalam penelitian ini.

### **C. Populasi dan Sampel**

#### **1. Populasi**

Populasi menurut Sugiyono (2015:80) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek atau subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Pupulasi selain manusia juga bisa obyek dan benda-benda alam lainnya. Populasi meliputi karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek tersebut. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI di SMK Veteran 1 Tulungagung yang berjumlah total 98 siswa.

#### **2. Sampel Penelitian**

Sampel penelitian menurut Sugiyono (2015:81) adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel hanya perlu mengambil sebagian kecil dari populasi untuk mengatasi keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, yang kemudian hasil dari sampel tersebut akan diberlakukan untuk populasi. Sampel dalam penelitian ini diambil dari populasi yang berjumlah 98 siswa yang telah diberikan angket pretest dan telah didapatkan hasil bahwa terdapat 58 siswa mendapatkan skor rendah, 28 siswa mendapatkan skor sedang, dan 12 siswa mendapatkan skor tinggi. Maka pada penelitian ini peneliti memutuskan untuk memilih siswa yang memiliki nilai tingkat kecanduan smartphone tinggi yaitu berjumlah 12 subyek, maka peneliti

membagi menjadi dua kelompok untuk dijadikan kelompok eksperimen dan pembandingan, yaitu ada 6 responden akan dijadikan kelompok eksperimen dan 6 lainnya akan dijadikan kelompok pembandingan.

### 3. Teknik Sampling

Menurut Sugiyono (2015:81) teknik sampling adalah teknik pada pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam suatu penelitian. Pada penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah *Non Probability Sampling* dimana dalam pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Dalam *non probability sampling* ini peneliti menggunakan *Purposive Sampling* yaitu pada penentuan sampel diambil secara acak/random, yaitu siapa saja secara kebetulan atau insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, secara garis besar pengambilan sampel ini dipandang individu yang telah mendapatkan skor pretest nya tinggi yaitu 12 siswa dan terdapat kecocokan sebagai sumber data. Pada penelitian ini terdapat pemilihan sampel dalam kelompok eksperimen yang diharuskan memiliki syarat sebagai berikut:

- a. Remaja usia 15-18 Tahun.
- b. Sedang menempuh pendidikan di SMK Veteran 1 Tulungagung.
- c. Memiliki *smartphone* pribadi.
- d. Mengalami ketergantungan terhadap *smartphone*.
- e. Bersedia mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan sukarela dan tanpa ada rasa keterpaksaan.

Sedangkan sampel yang termasuk kelompok pembandingan diharuskan memenuhi syarat sebagai berikut:

- a. Remaja usia 15-18 Tahun.
- b. Sedang menempuh pendidikan di SMK Veteran 1 Tulungagung.
- c. Memiliki *smartphone* pribadi.
- d. Mengalami ketergantungan terhadap *smartphone*.

#### **D. Alat atau Instrumen Penelitian**

Adapun instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuisisioner. Dimana menurut Sugiyono (2015:92) alat atau instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur suatu nilai variabel yang diteliti. Instrumen penelitian digunakan untuk mengukur dengan tujuan menghasilkan data kuantitatif yang akurat. menurut Sugiyono (2015:142) mengemukakan bahwa kuisisioner adalah suatu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pernyataan atau pertanyaan secara tertulis kepada responden yang nantinya akan dijawab. Kuisisioner yang digunakan dalam suatu penelitian diperlukan sebuah skala pengukuran. Menurut Sugiyono (2015:92) skala pengukuran adalah suatu kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif. Dalam penelitian ini skala yang digunakan untuk mengukur tingkat kecanduan *smartphone* adalah skala likert. Skala linkert menurut Sugiyono (2015:93) adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang ataupun kelompok orang mengenai fenomena sosial. Dalam skala linkert terdapat jawaban dimana setiap item instrumen yang menggunakan skala linkert mempunyai suatu gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif.

Indikator dan variabel kecanduan *smartphone* dibagi menjadi dua pernyataan, yaitu pernyataan faforable dan pernyataan unfaforable, dimana dalam pernyataan faforable terdapat suatu pernyataan yang mendukung sikap obyek. Sedangkan pernyataan unfaforable didalamnya terdapat pernyataan yang tidak mendukung sikap obyek. Dalam pernyataan ini keduanya dipisahkan secara acak, untuk mengetahui seberapa besar tingkat konsisten responden dalam menjawab setiap butir pernyataan.

Menurut Suharsimi Arikunto dalam Sholihin (2018:78) mengemukakan bahwa kisi-kisi adalah suatu tabel yang menunjukkan hal-hal yang disebutkan dalam baris dengan hal-hal yang disebutkan dalam kolom dimana keduanya saling berhubungan. Terdapat kaitan antara variabel yang diteliti dengan sumber data dari



mana data tersebut akan diperoleh, metode yang akan digunakan, dan instrumen yang disusun. Instrumen dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui remaja

yang mengalami kecanduan *smartphone* di SMK Veteran 1 Tulungagung. Sehingga kisi-kisi instrumen dirancang agar dapat diketahui remaja yang mengalami kecanduan *smartphone*. Adapun kisi-kisi instrumen dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.1 Kisi-Kisi Kecanduan *Smartphone***

Dalam penelitian ini terdapat penilaian dari kategori jawaban tersebut

Variabel	Indikator	Deskriptor	No. Item		Jumlah Item
			Favorable	Unfavorable	
Kecanduan <i>smartphone</i>	terobsesi terhadap <i>smartphone</i>	Obsesi terhadap <i>smartphone</i> yang berlebihan	2, 14	1, 3, 25	5
	Memikirkan <i>smartphone</i>	Terlalu memikirkan <i>smartphone</i>	26, 28	7, 21	4
	Manajemen waktu	Manajemen waktu yang buruk/ menggunakan <i>smartphone</i> dengan waktu yang lama	10, 24, 30	5, 9, 11, 13, 15, 27	9
	Kontrol diri	Kontrol diri yang kurang baik terhadap emosi dan perilaku	4, 8, 16, 20	19, 23, 29	7
	Kecemasan	Merasa gelisah, murung, tertekan ketika tidak menggunakan <i>smartphone</i>	6, 12, 18, 22	17	5
<b>Jumlah Pernyataan</b>			15	15	30

yaitu sebagai berikut:

**Tabel 3.2 Penilaian Kategori Jawaban**

No	Kategori Pilihan	Nilai Favorable	Nilai Unfavorable
1.	SS	5	1
2.	S	4	2
3.	RG	3	3
4.	TS	2	4
5.	STS	1	5

Keterangan:

SS	= Sangat Setuju
S	= Setuju
RG	= Ragu-ragu
TS	= Tidak Setuju
STS	= Sangat Tidak Setuju

Sebelum penelitian dilaksanakan diperlukan pengujian instrumen atau alat ukur yang berupa uji validitas dan reliabilitas yang bertujuan untuk menentukan kelayakan alat ukur sebelum penelitian dilaksanakan. Adapun pengujian validitas dan reabilitas pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

### 1. Uji Validitas

Sugiyono dalam Paramita (2015:60) mengemukakan uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana suatu kuisioner dapat menggali data atau informasi yang diperlukan. Dalam penelitian ini uji validitas dihitung menggunakan *product moment* dengan bantuan perangkat lunak program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20. Adapun rumus untuk menguji validitas instrumen sebagai berikut:

$$r_i = \frac{n\sum X_i Y_i - (\sum X_i)(\sum Y_i)}{\sqrt{n\sum X_i^2 - (\sum X_i)^2} \sqrt{n\sum Y_i^2 - (\sum Y_i)^2}}$$

Dimana:

Keterangan:

$r_{xy}$	: Angka indeks korelasi “r” product moment
N	: Number of Case
$\sum XY$	: Jumlah hasil perkalian antara skor X dan skor
$\sum X$	: Jumlah seluruh skor X
$\sum Y$	: Jumlah seluruh skor Y

Uji validitas instrumen dalam penelitian ini dilakukan hasil  $r_{xy}$  dibandingkan pada  $r_{tabel}$  *product moment* dengan taraf signifikansi 5%. Jika  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  maka item tersebut valid dan jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  maka item tersebut tidak valid. Dalam pengujian validitas, peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 20. Adapun kriteria pengujian skala sebagai berikut:

- a. Jika  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  (uji 2 sisi dengan sig. 0,05) maka instrumen atau item-item pernyataan berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan valid).
- b. Jika  $r_{hitung} \leq r_{tabel}$  (uji 2 sisi dengan sig. 0,05) maka instrumen atau item-item pernyataan tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan tidak valid).

Sebelum angket instrumen diberikan kepada siswa, angket harus divalidasi terlebih dahulu kepada ahli, pada penelitian ini peneliti menyerahkan angket untuk divalidasi kepada ahli yaitu dosen IAIN Tulungagung yaitu Kepada Ibu Shophia Terry Kurniawati, M.Pd. Setelah angket selesai divalidasi oleh penguji ahli peneliti melakukan uji angket kepada kelompok kecil.

## 2. kategorisasi subjek penelitian

Data dari hasil penelitian yang di dapatkan dibagi menjadi 2 kategori yaitu skor hipotetik dan skor empirik. Skor hipotetik didapatkan melalui perhitungan manual, sedangkan skor empirik dihitung menggunakan *SPSS 20.0 for Windows*. Terdapat beberapa perhitungan dalam skor hipotetik yaitu skor minimum, skor maksimum, mean hipotetik, dan standar deviasi hipotetik. Rumus yang digunakan untuk mencari skor-skor tersebut adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.3 Rumus Skor hipotetik**

Keterangan	Rumus yang digunakan
------------	----------------------

Skor Minimum	<b>Skor butir terendah X jumlah butir skala</b>
Skor Maksimum	<b>Skor butir tertinggi X jumlah butir skala</b>
Mean Hipotetik	<b>(skor butir terendah+skor butir tertinggi)Σbutir skala</b>
	<b>2</b>
Standar Devisa Hipotetik	<b>Standar deviasi (σ)= skor maksimum- skor minimum</b>
	<b>6</b>

### 3. Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono dalam Paramita (2015:61) mengemukakan bahwa uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana kuisisioner yang diajukan dapat memberikan hasil yang tidak berbeda, jika dilakukan pengukuran kembali terhadap subyek yang sama pada waktu yang berlainan. Dalam penelitian ini uji reliabilitas dihitung menggunakan *alpha cronbach* dengan bantuan perangkat lunak program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20. Adapun rumus untuk menguji reliabilitas instrumen ini sebagai berikut:

**Tabel 3.4 Interpretasi Terhadap Nilai  $r_{11}$**

Nilai $r_{11}$	Interpretasi
$r_{11} \leq 0,20$	Reliabilitas sangat rendah
$0,20 < r_{11} \leq 0,40$	Reliabilitas rendah
$0,40 < r_{11} \leq 0,70$	Reliabilitas sedang
$0,70 < r_{11} \leq 0,90$	Reliabilitas tinggi
$0,90 < r_{11} \leq 1,00$	Reliabilitas sangat tinggi

$$r_j = \frac{K}{K-1} x \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2}\right)$$

Dimana:

$r_j$  = Nilai reliabilitas

$\sum s_i^2$  = Mean Kuadrat Kesalahan

$S_t^2$  = Varian total

K = Jumlah item

Dalam perhitungan reliabilitas, peneliti menggunakan perangkat lunak program SPSS versi 20 dengan kriteria hasil pengujian *alpha cronbach* sebagai berikut:

- 1) Instrumen dapat dikatakan reliabel bila nilai  $\alpha \geq r$  kritis *product moment* (dengan tingkat kepercayaan 99%).
- 2) Instrumen dapat dikatakan tidak reliabel bila nilai  $\alpha \leq r$  kritis *product moment* (dengan tingkat kepercayaan 99%).

## E. Desain Penelitian

### 1. Rancangan Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan Kuantitatif. Sugiyono (2015:7) mengemukakan bahwa pendekatan kuantitatif bisa disebut juga metode positivisme dikarenakan dilandasi dari pada filsafat positivisme. Metode ini sebagai metode ilmiah atau *scientific* dikarenakan telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis. Metode ini bisa disebut juga metode *discovery*, karena metode ini dapat ditemukan serta dikembangkan di berbagai ilmu teknologi baru. Secara singkat metode kuantitatif adalah metode yang pada data penelitiannya berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.

Dari penjabaran diatas sesuai dengan latar belakang peneliti dalam melakukan penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Peneliti berupaya untuk melakukan pengujian terhadap hipotesis mengenai keefektivitasan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mencegah kecanduan *smartphone* terhadap remaja di SMK Veteran 1 Tulungagung.

Dalam upaya mengukur tingkat keefektifitasan, peneliti memerlukan data yang berwujud bilangan (skor nilai, peringkat, atau frekuensi). Oleh sebab itu peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini.

## 2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian Eksperimen. Sugiyono (2015:72) menjabarkan bahwa jenis penelitian Eksperimen adalah didalamnya terdapat perlakuan (*treatment*), dengan demikian jenis penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali.

Dari penjabaran diatas peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif eksperimen dikarenakan untuk mengetahui efek yang ditimbulkan dari suatu perlakuan yang diberikan secara sengaja oleh peneliti sehingga dapat diketahui tingkat keberhasilan dari penelitian ini.

Desain eksperimen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *non equivalent control group design* dimana menurut Sugiyono (2015:79) mengemukakan dalam desain ini terdapat pre-test sebelum diberi perlakuan, dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan, namun pada kelompok eksperimen dan pembanding tidak dipilih secara random. .

Untuk implementasinya dalam hal ini siswa akan diberikan *pretest* untuk mengetahui seberapa tinggi dan rendahnya siswa yang kecanduan *smartphone*. setelah *pretest* dilakukan selanjutnya peneliti akan melaksanakan eksperimen dengan memberikan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi. Setelah semua tahap terpenuhi hingga akhir sesi, selanjutnya adalah memberikan *posttest* untuk mendapatkan perbandingan data dari *pretest* ke *posttest*. Adapun tabel mengenai *non equivalent control group design* adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.5 Desain Penelitian**

Kelompok	pre-test	Treatment	Post-test
E	O <sub>1</sub>	X	O <sub>3</sub>
K	O <sub>2</sub>	-	O <sub>4</sub>

Keterangan:

- E : kelompok eksperimen
- K : kelompok kontrol
- O<sub>1</sub> : Nilai *pre test* kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan.
- O<sub>2</sub> : Nilai *post test* kelompok eksperimen sesudah diberikan perlakuan.
- X : Perlakuan dengan bimbingan kelompok teknik diskusi.
- O<sub>3</sub> : Nilai *pre test* kelompok kontrol
- O<sub>4</sub> : Nilai *post test* kelompok kontrol

Tahap dari *non equivalent control group design*, sebagai berikut:

- a. Tahapan kelompok eksperimen:
- 1) Melakukan pengukuran variabel (pre-test).
  - 2) Memberikan *treatment* dalam penelitian yang dilaksanakan dengan bimbingan kelompok teknik diskusi.
  - 3) Melakukan pengukuran variabel (post-test).

Tahapan kelompok pembanding:

- 1) Melakukan pengukuran variabel (pre-test).
- 2) Melakukan pengukuran variabel (post-test).

Responden penelitian dibagi ke dalam dua kelompok. Kemudian pada kelompok eksperimen akan diberikan perlakuan, sedangkan pada kelompok pembanding tidak diberikan perlakuan. Pada penelitian ini pembagian responden ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok pembanding dilakukan setelah didapatkan hasil dari pretes, setelah responden diketahui memiliki nilai dengan kategori tinggi kecanduan terhadap *smartphone*.

## **F. Prosedur Penelitian**

Pada penelitian ini dilakukan prosedur-prosedur penelitian sebagai berikut:

### **1. Penentuan Populasi dan Sampel**

Pada penelitian ini ditentukan sampel yang akan diambil dari populasinya, dalam hal ini penentuan sampel dilaksanakan dengan teknik *Non Probability Sampling* dimana dalam pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel.

### **2. Observasi**

Observasi menurut Hadi Sutrisno dalam Sugiyono (2015:145) merupakan suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua diantaranya yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan. Dalam penelitian ini dilakukan observasi setelah populasi ditentukan untuk mengetahui keadaan secara mendalam mengenai guru, siswa, dan lingkungan sekolah.

### **3. Penyebaran angket dan Pre-test**

Setelah kelompok sudah terbentuk, selanjutnya dalam penelitian ini akan dilaksanakan penyebaran angket. Penyebaran angket tersebut dilakukan kepada seluruh Populasi dalam hal ini siswa kelas XI SMK Veteran 1 Tulungagung yang berjumlah 98, untuk mengetahui tingkat kecanduan *smartphone* pada remaja. Dalam hal ini juga memungkinkan peneliti menggali lebih dalam lagi mengenai perilaku siswa.

### **4. Pembentukan Kelompok**

setelah penentuan populasi, sampel dan pelaksanaan observasi dilakukan, selanjutnya akan dibentuk dua kelompok. Pada kelompok



eksperimen terdapat pemimpin kelompok dimana pada penelitian ini adalah peneliti sendiri.

#### **5. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi**

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dilaksanakan sesuai dengan langkah-langkah yang disusun dimana peneliti sebagai pemimpin kelompok akan memberikan *Treatment* melalui layanan tersebut terhadap kelompok eksperimen yang berisikan materi-materi mengenai penggunaan *smartphone* secara berlebihan. Layanan ini akan diberikan sebanyak lima kali pertemuan dimana layanan akan dilaksanakan seminggu sekali, sementara pada kelompok pembandingan tidak diberikan.

#### **6. Pelaksanaan Post-test**

Setelah layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dilaksanakan, maka seluruh responden kembali diuji untuk mengetahui tingkat keberhasilan dari bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja di SMK Veteran 1 Tulungagung.

#### **7. Pengumpulan Data**

Data yang sudah diperoleh dari hasil penelitian yang dilaksanakan kemudian dikumpulkan diantaranya adalah data observasi, hasil angket *pretest* dan *posttest*, dan dokumentasi penelitian.

#### **8. Analisis Data**

Setelah semua data diperoleh dan terkumpul selanjutnya akan dianalisis sehingga dapat diambil kesimpulan dari penelitian ini dan dapat diketahui berhasil atau tidaknya dari layanan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja di SMK Veteran 1 Tulungagung. Analisis dituangkan dalam laporan penelitian.

### **G. Analisis Data**

Analisis data menurut Sugiyono (2015:147) adalah suatu kegiatan setelah dilakukannya pengumpulan data dari seluruh responden atau sumber data lain. Kegiatan dalam teknik analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.

## 1. Uji Prasyarat

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas menurut Sugiyono (2013:172) adalah sebuah uji yang bertujuan untuk memastikan agar setiap variabel dalam data yang akan dianalisis harus berdistribusi normal.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji *kolmogorov smirnov*, menurut Sugiyono (2017:156) adalah test yang digunakan untuk pengujian hipotesis komparatif dua sampel independen apabila datanya berbentuk ordinal dan telah tersusun pada tabel yang berdistribusi frekuensi kumulatif dengan menggunakan kelas-kelas interval. Adapun rumus uji *kolmogorov smirnov* adalah sebagai berikut:

$$D = \text{Maksimum} (Ss_{n_1}(X) - S_{n_2}(X))$$

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20 untuk melakukan analisis normalitas instrumen ini. Dasar dari pengambilan keputusan uji normalitas adalah:

- 1) Jika sign. (signifikansi) < 0,05, maka data berdistribusi tidak normal
- 2) Jika sig. (signifikansi) > 0,05, maka data berdistribusi normal.

Dalam penelitian ini uji normalitas dihitung menggunakan uji sampel *kolmogorov smirnov* dengan taraf sig. 0,05. Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20.

b. Uji Homogenitas

Menurut Prayitno dalam Sholihin (2018:90) uji homogenitas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui sama atau tidaknya beberapa varian dalam populasi. Kriteria pengujiannya adalah jika nilai sig.  $> 0,05$  maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok adalah sama. Jika nilai sig.  $< 0,05$  maka varian dua atau lebih kelompok dapat dikatakan tidak sama.

Dalam penelitian ini pengujian homogenitas dihitung menggunakan one way anova dengan menggunakan aplikasi SPSS (Statistical Package for Social Science) versi 20.

## 2. Uji Hipotesis

a. Uji T-test

Uji *T-test* dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan atau keterkaitan antara dua sampel yang diuji. Uji hipotesis yang digunakan adalah uji statistik parametrik *Independent sampel t-test*. Uji ini digunakan untuk mengambil keputusan apakah hipotesis diterima atau ditolak. Langkah analisis dalam uji *T test* untuk mengetahui adanya pengaruh di antaranya adalah:

1) Menentukan hipotesis

$H_0 : \mu_1 \leq \mu_2$  = layanan bimbingan kelompok teknik diskusi tidak efektif untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja di SMK Veteran 1 Tulungagung.

$H_1 : \mu_1 > \mu_2$  = layanan bimbingan kelompok teknik diskusi efektif untuk mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja di SMK Veteran 1 Tulungagung.

2) Menentukan taraf signifikansi

Nilai signifikansi  $< \alpha = 0,05$  maka  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

Nilai signifikansi  $> \alpha = 0,05$  maka  $H_1$  ditolak dan  $H_0$  diterima.

**b. Uji N-Gain Score**

Uji *N-Gain Score* dilakukan dengan cara menghitung selisih antara nilai *pretest* dan nilai *posttest*. Dengan menghitung selisih antara nilai *pretest* dan nilai *posttest* atau *N-Gain score* tersebut dapat diketahui apakah penggunaan atau penerapan suatu metode tertentu dapat dikatakan efektif atau tidak.

Teknik analisis data ini dihitung menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20)