

## ABSTRAK

Zainap, 2021, *Efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik self control (kontrol diri) dalam menggunakan sebabagai media belajar siswa di kelas X IPS I SMA Negeri 5 Pamekasan* skripsi, program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Fakultas Tarbiyah IAIN madura.

Dosen pembimbing: Fathol Haliq, S.Ag.,M.Si.

**Kata kunci:** Self control (kontrol diri), penggunaan gadget”.

Efektivitas teknik self control (kontrol diri) dalam menggunakan gadget sebagai media belajar merupakan hal yang sangat erat kaitannya yang sangat penting bagi siswa tersebut. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X IPS I di SMA Negeri 5 Pamekasan dengan jumlah 19 siswa. Dan dilakukan dengan menggunakan angket. Data yang digunakan dengan hasil penggunaan gadget siswa. Saat angket yang diberikan setelah belajar siswa. Jenis penelitian ini menggunakan menggunakan eksperimen dengan jenis penelitian wilcoxsom. Istrumen penelitian menggunakan angket yang disebarakan pada siswa dengan jumlah sampel 24 siswa. Peneliti menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *self control* bisa diterapkan di SMA Negeri 5 Pamekasan tahun ajaran 2020-2021.

Berdasarkan hal tersebut, maka terdapat pokok permasalahan yang menjadi kajian pokok dalam penelitian ini yaitu pertama, bagaimana efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *self control* (kontrol diri) dalam meningkatkan gadget sebagai media belajar siswa? Kedua, apakah terdapat perbedaan penggunaan gadget sebagai media belajar sebelum dan sesudah di berikan teknik *self control* (kontrol diri) di SMA Negeri 5 Pamekasan?. Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen dengan rancangan *pre experimental design* dan dengan menggunakan *one-group pretest-posttest design*. Sumber data diperoleh dari siswa langsung yaitu menggunakan Skala Penggunaan gadget sebagai media belajar siswa.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa teknik *self control* (kontrol diri) dapat digunakan dalam penggunaan gadget sebagai media belajar siswa. Ditunjukkan dengan uji *paired sample t test* diketahui bahwa nilai *sig. (2-tailed)* sebesar 0,000 kurang dari 0,05 maka ada perbedaan yang bermakna dari hasil rata-rata *pre-test* dan *post-test*. Serta ditunjukkan dengan nilai *t* hitung 4,333 lebih besar dari *t* tabel 2,069, maka ada pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Hasil pengujian nilai korelasi sebesar 0,727 hampir mendekati angka 1 yang artinya nilai tersebut membuktikan adanya korelasi yang sangat kuat antara teknik *self control* (kontrol diri) dalam penggunaan gadget sebagai media belajar siswa. Serta diketahui nilai *Sig. 0,000* yang diperoleh kurang dari 0,05 yang berarti ada perbedaan yang bermakna pada skor penerimaan diri yang dilihat dari nilai *pre-test* dan *post-test*.