

BAB IV

DESKRIPSI, PEMBUKTIAN HIPOTESIS, DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

1. Profil Sekolah

Nama Sekolah	: SMA Negeri 5 Pamekasan
Status	: Negeri
Nomor Telp/Fax	: (0324) 328856
Alamat	: Jl. Raya Kowel 01
Kecamatan	: Pamekasan
Kabupaten/Kota	: Pamekasan
Kode Pos	: 69351
Tahun Berdiri	: 1997
Program yang diselenggarakan	: IPA dan IPS

2. Visi dan Misi sekolah

a. Visi Sekolah :

Visi SMANegeri 5 Pamekasan : *“Unggul dalam Prestasi, kompeten dalam IPTEK berdasarkan IMTAQ.”*

Visi SMANegeri 5 Pamekasan menginginkan peserta didik mampu meraih prestasi di segala bidang baik dalam bidang IPTEK maupun dalam bidang IMTAQ, juga menginginkan peserta didik menjadi warga Negara yang taat dan berakhlaqul karimah, mampu bersaing di segala bidang dengan lembaga lain dalam berbagai hal baik dalam *life skill education*, akademik, seni ataupun dalam bidang olahraga, serta berpengetahuan yang cukup sebagai bekal masuk Perguruan Tinggi dan memiliki keterampilan yang dapat menunjang kehidupannya dalam masyarakat, dengan indikator :

- a) Siswa mampu melaksanakan ibadah wajib dengan tertib.
- b) Sopan dan ramah terhadap guru, keluarga, sesama teman dan masyarakat menurut norma-norma Islam.

- c) Terampil dalam perilaku keagamaan dan terampil sosial dalam menunjang kehidupan.

b. Misi Sekolah :

Adapun Misi SMA Negeri 5 Pamekasan yaitu sebagai berikut:

- 1) Menumbuhkan penghayatan terhadap ajaran agama yang dianut dan mengamalkan budaya bangsa sehingga menjadi sumber kearifan dalam bertindak.
- 2) Senantiasa berupaya menegakkan disiplin.
- 3) Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif sehingga setiap siswa berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang dimiliki.
- 4) Menumbuhkan semangat keunggulan secara intensitas kepada seluruh warga sekolah.
- 5) Mendorong dan membantu setiap siswa untuk mengenali dirinya sehingga dapat berkembang secara optimal.
- 6) Menerapkan manajemen partisipasi dengan melibatkan seluruh warga sekolah dan stakeholder sekolah.
- 7) Senantiasa menguasai perkembangan dan kemajuan IPTEK.
- 8) Senantiasa menumbuhkan sikap peduli lingkungan.

3. Profil BK di sekolah

a. Tujuan Umum

Tujuan pelayanan bimbingan dan konseling ialah agar konseli dapat:

- 1) Merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karir serta kehidupannya di masa yang akan datang
- 2) Mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya seoptimal mungkin
- 3) Menyesuaikan diri agar lingkungan pendidikan, lingkungan masyarakat seluruh lingkungan kerjanya
- 4) Mengatasi hambatan kesulitan yang dihadapi dalam studi, penyesuaian dengan lingkungan pendidikan, masyarakat, maupun lingkungan kerja.

b. Tujuan khusus:

Tujuan pelayanan bimbingan dan konseling secara khusus untuk membantu konseli agar dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya yang meliputi aspek pribadi-sosial, belajar (akademik), dan karir.

- 1) Tujuan bimbingan dan konseling yang terkait dengan aspek pribadi-sosial konseli adalah:
 - a) Memiliki komitmen yang kuat dalam mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, pergaulan dan teman sebaya, sekolah/madrasah, tempat kerja, maupun masyarakat pada umumnya.
 - b) Memiliki sikap toleransi terhadap umat beragama lain, dengan saling menghormati dan memelihara hak dan kewajiban masing-masing
 - c) Memiliki pemahaman tentang irama kehidupan yang bersifat fluktuatif antara yang menyenangkan (anugrah) dan yang tidak menyenangkan (musibah), serta dan mampu meresponya secara positif sesuai dengan ajaran yang dianut.
 - d) Memiliki pemahaman dan penerimaan diri secara objektif dan konstruktif, baik yang terkait dengan keunggulan maupun kelemahan, baik fisik maupun psikis.
 - e) Memiliki sikap positif atau respek terhadap diri sendiri dan orang lain
 - f) Memiliki kemampuan untuk melakukan pilihan secara sehat
 - g) Bersikap respek terhadap orang lain, menghormati atau menghargai orang lain, tidak melecehkan martabat atau harga dirinya
 - h) Memiliki rasa tanggung jawab, yang diwujudkan dalam bentuk komitmen terhadap tugas atau kewajibanya
 - i) Memiliki kemampuan berinteraksi sosial (*human relationship*), yang diwujudkan dalam bentuk hubungan persahabatan, persaudaraan, atau silaturahmi dengan sesama manusia
 - j) Memiliki kemampuan dalam menyelesaikan konflik (masalah) baik bersifat internal (dalam diri sendiri) maupun orang lain
 - k) Memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara efektif
- 2) Tujuan bimbingan dan konseling yang terkait dengan aspek akademik (belajar) adalah:

- a) Memiliki kesadaran tentang potensi diri dalam aspek belajar, ntadan memahami berbagai hambatan yang mungkin muncul dalam proses belajar yang dialaminya
 - b) Memiliki sikap dan kesabaran belajar yang positif seperti kebiasaan membaca buku, disiplin dalam belajar, mempunyai perhatian terhadap semua mata pelajaran, dan aktif mengikuti semua kegiatan belajar yang diprogramkan
 - c) Memiliki motif yang tinggi untuk belaja sepanjang hayat
 - d) Memilki keterampilan atau teknik belajar yang efektif, seperti keterampilan membaca buku, menggunakan kamus, mencatat pelajaran, dan mempersiapkan diri dalam menghadapi ujian
 - e) Memilki keterampilan untuk menetapkan tujuan dan perencanaan pendidikan, seperti membuat jadwal belajar, mengerjakan tugas-tugas, menetapkan diri dalam memperdalam pelajaran tertentu, dan berusaha memperoleh informasi tentang berbagai hal dalam rangka mengembangkan wawasan yang lebih luas
 - f) Memiliki kesiapan mental dan kemampuan untuk menghadapi ujian
- 3) Tujuan bimbingan dan konseling yang berhubungan dengan aspek karir adalah:
- a) Memiliki pemahaman diri (kemamouan, minat, dan kepribadian) yang terkait dengan pekerjaan
 - b) Memilki pengetahuan mengenai dunia kerja dan informasi karir yang menunjang kematangan kompetensi karir
 - c) Memiliki sikap positif terhadap dunia kerja. Dalam arti mau bekerja dalam bidang pekerjaan apapun, tanpa merasa rendah diri, asal bermakna bagi dirinya, dan sesuai dengan norma agama
 - d) Memahami relevansi kompetensi belajar (kemampuan menguasai pelajaran) dengan persyaratan keahlian atau keterampilan bidang pekerjaan yang menjadi cita-cita karirnya masa depan.

- e) Memiliki kemampuan untuk membentuk identitas karir, dengan cara mengenali ciri-ciri pekerjaan, kemampuan (persyaratan) yang dituntut, lingkungan psikologis pekerjaan, prospek kerja, dan kesejahteraan kerja
- f) Memiliki kemampuan merencanakan masa depan, yaitu merancang kehidupan secara rasional untuk memperoleh peran-peran yang sesuai dengan minat, kemampuan, dan kondisi kehidupan sosial ekonomi
- g) Dapat membentuk pola-pola karir, yaitu kecenderungan arah karir. Apabila seorang konseli bercita-cita menjadi seorang guru, maka dia senantiasa harus mengarahkan dirinya kepada kegiatan-kegiatan yang relevan dengan karir keguruan tersebut
- h) Mengenal keterampilan, kemampuan dan minat, keberhasilan atau kenyamanan dalam suatu karir amat dipengaruhi oleh kemampuan dan minat yang dimiliki. Oleh karena itu, maka setiap orang perlu memahami kemampuan dan minatnya, dalam bidang pekerjaan apa dia mampu, apakah dia berminat terhadap pekerjaan tersebut
- i) Memiliki kemampuan atau kematangan untuk mengambil keputusan karir

c. Komponen program BK

Komponen program bimbingan dan konseling di SMA meliputi : (1) layanan dasar, (2) layanan peminatan dan perencanaan individual, (3) Layanan Responsif, dan (4) dukungan sistem. Berikut penjelasan mengenai masing-masing komponen

1) Layanan Dasar

Layanan dasar adalah proses pemberian bantuan kepada semua peserta didik/konseli yang berkaitan dengan pengembangan sikap, pengetahuan, dan keterampilan dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir sebagai pengejawantahan tugas-tugas perkembangan mereka. Layanan dasar merupakan inti pendekatan perkembangan yang diorganisasikan berkenaan dengan pengetahuan tentang diri dan orang lain, perkembangan belajar, serta perencanaan dan eksplorasi karir. Layanan dasar pada sekolah dasar dilaksanakan dalam aktivitas yang langsung diberikan kepada peserta

didik/konseli adalah bimbingan kelompok, bimbingan klasikal, dan bimbingan lintas kelas. Aktivitas yang dilaksanakan melalui media adalah papan bimbingan, leaflet dan media inovatif bimbingan dan konseling. Bagi guru kelas yang menjalankan fungsi sebagai guru bimbingan dan konseling, layanan bimbingan klasikal dapat diintegrasikan dalam kegiatan pembelajaran tematik.

2) Layanan Responsif

Layanan responsif adalah layanan untuk memenuhi kebutuhan jangka pendek peserta didik, atau masalah-masalah yang dialami peserta didik/konseli yang bersumber dari lingkungan kehidupan pribadi, sosial, belajar, dan karir. Layanan terdiri atas konseling individual, konseling kelompok, konsultasi, konferensi kasus, referral dan advokasi. Sementara aktivitas layanan responsif melalui media adalah konseling melalui elektronik dan kotak masalah. Pada konteks layanan responsif di Sekolah Dasar, guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan intervensi secara singkat. Pada layanan responsif juga dilakukan advokasi yang menitikberatkan pada membantu peserta didik/konseli untuk memiliki kesempatan yang sama dalam mencapai tugas-tugas perkembangan. Guru bimbingan dan konseling atau konselor menyadari terdapat rintangan-rintangan bagi peserta didik yang disebabkan oleh disabilitas, jenis kelamin, suku bangsa, bahasa, orientasi seksual, status sosial ekonomi, pengaruh orangtua, keberbakatan, dan sebagainya. Guru bimbingan dan konseling atau konselor harus memberikan advokasi agar semua peserta didik/konseli mendapatkan perlakuan yang setara selama menempuh pendidikan di Sekolah Dasar.

3) Layanan Peminatan dan Perencanaan Individual Peserta Didik

Layanan peminatan dan perencanaan individual merupakan proses pemberian bantuan kepada semua peserta didik/konseli dalam membuat dan mengimplementasikan rencana pribadi, sosial, belajar, dan karir. Tujuan utama layanan ini ialah membantu peserta didik belajar memantau dan memahami pertumbuhan dan perkembangannya sendiri dan mengambil tindakan secara proaktif terhadap informasi tersebut. Layanan peminatan dan perencanaan individual berisi aktivitas membantu setiap peserta didik untuk mengembangkan dan meninjau minat dan perencanaan

pribadi, sosial, belajar, dan karir. Aktivitas dimulai sejak peserta didik masih di sekolah dasar dan berlanjut terus sampai di sekolah menengah. Rencana yang telah dibuat oleh peserta didik ditinjau dan diperbaharui secara berkala dan didokumentasikan di dalam profil peserta didik, misalnya dalam bentuk grafik. Aktivitas layanan peminatan dan perencanaan individual yang langsung diberikan kepada peserta didik dapat berupa kegiatan bimbingan klasikal, konseling individual, konseling kelompok, bimbingan kelas besar atau lintas kelas, bimbingan kelompok, konsultasi dan kolaborasi. Aktivitas peminatan dan perencanaan individual di Sekolah Dasar terintegrasi dengan kegiatan ekstrakurikuler. Pemilihan kegiatan ekstrakurikuler juga dapat menggambarkan minat peserta didik pada aktivitas tertentu. Guru bimbingan dan konseling atau konselor dapat memberikan informasi tentang perencanaan pribadi, akademik dan karir dalam pemilihan kegiatan ekstra kurikuler bagi peserta didik.

4) Dukungan Sistem

Dukungan sistem merupakan komponen pelayanan dan kegiatan manajemen, tata kerja infrastruktur dan pengembangan keprofesionalan konselor secara berkelanjutan yang secara tidak langsung memberikan bantuan kepada peserta didik atau memfasilitasi kelancaran perkembangan peserta didik. Aktivitas yang dilakukan dalam dukungan sistem adalah (1) administrasi, yang di dalamnya termasuk melaksanakan dan menindaklanjuti asesmen, kunjungan rumah, menyusun dan melaporkan program bimbingan dan konseling, membuat evaluasi, dan melaksanakan administrasi dan mekanisme bimbingan dan konseling, serta (2) kegiatan tambahan dan pengembangan profesi, bagi konselor atau guru kelas yang berfungsi sebagai guru bimbingan dan konseling, kegiatan pengembangan profesi dilaksanakan sesuai dengan tugasnya sebagai guru kelas dengan diperkaya oleh kegiatan pelatihan atau lokakarya tentang bimbingan dan konseling untuk memperkuat kompetensi dalam menjalankan fungsi sebagai guru bimbingan dan konseling atau konselor. Pengembangan Keprofesian Berkelanjutan (guru sebagai pembelajar) bagi konselor atau guru bimbingan dan konseling dapat dilakukan dengan moda tatap muka, *daring* dan kombinasi antara tatap muka dan *daring*.

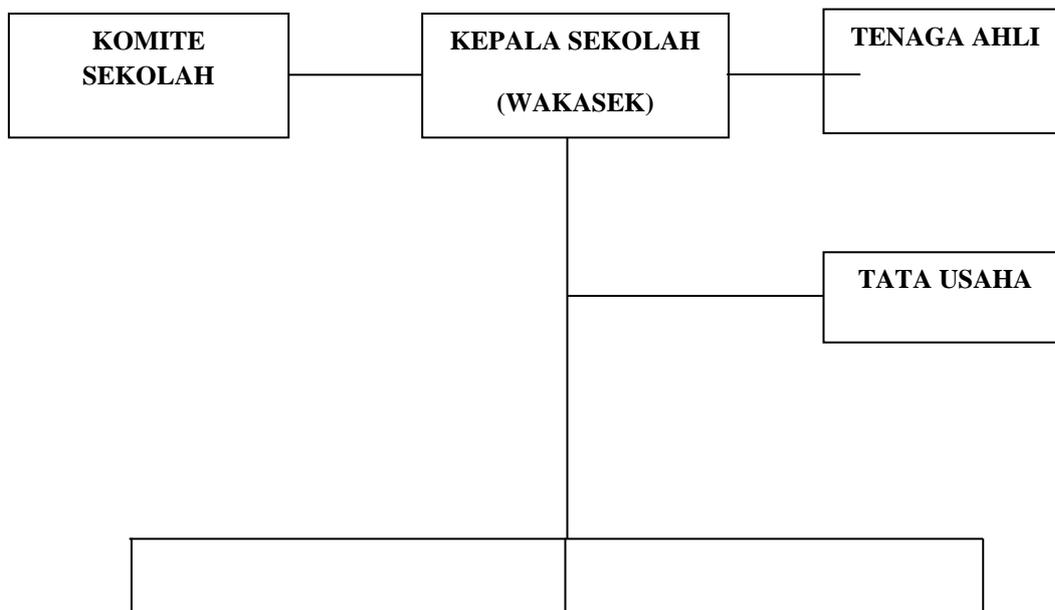
4. Data Peserta Didik Dan Guru SMA Negeri 5 Pamekasan

a. **Tabel 4.1 Data Peserta Didik Berdasarkan Jenis Kelamin**

NO	KELAS	L	P	JUMLAH
1	X. MIPA -1	10	14	24
2	X. MIPA- 2	10	14	24
3	X. IPS -1	21	3	24
4	X. IPS -2	19	3	22
6	XI. MIPA -1	5	22	27
7	XI. MIPA -2	12	15	27
8	XI. IPS -1	22	4	26
9	XI. IPS -2	21	4	25
10	XI. IPS -3	12	14	26
13	XII. MIPA -1	9	20	29
14	XII. MIPA -2	22	6	28
15	XII. IPS -1	23	2	25
16	XII. IPS -2	22	0	22
17	XII. IPS -3	13	12	25
JUMLAH		222	133	355

b. **Tabel 4.2 Data Guru Berdasarkan Pendidikan**

No	Pendidikan	Jumlah
1.	Magister (S2)	15
2.	Sarjana (S1)	30
JUMLAH		45

c. **Struktur Sekolah**

GURU BIDANG STUDI

5. Hasil Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan salah satu uji prasyarat analisis untuk mengetahui apakah data yang didapat dari hasil variabel yang telah diteliti sudah berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Stastical Package For Social Sciene* (SPSS) versi 26 *for windows* dengan menggunakan Uji *Kolmogorov Smirnov*. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas *kolmogorov smirnov* adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai signifikansi (sig.) lebih besar dari 0,05 maka data penelitian berdistribusi normal.
- 2) Jika nilai signifikansi (sig.) kurang dari 0,05 maka data penelitian tidak berdistribusi normal.

Hasil output uji normalitas

Tabel 4.3 Hasil Output Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		24
Normal	Mean	,0000000

Parameters ^{a,b}	Std. Deviation	4,29541443
Most Extreme Differences	Absolute	,132
	Positive	,132
	Negative	-,110
Test Statistic		,132
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Tests of Normality							
	Test	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Hasil	Pretest	.102	24	.200*	.979	24	.873
	Posttest	.111	24	.200*	.968	24	.611

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-smirnov*, dapat diketahui bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yaitu 0,200 menunjukkan bahwa nilai signifikansi hasil pengujian lebih dari 0,05 yang artinya bahwa variabel yang diteliti berdistribusi normal.

6. Data Kuantitatif

a. Data Pengukuran Awal (Pre-Test)

Berdasarkan pemilihan sampel yang menggunakan *purposive sampling* yaitu penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu maka terpilihlah kelas X IPS-1 yang memiliki skor kategori sedang untuk menjadi subjek penelitian dalam penelitian ini yang kemudian akan diberikan treatment atau perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik *self control* (kontrol diri).

Sebelum diberikan perlakuan, peneliti memberikan skala penggunaan gadget kepada seluruh populasi yaitu 24 siswa terlebih dahulu untuk mengetahui kondisi awal. Kemudian didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.4

Tabel Hasil Penyebaran Angket

No	Subjek Penelitian	Skor penggunaan gadget	Keterangan
1	IZM	62	Tinggi
2	MIH	63	Tinggi
3	AJ	64	Tinggi
4	AK	62	Tinggi
5	NAR	64	Tinggi
6	MAR	64	Tinggi
7	MRH	65	Tinggi
8	RD	68	Tinggi
9	MBEP	71	Tinggi
10	NH	64	Tinggi
11	MRF	65	Tinggi
12	MFA	82	Sangat tinggi
13	NF	72	Tinggi
14	MRS	69	Tinggi
15	DW	70	Tinggi
16	MFH	66	Tinggi
17	ETS	80	Tinggi
18	ITW	77	Tinggi
19	MNR	83	Sangat tinggi
20	SEW	79	Tinggi
21	KU	78	Tinggi
22	IF	79	Tinggi
23	DM	77	Tinggi
24	RZ	81	Sangat tinggi

Dengan Prediktor sebagai berikut :

81-100 : Sangat Tinggi

61-80 : Tinggi

41-60 : Sedang

20-40 : Rendah

b. Data Hasil *Treatment*

Treatmen berupa bimbingan kelompok dengan teknik *self control* akan diberikan kepada siswa yang memiliki tingkat penggunaan gadget sebagai media belajar rendah. Dalam penelitian ini bimbingan kelompok bimbingan kelompok akan dilakukan kepada siswa kelas X IPS I dengan jumlah siswa 24 orang. Pemberian bimbingan kelompok dengan teknik *self control* dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan di ruang kelas X IPS I SMA Negeri 5 Pamekasan.

Pemberian bimbingan kelompok dengan teknik *self control* ini dilakukan peneliti dalam penggunaan gadget sebagai media belajar siswa. Adapun uraian dalam pemberian *treatmen* sebagai berikut:

1) Pertemuan pertama

Hari/ Tanggal :Senin 12 April 2021
 Pokok bahasan :Pembinaan hubungan, pemberian soal *pre-test*, menjelaskan tentang penggunaan gadget yang baik sebagai media belajar. Dan pembentukan kelompok-kelompok kecil
 Tempat : Ruang Kelas X IPS I
 Tujuan :Untuk mengetahui skor awal keterampilan penggunaan gadget siswa sebagai media belajar siswa.

2) Pertemuan kedua

Hari/ Tanggal :Rabu 14 April 2021
 Pokok bahasan :Berdiskusi dengan kelompok tentang pengertian bagaimana cara menggunakan gadget dengan baik dan benar dan cara mengontrol waktu dalam penggunaan gadget
 Tempat : Rkelas X IPS I
 Tujuan :Agar siswa lebih memahami penggunaan gadget tersendiri dan bagaimana mengatur waktu dalam penggunaan gadget

3) Pertemuan ketiga

Hari/ Tanggal :Senin 19 April 2021

Pokok bahasan :Konselor meminta siswa untuk menjelaskan bagaimana cara mereka menggunakan gadget dalam kesehariannya

Tempat :Ruang kelas X IPS I

Tujuan :Untuk mengetahui apakah siswa sudah mempunyai keterampilan dalam penggunaan gadget sebagai media belajar

4) Pertemuan keempat

Hari/ Tanggal :Rabu 21 April 2021

Pokok bahasan :Mengulang kembali apa yang sudah dijelaskan pada pertemuan ke 2 dan ke 3

Tempat :Ruang kelas X IPS I

Tujuan :Agar siswa bisa lebih baik dan benar dalam menggunakan gadget

c. Data Hasil Post-Test

Tabel 4.5 Hasil *Post-test*

No	Subjek Penelitian	Skor penggunaan gadget	Keterangan
1	IZM	78	Tinggi
2	MIH	78	Tinggi
3	AJ	74	Tinggi
4	AK	79	Tinggi
5	NAR	71	Tinggi
6	MAR	75	Tinggi
7	MRH	73	Tinggi
8	RD	76	Tinggi
9	MBEP	82	Sangat Tinggi
10	NH	86	Sangat Tinggi
11	MRF	78	Sangat Tinggi
12	MFA	82	Sangat tinggi
13	NF	78	Tinggi
14	MRS	74	Tinggi
15	DW	70	Tinggi
16	MFH	71	Tinggi

17	ETS	90	Sangat Tinggi
18	ITW	84	Sangat Tinggi
19	MNR	83	Sangat tinggi
20	SEW	81	Sangat Tinggi
21	KU	79	Tinggi
22	IF	86	Sangat Tinggi
23	DM	87	Sangat Tinggi
24	RZ	91	Sangat tinggi

B. Pembuktian Hipotesis

Teknik analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah uji *paired sample T-test*. Uji ini merupakan bagian dari uji hipotesis komparatif atau uji perbandingan. Peneliti menggunakan uji ini karena ingin mengetahui perbedaan rata-rata dari dua sampel yang saling berhubungan atau berpasangan. Hasil pengujian hipotesis diperoleh rincian sebagai berikut:

1. Paired Sampel T-Test

Tabel 4.6
Paired Sample T-Test

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	Df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1 pretest – posttest	-4,333	4,082	833	-6,057	-2,609	-5,200	23	.000

Dari hasil uji *paired sample t test* diketahui bahwa *mean* atau hasil rata-rata adalah sebesar -4.333 nilai ini adalah selisih antara rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test* serta diketahui bahwa *Sig. (2-tailed)* sebesar 0,000. Berdasarkan pedoman pengambilan keputusan dalam uji *paired sample t-test* menurut Singgih Santosa berdasarkan nilai *Sig.* adalah sebagai berikut:

- a) Jika nilai *Sig. (2-tailed)* kurang dari 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima.
- b) Jika nilai *Sig. (2-tailed)* lebih dari 0,05 maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Dalam uji *paired sample t test* diatas diketahui bahwa nilai *sig. (2 tailed)* sebesar 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 maka ada perbedaan yang bermakna dari hasil rata-rata *pre-test* dan *post-test*.

2. Uji T

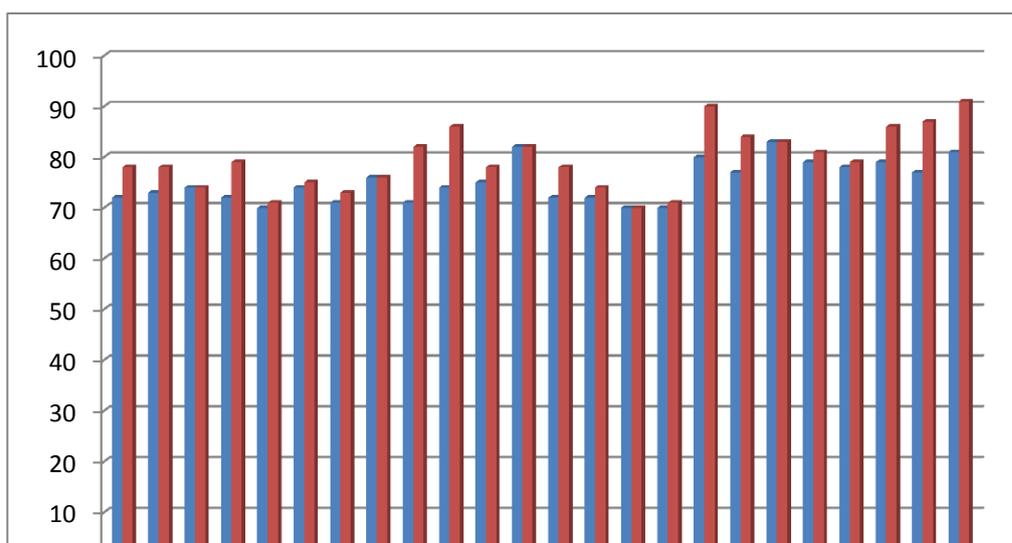
Uji t atau dikenal dengan uji parsial, adalah uji yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Uji ini dapat dilakukan dengan membandingkan t hitung dengan t tabel atau dengan melihat kolom signifikansi pada masing-masing t hitung. Dari hasil uji *paired sample t test* diatas, diketahui bahwa nilai t hitung adalah -4.333. T hitung bernilai negatif dikarenakan nilai rata-rata *pre-test* lebih rendah dibanding nilai rata-rata *post-test*. Dalam konteks seperti ini nilai t hitung negatif dapat diartikan positif sehingga nilai t hitung menjadi 4.333. Diketahui t tabel dengan df 23 adalah sebesar 2,069 yang berarti nilai t hitung lebih besar dari t tabel maka ada pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) atau hipotesis diterima.

3. Paired Samples Statistics

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	75,08	24	4,032	.823
	Posttes t	79,42	24	5,934	1.211

Berdasarkan *uji paired samples statistics* diperoleh hasil rata-rata nilai *pre-test* sebesar 75,08 dan rata-rata nilai *post-test* sebesar 79,42. Diketahui bahwa rata-rata nilai *post-test* lebih tinggi dibanding rata-rata nilai *pre-test* yang menunjukkan bahwa ada perubahan skor yang bermakna dari hasil treatment yang berarti teknik *self control* (kontrol diri) efektif dalam penggunaan gadget sebagai media belajar siswa

Diagram Batang Hasil Pre-Test Dan Post-Test Skala Penerimaan Diri



Keterangan:

 Pre-test

 Post-test

Dari diagram di atas dapat dilihat adanya perbedaan skor keterampilan komunikasi. Untuk grafik *post-test* secara umum lebih tinggi dibanding *pre-test* hal ini berarti terdapat perbedaan skor antara hasil *pre-test* dengan *post-test* setelah diberikan treatment teknik *self control* (kontrol diri).

4. Paired Samples Correlations

Paired Samples Correlations		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pretest & posttest	24	.727	.000

Dari hasil uji paired samples correlations diketahui bahwa nilai korelasi sebesar 0,727 dan 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*.

C. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik *self control* (kontrol diri) dapat digunakan dalam penggunaan gadget sebagai media belajar. 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*.

Kontrol diri merupakan suatu kecapakan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan mentupi perasannya. Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengedalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya, kontrol emosi dapat diterima bila reaksi masyarakat terhadap penendalian emosi adalah positif. Namun reaksi positif saja tidak cukup karenanya perlu diperhatikan kriteria lain, yaitu efek yang muncul setelah mengontrol emosi terhadap kondisi fisik dan psikis, kontrol emosi seharusnya

tidak membahayakan fisik dan psikis individu. Artinya dengan mengontrol emosi dan kondisi fisik dan psikis individu harus membaik.(teori-teori psikologi).

Masalah yang dihadapi peneliti selama proses penelitian tersebut yang dilakukan adalah terdapat beberapa siswa yang sering tidak masuk kelas ketika proses bimbingan kelompok yang dilaksanakan tersebut, hal ini jelas dipengaruhi terhadap skor akhir yang di dapatkan dari siswa tersebut. Sebagian siswa dapat mengerjakan soal *pre-test* namun tidak bisa mengerjakan soal *post-test* dikarenakan yang tidak masuk pada waktu pelaksanaan, sebaliknya ada yang dapat mengerjakan soal *post-test* tapi ada yang tidak melakukan *pre-test*. sehingga nilai yang diperoleh tidak dapat dianalisis karena kurangnya satu poin tersebut.

Selain itu, ada beberapa siswa yang memiliki permasalahan tentang kurangnya pemahaman dalam penggunaan gadget sebagai media belajar itu sendiri. Mayoritas permasalahan tentang penggunaan gadget disini kebanyakan dari mereka kurangnya cara mengatur waktu dan kontrol diri dari mereka untuk menggunakan gadget sebagai media belajar bukan hanya saja tentang game online dan sosial media saja, sehingga pada saat menggunakan gadget mereka hanya fokus pada game dan sosial media. Kemudian beberapa siswa belum paham tentang penggunaan gadget yang baik dan benar. Oleh karena itu peneliti harus menjelaskan terlebih dahulu sebelum melakukan bimbingan kelompok agar siswa mengerti tentang cara menggunakan gadget sebagai media belajar.

Dalam pemberian *post-test*, skor skala penggunaan gadget sebagai media belajar siswa di SMA Negeri 5 Pamekasan mengalami peningkatan, hal ini merupakan hasil dari *treatment* atau perlakuan teknik *self control* (kontrol diri).

Bimbingan kelompok dilakukan kurang lebih selama 40 menit. Sebelum melakukan proses bimbingan kelompok peneliti menjelaskan maksud dari proses bimbingan kelompok ini. Setelah itu, peneliti memulai proses bimbingan kelompok dengan menjelaskan terlebih dahulu apa itu manfaat gadget yang sebenarnya. Kemudian peneliti mulai masuk pada penjelasan bagaimana mereka cara mengatur waktu antara bermain game online dan sosial media serta belajar, lalu peneliti menjelaskan betapa mudahnya belajar melalui gadget yang sudah ada fitur untuk mencari materi tambahan, bisa melalui chat WA guru jika tidak paham bukan hanya saja tentang game online dan sosial media saja. Kemudian mengakhiri sesi bimbingan kelompok. Proses bimbingan kelompok ini dilakukan selama 4 kali pertemuan dengan topik yang berbeda.