

## BAB IV

### DESKRIPSI, PEMBUKTIAN HIPOTESIS, DAN PEMBAHASAN

#### A. DESKRIPSI DATA

##### 1. Gambaran Umum Objek Yang Diteliti (SMPN 2 LARANGAN PAMEKASAN).

Keberadaan SMPN 2 Larangan merupakan salah satu sekolah negeri yang berdiri di pinggiran kota pamekasan bagian timur. Lembaga ini berdiri diatas tanah seluas 8.450 m<sup>2</sup> pada tahun 1997 dan mulai beroperasi pada tahun 1998. Sebagai sekolah negeri yang berada dibagian paling timur kota pamekasan dan berbatasan dengan kabupaten sumenep, maka kebanyakan peserta didiknya berasal dari kabupaten sumenep tepatnya desa kaduara timur, sendang, parenduan, karduluk dan lamperengsamapi desa kapedi. SMP Negeri 2 Larangan terletak di JL. Raya Talang Kecamatan Larangan Kabupaten Pamekasan di Desa Montok.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *pre-experiment design* Dimana jenis penelitian ini merupakan penelitian yang sebelum melakukan penelitian terlebih dahulu diberikan *pretest* sebelum diberikannya perlakuan (*treatment*). Setelah diberikannya perlakuan (*treatment*) maka diberikan sebuah *posttest* untuk mengetahui atau membandingkan keadaan sebelumnya diberikannya perlakuan (*treatment*).

Dalam penelitian ini langkah pertama yang dilakukan peneliti yaitu mendatangi kelas 9A-9E dikarenakan kelas 9 merupakan objek yang diteliti. Selanjutnya langkah yang diambil peneliti yaitu menyebarkan angket kepada siswa kelas 9, dimana dalam isi angket tersebut berisi

pernyataan tentang ketergantungan siswa terhadap media sosial, setelah peneliti selesai menyebarkan angket selanjutnya peneliti mengelola data yang didapatkan menggunakan SPSS 25, sehingga peneliti mengetahui tingkat ketergantungan menggunakan media sosial di setiap kelas.

langkah selanjutnya ketika peneliti mengetahui tingkat ketergantungan media sosial di kelas 9 peneliti memberikan konseling kelompok terhadap siswa yang mengalami tingkat ketergantungan media sosial paling tinggi.

## **2. Visi dan Misi SMPN 2 Larangan Pamekasan**

### **a. Visi Sekolah**

- 1) Terwujudnya Standar Kompetensi Kelulusan yang beriman, bertakwa dan berakhlak mulia.
- 2) Terwujudnya Standar Isi di Sekolah.
- 3) Terwujudnya standar proses pendidikan di sekolah.
- 4) Terwujudnya tenaga pendidik dan kependidikan profesional.
- 5) Tersedianya sarana dan prasarana yang memenuhi standar pendidikan.
- 6) Terwujudnya pengelolaan di sekolah.
- 7) tersedianya biaya pendidikan yang sesuai dengan MBS.
- 8) Terwujudnya standar penilaian pendidikan.

### **b. Misi Sekolah**

- 1) Membentuk dan mengembangkan insan beriman dan bertaqwa serta saling menghormati antara umat beragama (*religius*).

- 2) Melaksanakan bimbingan dan pembelajaran kontekstual sehingga peserta didik berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang mereka miliki.
- 3) Membentuk insan berprestasi (*unggul*) didalam bidang akademik maupun non akademik.
- 4) Menciptakan lingkungan sekolah yang sehat, ramah, aman, rindang dan indah.
- 5) Melaksanakan manajemen berbasis sekolah.
- 6) Membentuk insan berkarakter luhur pada budaya bangsa, demi tercapainya pelestarian serta pencegahan proses kerusakan lingkungan dan pengendalian kerusakan lingkungan.

### **3. Uji Normalitas**

Untuk mengetahui data yang diperoleh oleh peneliti dari hasil variabel sudah normal atau tidak dapat menggunakan Uji normalitas. Uji normalitas yang digunakan oleh peneliti memakai bantuan aplikasi SPSS versi 25 dengan memakai *kolmogorov Smirnov*.

Dasar pengembalian keputusan dalam uji normalitas Kolmogrov-smirnov sebaaian berikut:

- a. Jika nilai signifikan (Sig.) > 0,05 otomatis data penelitian sudah normal.
- b. Jika nilai signifikan (Sig.) < 0,05 otomatis data penelitian tidak normal.

**Tabel 4.1 Hasil Output Uji Normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Kecanduan_Media_Sosial
N		50
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	85.86
	Std. Deviation	14.083
Most Extreme Differences	Absolute	.072
	Positive	.072
	Negative	-.050
Kolmogorov-Smirnov Z		.506
Asymp. Sig. (2-tailed)		.960

- a. Test distribution is Normal
- b. Calculated from data.

Bersumber dari buah uji Normalitas menggunakan uji kolmogrov-smirnov diperoleh nilai Asymp. Sig yang sama yaitu sejumlah 0,960, artinya hasil uji normalitas menunjukkan kalau jumlah signifikan (sig) > 0,05 perihsl ini menunjukkan bahwa variabel yang diteliti normal.

**4. Data kuantitatif**

**a. Data pengukuran Awal**

**4.2 Skala Kecanduan Media Sosial (Pre-Test)**

No	Nama	Total Skor
1	YRYS	70
2	GME	87
3	MA	82
4	S	91
5	HK	85
6	ESD	82
7	KAJ	101
8	IMA	92
9	MRR	118
10	PAF	80
11	RA	97
12	AZA	108
13	MIFM	100
14	FFN	84
15	SIM	66

16	MNR	72
17	KA	109
18	AIY	73
19	AS	63
20	MAF	77
21	MFK	94
22	RW	72
23	FA	95
24	ND	104
25	EP	94
26	SM	104
27	MA	80
28	MS	98
29	PYY	78
30	SAA	101
31	DRY	86
32	AZN	85
33	YS	86
34	DPS	70
35	MZF	112
36	NF	78
37	AH	111
38	AF	93
39	AR	59
40	SS	75
41	NR	83
42	PP	70
43	AS	65
44	OSNK	76
45	SH	91
46	KA	75
47	ZFR	87
48	ESR	74
49	YS	71
50	BF	89

**b. Data Hasil Treatment**

Treatment adalah sebuah tindakan yang di beriakn oleh konselor kepada konseli setelah melakukan pre-test. Treatmen yang digunakan

oleh peneliti disini di setting dalam bentuk grup menggunakan teknik *Self-Management* dilakukan terhadap terhadap peserta didik yang memiliki kecanduan media sosial yang rendah. Pada penelitian ini konseling akan diberikan kepada peserta didik yang memiliki tingkat kecanduan media sosial yang rendah. pada penelitian ini konseling konseling akan dilakukan kepada siswa kelas SMPN 2 LARANGAN kelas IX dengan jumlah 5 orang dari 5 kelas. Konseling kelompok dengan teknik *Self-Management* disini dilaksanakan sebanyak 3 kali tatap muka di ruang kelas SMPN 2 Larangan. Tujuan dari konseling ini dilakukan oleh peneliti ini untuk mengurangi kecanduan media sosial siswa. Adapaun urain *treatment* sebagai berikut:

**Tabel 4.3 Identifikasi Masalah Siswa**

Nama	Identifikasi Masalah	Tanggal Konseling	Waktu	Tempat
MRR	Lebih aktif bermain media sosial dibandingkan aktif di kelas	Selasa 12 Oktober 2021	1 X 30 Menit	Ruang kelas kosong
MZF	Sulit membagi waktu antara bermain medsos dan belajar	Kamis 14 Oktober 2021	1 X 30 Menit	Ruang kelas kosong
AH	Lupa belajar karena telalu	Senin 18 Oktober 2021	1 X 30 Menit	Ruang kelas kosong

	asik main medsos			
KZ	Bermain media sosial sampai larut malam	Selasa 19 Oktober 2021	1x 40 Menit	Ruang kelas kosong
AZA	Sulit membagi waktu anata belajar dan bermain media sosial	Kamis 21 Oktober 2021	1 X 40 Menit	Ruang kelas kosong

1) Pertemuan pertama

Hari/Tanggal : Kamis, 30 September 2021

Pokok Pembahasan : Pemberian *pretest* kepada para siswa tentang ketergantungan media sosial

Tempat : Ruang kelas

Waktu : 1 X 30 Menit

Tujuan : Untuk mengetahui tingkat ketergantungan menggunakan media sosial

Kegiatan : pada kegiatan ini konselor menjelaskan kepada siswa tentang cara mengisi angket/kuisiner tentang ketergantungan menggunakan media

sosial sesuai dengan kondisi para siswa  
saat ini

## 2) Pertemuan proses konseling

a) Tahap Monitoring (Evaluasi diri atau observasi diri) adapun hasil monitoring seperti berikut:

Konseli pertama: lebih aktif di medsos dibandingkan dikelas, tidak suka dengan pelajarannya, tidak menegerti penjelasan guru.

Konseli kedua: sulit membagi waktu antara belajar dan bermain medsos.

Konseli ketiga: lupa belajar kerana keasikan bermain media sosial, membutuhkan waktu yang lama untuk bermain medsos.

Konseli keempat: bermain media sosial sampai larut malam, membutuhkan waktu yang lama bermain medsos, lebih senang berkomunikasi dengan teman lewat medsos sampai larut malam.

Konseli kelima: sulit membagi waktu antara belajar dan bermain medsos, tidak mengerti dengan pelajaran.

b) Tahap Merubah Stimulus Lingkungan (konselor membantu konseli untuk memilih tingkah laku yang ingin dirubah).

Konseli pertama: lebih aktif dikelas dibandingkan di medsos, jika ada pelajaran yang tidak dimengerti akan lebih aktif untuk bertanya.

Konseli kedua: akan membagi waktu antara belajar dan bermain medsos.



Konseli ketiga: akan mengurangi waktu bermain medsos, mengurangi diri dalam berkomunikasi dengan teman.

Konseli ketiga: fokus belajar dari pada bermain medsos, mengurangi waktu dalam bermain medsos.

Konseli keempat: mengurangi waktu bermain medsos, mengurangi berkomunikasi dengan teman.

Konseli kelima: akan membatasi bermain medsos, jika ada pelajaran yang tidak mengerti akan bertanya.

- c) Merubah Konsekuensi Respon (konselor membantu konseli untuk menyebutkan respon apa saja yang ingin dilakukan jika dihadapkan dengan situasi yang membuat konseli akan terpengaruh dengan masalah tersebut) adapun hasilnya sebagai berikut.

Konseli pertama: membuat jadwal antara bermain medsos dan belajar, melatih diri untuk mengacungkan tangan agar pada saat ada pelajaran yang tidak mengerti tidak malu untuk bertanya, bertanya pada saat ada pelajaran yang kurang mengerti.

Konseli kedua: menonaktifkan media sosial pada saat belajar dan tidur.

Konseli ketiga: menonaktifkan media sosial pada saat belajar, membuat jadwal antara belajar dan bermain hp, menjauhkan hp dari tempat tidur agar tidak mudah berkomunikasi dengan teman.

Konseli keempat: membuat jadwal antara bermain hp dan belajar, menon aktifkan hp pada saat mau tidur, menjauhkan hp dari tempat tidur agar tidak mudah main dan berkomunikasi dengan teman.

Konseli kelima: membuat jadwal untuk membatasi antara belajar dan bermain medsos, bertanya pada saat ada pelajaran yang tidak di mengerti

d) Tahap pemberian tugas rumah

Tugas rumah ini diberikan oleh konselor setelah melakukan tiga kali tahap tersebut. Tugas rumah ini di berikan kepada masing-masing konseli sesuai dengan permasalahan yang di hadapinya. Tugas tersebut dilakukan sesuai dengan yang sudah disepakati pada tahap ketiga yaitu teknik *Self-Management*. Tugas rumah tersebut diberikan jangka waktu satu minggu pada saat proses konseling dan akan di evaluasi pada saat pertemuan selanjutnya.

e) Pertemuan pemberian Post-Test

Hari/Tanggal : Sabtu, 23 Oktober 2021

Pokok Pembahasan : Mengevaluasi tugas rumah konseli sebelum pemberian *post-test* kepada siswa tentang ketergantungan media sosial

Tempat : Ruang Kelas

Waktu : 1 X 30 Menit

Tujuan : Untuk mendapati apakah ada perubahan setelah dilakukanya *treatment* kepada siswa

Kegiatan : setelah melakukan *pretest* dan *treatment* konselor kembali memberikan angket untuk siswa setelah dan sebelum diberikan *pretest*

**c. Data Pengukuran Akhir**

**Tabel 4.4 Hasil Skala Ketergantungan Siswa (Post-Test)**

No	Nama	Total Skor
1	MRR	118
2	MZF	112
3	AH	111
4	KA	109
5	AZA	108

**B. Pembuktian hipotesis**

Teknik analisis data yang digunakan pada riset ini yaitu uji paired sampel T-test (uji sampel berpasangan). Dimana uji tersenut merupakan uji perbandingan yang bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata dua sampel yang saling berhubungan. Adapun hasil dari hipotetis yang diperoleh yaitu:

**1. Uji Paired Sampel T-Test**

**4.5 Pired sampel T-Test**

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Pre Test - Post Test	41.600	5.941	2.657	34.223	48.977	15.656	4	.000

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre Test	111.60	5	3.912	1.749
	Post Test	70.00	5	6.205	2.775

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre Test & Post Test	5	.381	.527

Dari hasil uji paired sampel T-test diatas dapat di ketahui bahwa rata-rata atau mean sebesar 41.600 nilai tersebut ialah jarak antara nilai pre-test. Bisa dikenal bahwa sig. (2-tailed) sebesar 0,01. Berdasarkan hasil pengemablian keputusan dalam uji paired tersebut menurut singgih sebagai berikut:

- a. Jika nilai sig. (2-tailed) < 0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima
- b. juka nilai sig. (2-tailed) > 0,05 maka Ho diterima dan Ha ditolak

Dalam Uji Paired Sampel T-Test diatas dapat dilihat bahwasanya nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,001 yang berati kurang dari 0,05 yang artinya terdapat perbedaan dari hasil rata-rata pre-test dan post-test.

## 2. Uji T

Uji T ialah uji yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas atas variabel terkait, uji T yang diperoleh dilaksanakan dengan cara dibandingkan t hitung dengan t tabel. Hasil uji paired sampel t test , dapat diketahui t hitung yaitu 15,656. Uji T dapat diperoleh dari hasil SPSS 25

### 4.6 Selisih Hasil Pre-Test Dan Post-Test

No	Nama	Total Skor Pre-Test	Total Skor Post-Test	Perbedaan
----	------	---------------------	----------------------	-----------

1	MRR	118	78	40
2	MZF	112	63	49
3	AH	111	65	46
4	KA	109	70	39
5	AZA	108	74	34
Jumlah				208
Rata-rata				41.6

Dari hasil di atas dapat diketahui melalui aplikasi SPSS diperoleh hasil 15,656. diketahui t hitung dengan df 4 adalah sebesar 2,132 yang artinya nilai t hitung > dari t tabel.

### C. Uji Paired Sampels Correlations

Dari hasil *paired sampels correlation* diketahui bahwa nilai tersebut sebesar 0,831. Karena nilai sig. 0,527 > probabilitas 0,05, maka dapat di katakan bahwa tidak ada hubungan antara variabel pre-test dan post-test.

#### 1. Uji Paired Sampels Statistics

Berdasarkan uji paired sampels statistics diperoleh nilai pre-test sebesar 111.60 dan nilai rata-rata nilai post test 70 dan dapat dilihat terdapat selisih antara nilai post-test dan pre-test yang menunjukkan bahwa ada perubahan skor hasil dari treatment yang sudah diberikan yang berarti bahwa pengelolaan diri efektif untuk mengurangi kecanduan media sosial.

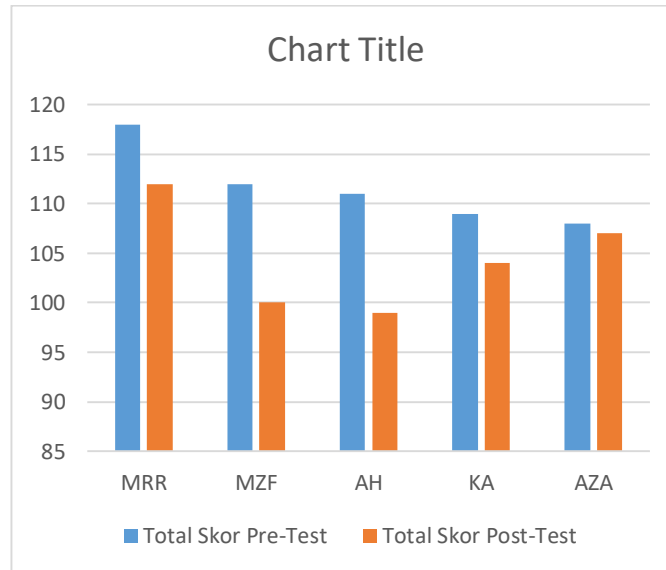


Diagram diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan skor ketergantungan media sosial. Dapat dilihat bahwa grafik *pre-test* lebih tinggi dari pada grafik *pos-test*. Hal ini berti terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikannya treatment dengan menggunakan teknik *Self-Management*.

#### D. Pembahasan

Ketergantungan media sosial adalah kondisi seseorang yang tidak dapat terlepas dari media sosial. Dia akan merasa gelisah jik tidak mengakses walaupun dalam waktu singkat. *Dependency Theory* (2006) mendefinisikan bahwa ketergantungan pada sumber daya lain. Media sosial dianggap satu-satunya cara bertukar informasi dan saling menyapa.<sup>1</sup> Kecanduan adalah suatu kebiasaan atau perilaku yang tidak sehat dan merusak diri sendiri dimana individu mempunyai kesulitan untuk berhenti. Media sosial mampu menghadirkan serta

---

<sup>1</sup> Siti Nurhalimah dkk”*Media Sosial Dan Masyarakat Peseisir Refleksi Pemikiran Mahasiswa Bidikmisi* (yogyakarta: CV Budi Utama, Anggota IKAPI, 2012). hlm. 2

mentranslasikan cara berkomunikasi baru dengan teknologi yang sama sekali berbeda dari media sosial tradisional.<sup>2</sup>

Kecanduan media sosial yang selanjutnya disebut Medsos tidak hanya berdampak pada diri sendiri namun juga pada orang atau individu lain. Saat sudah kecanduan dengan media sosial seseorang dapat melupakan kebutuhan primer/sekunder dirinya sendiri, bahkan kepedulian terhadap lingkungan sekitarnya juga berkurang. kejadian tersebut membuat siswa akan menghambat proses belajarnya. Siswa/siswi yang menggunakan media sosial tetapi belum ada ditahap kecanduan dapat memanfaatkan media sosial mereka dengan baik misalnya saling memberikan informasi dalam menyelesaikan tugas dari sekolah. Sedangkan, siswa/siswi yang mengalami kecanduan media sosial dikarenakan mereka kurang bersosialisasi terhadap lingkungan sekitar namun lebih memilih menggunakan gadgetnya untuk mengakses media sosia yang dapat mengganggu saat proses belajar.

Hal ini searah dengan dengan kajian teori yang telah di paparkan pada BAB II bahwasanya media sangat berpengaruh dalam proses belajar siswa serta dengan lingkungan sekitarnya.

Untuk itu peneliti mengambil inisiatif untuk membantu mengurangi ketergantungan menggunakan media sosial dengan cara diberikan Sebuah perlakuan yang nantinya dapat diketahui apakah ada perubahan dari diberikannya perlakuan tersebut.

---

<sup>2</sup> Feri Sujianta “*Keajaiban Media Sosial* (Jakarta: PT Elex Media Kompotindu Kelompok Gramedia, Anggota IKAPI, 2015). hlm. 5-6

Hasil dari analisis dari instrument ini ditemukan hasil nilai rata-rata pre-test sebesar 111,60 serta sehabis treatment dengan teknik *self-management* hasil post-test berkurang menjadi 70 sehingga terdapat hasil perbedaan selama 3 kali pertemuan. Ada pula perihal yang dicoba dalam riset ini adalah pada saat pertemuan pertama ialah penyebaran angket pre-test pada siswa untuk mengetahui tingkat kecanduan media sosial. Setelah itu pada pertemuan selanjutnya melaksanakan konseling kelompok.

Seperti yang telah di kemukakan oleh Netizel pengelolaan diri dapat mengurangi perilaku yang tidak pantas dan mengganggu seperti, tidak menyelesaikan tugas sekolah dan tugas-tugas mandiri dll.<sup>3</sup> Pada teknik *self-management* ini ada 3 tahap yaitu monitoring atau disebut dengan mengevaluasi diri sendiri, yang kedua stimulus. Pada tahap ini konseli akan mencatat hal apa saja yang ingin dilakukan setelah melakukan evaluasi. Perubahan yang dilakukan baik lingkungan maupun dari diri sendiri dan yang ketiga mengubah respon. Pada tahap ini konseli harus mengubah respon setelah melakukan evaluasi diri dimana konseli mencatat lagi respon dan mulai menerapkan dengan cara siswa menerapkan dengan cara siswa diberikan tugas rumah. Tugas rumah diberikan kepada konseli dan diberi jangka waktu satu minggu. tugas tersebut di evaluasi pada pertemuan selanjutnya sebelum melakukan konseling pada konseli.

---

<sup>3</sup> Faiqotul Isnaini dan Muh. Ekhsan Rifai, "Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar". (Diponegoro: CV. sindunata, 2018 ). hlm. 25