

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK MENURUNKAN
PERILAKU ADIKTIF MEDIA SOSIAL YOUTUBE PADA
SISWA KELAS XI IPS DI MAN LABUHANBATU**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh:

AFNI SARI WAHYUNI HASIBUAN

0303182072



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

**BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA**

MEDAN

2024

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK MENURUNKAN
PERILAKU ADIKTIF MEDIA SOSIAL YOUTUBE PADA
SISWA KELAS XI IPS DI MAN LABUHANBATU**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas-tugas dan Melengkapi Syarat-syarat untuk Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh :

**AFNI SARI WAHYUNI HASIBUAN
0303182072**

Pembimbing I

Pembimbing II

Alfin Siregar, M.Pd.I
NIP.198607162015031002

Drs. Purbatua Manurung, M.Pd
NIP.196605171987031004

**BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2023**

<p>Pembimbing I</p>  <p><u>Alfin Siregar, M.Pd.I</u> NIP.198607162015031002</p>	<p>Pembimbing II</p>  <p><u>Drs. Purbatua Manurung, M.Pd</u> NIP.196605171987031004</p>
<p>Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam</p>  <p><u>Alfin Siregar, M.Pd.I</u> NIP.198607162015031002</p>	<p>Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam</p>  <p><u>Ali Daud Hasibuan, M.Pd</u> NIP. 198811182019031007</p>
<p style="text-align: center;">Mengetahui, Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN SU Medan</p>  <p style="text-align: center;"><u>Prof. Dr. Ten Rafida, M.Hum</u> NIP. 197011101997032004</p>	

SURAT PENGESAHAN

Skripsi ini yang berjudul "EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK MENURUNKAN PERILAKU ADIKTIF MEDIA SOSIAL YOUTUBE PADA SISWA KELAS XI IPS DI MAN LABUHANBATU" yang disusun oleh AFNI SARI WAHYUNI HASIBUAN yang telah dimunaqasyahkan dalam sidang munaqasyah Sarjana Strata Satu (S-1) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN-SU Medan pada tanggal:

29 Februari 2024 M

19 Syaban 1445 H

Skripsi telah diterima sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan pada Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam UIN-SU Medan.

Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN-SU Medan

Ketua



Alfin Siregar, M.Pd.I
NIP. 198607162014111001

Sekretaris



Ali Daud Hasibuan, M.Pd
NIP. 198811182019031007

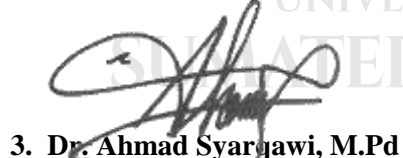
Anggota Penguji



1. Alfin Siregar, M.Pd.I
NIP. 198607162014111001



2. Drs. Purbatua Manurung
NIP. 196605171987031004



3. Dr. Ahmad Syarqawi, M.Pd
NIP. 198906222023211023



4. Dr. Khairuddin, M.Ag
NIP. 196407062014111001

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN-SU Medan



Prof. Dr. Tien Rafida, M.Hum
NIP. 197011101997032004

Nomor : Istimewa
Lamp : -
Hal : Skripsi
An. Afni Sari Wahyuni Hsb

Medan, Agustus 2023
Kepada Yth:
Dekan Fak. Ilmu Tarbiyah dan
Keguruan UIN Sumatera Utara
di Medan

Assalamualaikum Wr. Wb

Setelah membaca, meneliti dan memberi saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi mahasiswi A.n Afni Sari Wahyuni Hasibuan yang berjudul **“Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Menurunkan Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube Pada Siswa Kelas XI IPS di MAN Labuhanbatu”**, maka dengan ini kami menilai skripsi tersebut dapat disetujui untuk diajukan dalam sidang munaqasyah skripsi pada Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN SU Medan.

Wassalamualaikum Wr. Wb

Pembimbing I



Alfin Siregar, M.Pd.I
NIP.198607162015031002

Pembimbing II



Drs. Purbatua Manurung, M.Pd
NIP.196605171987031004

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Afni Sari Wahyuni Hasibuan
NIM : 0303182072
Prodi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Judul : Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik
Restrukturisasi Kognitif Untuk Menurunkan Perilaku Adiktif
Media Sosial Youtube Pada Siswa Kelas XI IPS di MAN
Labuhanbatu

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini benar-benar hasil karya sendiri, kecualikutipan-kutipan dari ringkasan yang seluruhnya telah saya jelaskan sumbernya. Bila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

Medan, 12 Januari 2024

Yang membuat pernyataan



Afni Sari Wahyuni Hasibuan
NIM. 0303182072



ABSTRAK
Nama : Afni Sari Wahyuni Hasibuan
NIM : 0303182072
Prodi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Judul : Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Menurunkan Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube Pada Siswa Kelas XI IPS di MAN Labuhanbatu
Pembimbing I : Alfin Siregar, M.Pd.I
Pembimbing II : Drs.Purbatua Manurung,M.Pd

Kata Kunci: Konseling Kelompok Teknik Rekonstruktif Kognitif, Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube

Penelitian ini berjudul, “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Menurunkan Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube Pada Siswa Kelas XI IPS di MAN Labuhanbatu” dilatarbelakangi oleh ditemukannya siswa yang terindikasi memiliki kecanduan atau perilaku adiktif media social Youtube. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian yaitu kuantitatif eksperimen dengan desain *one group pre-test post-test*. Penentuan sampel pada penelitian ini menerapkan Teknik *purposive sampling* yang artinya sampel diambil sesuai kriteria variabel penelitian yakni siswa yang punya perilaku adiktif media social Youtube sehingga dalam hal ini sesuai kriteria dan rekomendasi guru BK didapati 15 siswa yang menjadi sampel penelitian. Teknik pengumpulan data menggunakan angket Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube dengan skala Likert. Teknik analisis data memakai rumus Uji T dengan bantuan Aplikasi IBM SPSS 21 *for windows*.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwasanya Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif efektif dilaksanakan untuk menurunkan Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube siswa kelas XI IPS MAN Labuhanbatu yang dapat dilihat dari hasil angket dan hasil Uji hipotesis yang telah dilakukan oleh peneliti. Uji hipotesis dengan menggunakan IBM SPSS dengan tujuan untuk mendapatkan nilai variabel secara statistik. Pengujian ini dilakukan dengan menggunakan Uji T. Daru Uji T tersebut menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwasanya, “Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Menurunkan Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube pada Siswa Kelas XI IPS di MAN Labuhanbatu” dapat diterima.

Mengetahui,
Pembimbing Skripsi I

Alfin Siregar, M.Pd.I
NIP. 198607162015031002

KATA PENGANTAR

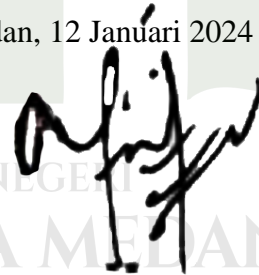
Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas kasih sayang-Nya sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Adapun judul skripsi, “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Menurunkan Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube Pada Siswa Kelas XI IPS di MAN Labuhanbatu” diselesaikan untuk memenuhi persyaratan meraih gelar sarjana Pendidikan (S.Pd) program studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, UIN Sumatera Utara.

Shalawat beriring salam semoga senantiasa tercurah kepada baginda junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW yang semoga kelak kita mendapat syafa'atnya. Saya sadar bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak. Pada kesempatan kali ini saya mengucapkan terimakasih sebanyak-banyaknya kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Nurhayati, M. Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Ibu Prof. Dr Tien Rafida, M. Hum, selaku Dekan Fakultas Ilmu Terbiyah Dan Keguruan UIN Sumatera Utara.
3. Bapak Alfin Siregar, M.Pd.I dan Bapak Ali Daud Hasibuan, M.Pd, selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN Sumatera Utara.
4. Bapak Alfin Siregar, M.Pd.I, selaku Dosen Pembimbing Skripsi I dan Bapak Drs. Purbatua Manurung, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Skripsi II yang telah membimbing saya dalam skripsi ini, yang telah memberikan masukan dan perbaikan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepada Kepala Sekolah MAN Labuhanbatu yaitu Bapak Akhmad Syiroj, S.Pd, M.Pd, saya mengucapkan terimakasih telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
6. Kepada Guru BK MAN Labuhanbatu yaitu Ibu Dewi Maharani, S.Pd, saya mengucapkan terimakasih karena telah membantu saya menyelesaikan penelitian ini.

7. Kepada Ayah yaitu Bapak Tahanuddin dan Mama yaitu Ibu Hariani, saya mengucapkan terimakasih yang tidak terhingga atas semua doa- doa yang membuat saya selesai dalam proses pengerjaan skripsi dan support yang tidak pernah berhenti dan semangat yang tidak pernah sampai detik ini dan bahkan sampai seterusnya.
8. Kepada saudara kandung yaitu M. Putra Perdana Hasibuan dan AmandaPutri Aqira asibuan, saya mengucapkan terimakasih atas dukungan yang diberikan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada support system Rafli Ramadhan Nasution yang selalu berusaha membuat saya semangat untuk menyelesaikan kuliah ini dan mendengarkan semua keluh kesah selama proses pengerjaan skripsi,semoga kita sukses bersama.
10. Kepada teman-teman yaitu Ida Rupiana Munthe, Ike Syintia Ayu Lubis, Zulaiha Hasibuan, dan Poppy Putri, saya mengucapkan terimakasih atas dukungan yang selalu diberikan sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Medan, 12 Januari 2024



Afni Sari Wahyuni Hasibuan
NIM. 0303182072

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Batasan Masalah	6
1.3 Rumusan Masalah	6
1.4 Tujuan Penelitian	7
1.5 Manfaat Penelitian	7
BAB II TELAAH KEPUSTAKAAN.....	9
2.1 Perilaku Adiktif	9
2.1.1 Pengertian Adiktif.....	9
2.1.2 Indikator Adiktif.....	11
2.2 Media Sosial Youtube	13
2.2.1 Pengertian Media Sosial Youtube	13
2.2.2 Jenis Konten Media Sosial Youtube	14
2.2.3 Dampak Menggunakan Media Sosial Youtube	16
2.3 Konseling Kelompok.....	17
2.3.1 Pengertian Konseling Kelompok	17
2.3.2 Tujuan Konseling Kelompok	19
2.3.3 Fungsi Konseling Kelompok	20
2.3.4 Asas-asas Konseling Kelompok	22
2.3.5 Tahapan Konseling Kelompok	23
2.4 Teknik Restrukturisasi Kognitif	28
2.4.1 Pengertian Teknik Restrukturisasi Kognitif	28
2.4.2 Tujuan Teknik Restrukturisasi Kognitif.....	31

2.4.3 Tahapan Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif	32
2.5 Penelitian Terdahulu	36
2.6 Kerangka Berpikir	38
2.7 Hipotesis Penelitian	40
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	41
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	41
3.1.1 Tempat Penelitian	41
3.1.2 Waktu Penelitian	41
3.2 Populasi dan Sampel.....	41
3.2.1 Populasi	41
3.2.2 Sampel	42
3.3 Metode dan Prosedur Penelitian	43
3.4 Defenisi Operasional	44
3.5 Desain Penelitian	45
3.6 Instrumen Penelitian	46
3.7 Teknik Analisis Data	49
3.7.1 Uji Prasyarat Analisis	50
3.7.2 Uji Hipotesis.....	51
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....	52
4.1 Hasil Penelitian.....	52
4.2 Pembahasan Penelitian	68
4.3 Keterbatasan Penelitian	85
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	87
5.1 Kesimpulan	87
5.2 Saran	87
DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN.....	92
BIODATA DIRI	109

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Waktu Pelaksanaan Penelitian	41
Tabel 3.2. Penskoran Skala Likert.....	47
Tabel 3.3. Kisi-Kisi Angket Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube.....	47
Tabel 3.4. Angket Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube	48
Tabel 4.1. Guru dan Pegawai MAN Labuhanbatu	54
Tabel 4.2. Hasil Uji Validitas Angket Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube	57
Tabel 4.3. Hasil Uji Reliabilitas Angket Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube	59
Tabel 4.4. Hasil Uji Reliabilitas Angket Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube	59
Tabel 4.5. Kategorisasi Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube	60
Tabel 4.6. Pre-Test	60
Tabel 4.7. Post-Test.....	62
Tabel 4.8. Hasil Uji Normalitas	63
Tabel 4.9. Hasil Uji Linearitas	64
Tabel 4.10. Hasil Uji Homogenitas	65
Tabel 4.11. Paired Samples Statistic	66
Tabel 4.12. Paired Samples Correlations	67
Tabel 4.13. Paired Samples Test	67

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	39
Gambar 3.1 <i>Onegroup Pretest Posttest Design</i>	45



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN