

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Temuan Umum

Penelitian ini diselenggarakan di Madrasah Aliyah Negeri Labuhanbatu. MAN Labuhanbatu adalah salah satu jenjang Pendidikan Menengah Atas yang berlokasi di Jalan Islamic Center No. 05, Rantauprapat, Rantau Utara, Siringo Ringo, Rantau Utara, Kab. Labuhanbatu, Sumatera Utara. Adapun informasi lengkap terkait MAN Labuhanbatu adalah sebagai berikut :

Nama Madrasah	: MAN Labuhanbatu
NSM	: 131112100001
NPSN	: 60728352
Status	: Negeri
Akreditasi	: A
Alamat	: Jalan Islamic Center No. 05, Rantauprapat, Rantau Utara, Siringo Ringo, Rantau Utara, Kab. Labuhanbatu, Sumatera Utara.
Kecamatan	: Rantau Utara
Kabupaten/ Kota	: Kabupaten Labuhanbatu
Provinsi	: Sumatera Utara
Kode Pos	: 21413
Nomor Telpon	: (0624) 325847
Alamat Website	: https://manlabuhanbatu.sch.id
Email	: manlabuhanbatu@gmail.com
Tahun Berdiri	: 1994

MAN Labuhanbatu memiliki peranan yang aktif guna meningkatkan Pendidikan khususnya di daerah Labuhanbatu, Rantau Utara sehingga dapat menghasilkan generasi yang baik di masa depan. Hal ini telah disusun dan disesuaikan dalam Visi, Misi dan Tujuan MAN Labuhanbatu. Adapun visi, misi dan tujuannya antara lain sebagai berikut :

VISI

“Unggul. Islami, Populis Serta Berbudaya dan Berwawasan Lingkungan”

MISI

- a. Menciptakan proses belajar mengajar dan bimbingan yang berkualitas dan dapat dipertanggungjawabkan secara administrasi maupun moral.
- b. Menumbuhkan semangat keunggulan secara intensif kepada seluruh wargamadrasah.
- c. Menumbuhkan penghayatan terhadap ajaran agama Islam dan budaya bangsa sebagai sumber kearifan dalam bertindak.
- d. Mendorong dan membantu setiap siswa untuk mengenali potensi dirinya agar dapat berkembang secara optimal.
- e. Menyelenggarakan pengembangan diri sesuai dengan minat dan bakat siswa.
- f. Menumbuhkembangkan perilaku terpuji dan praktik nyata sehingga siswa dapat menjadi teladan bagi teman dan masyarakatnya.
- g. Terwujudnya Madrasah yang sehat dan berbudaya lingkungan sebagai tempat Pendidikan yang nyaman dan menyenangkan.

h. Mewujudkan Madrasah yang mandiri dalam melakukan yang berbudayalingkungan :

- 1) Melestarikan dan memberdayakan lingkungan Madrasah agar tetap bersih, indah dan lestari.
- 2) Meningkatkan kualitas lingkungan seperti taman dan apotik hidup.
- 3) Mencegah pencemaran kerusakan lingkungan.

TUJUAN

- a. Menghasilkan siswa-siswi yang unggul di bidang Akademik (sains) maupun Non Akademik (Non sains).
- b. Membentuk siswa-siswi yang berkarakter.
- c. Menciptakan Madrasah bersih, asri dan sehat.

Pelaksanaan Pendidikan dapat berjalan dengan baik karena terdapat unsur-unsur Pendidikan di dalamnya. Salah satu ungu Pendidikan adalah tenaga Pendidikan. Keseluruhan tenaga pendidik yang berada di MAN Labuhanbatu berjumlah 67 orang dengan perincian sebagai berikut :

Tabel 4.1 Guru dan Pegawai MAN Labuhanbatu

No.	Nama	Program Studi
Guru		
1.	Akhmad Syiroj S.Pd, M.Pd	Pend. Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
2.	Hj. Nur Eliana, S.Ag, M.A	PEMI (Konsentrasi Aqidah Akhlak)
3.	Dra. Hj. Nur Asli	Pend. Agama Islam
4.	Dra. Jamilah R	Bahasa Arab
5.	Hj. Samsidar, S.Pd	Pend. Bhs Indonesia
6.	Hj. Nur Hasannah, S.Pd	Pend. Ekonomi
7.	Saidah Hanim Siregar, S.Pd	Pend. Kimia
8.	Sanita Wati, S.Pd	Adm. Perkantoran
9.	Dede Mayasari Lubis, S.Pd	Pend. Kimia

10.	Julismawati Siregar, S.Pd.I	Bahasa Inggris
11.	Hasnawiyah, S.Pd	Pend. Biologi
12.	Emmiyati, S.Pd	Pend. Sejarah
13.	Mardiana, S.Pd	PPKn
14.	Ika Andayani, S.Pd	Pend. Bahasa dan Sastra Indonesia
15.	Maslena, S.Pd	Pend. Biologi
16.	Tapa Simbolon, S.Ag	Pend. Agama Islam
17.	Elida Harahap, S.Pd	Pend. Fisika
18.	Lomria Dalimunthe, S.Ag	Pend. Agama Islam
19.	Zulhairuddin, S.Ag, M.Pd.I	Pendidikan Islam
20.	Tutiana Panggabean, S.Ag	Pend. Agama Islam
21.	A.Badruddin, S.Ag	Ahw. Syakhiah
22.	Siti Razana Siregar, S.Pd.I	Pend. Agama Islam
23.	Marhamah, S.Pd	Pend. PKn
24.	Munawir, S.Pd	Pend. PKn
25.	Muhammad Arif Simatupang, S.Pd	Pend. Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
26.	Mael Ritonga, S.S	Bahasa Arab
27.	Syafriana Ritonga, S.Pd	Pend. Bahasa dan Sastra Indonesia
28.	Yeni Aisah, S.Pd	Pend. Sejarah
29.	Wilda Istiana Nasution, S.Pd, M.Pd	Pend. Bahasa dan Sastra Indonesia
30.	Aryani Lubis, S.Pd	Pend. Sejarah
31.	Latifatul Husna, S.Pd	Pend. Agama Islam
Pegawai		
32.	Dalilawati, SE	Keuangan
33.	Masnir Br Dalimunthe, SE	Ekonomi
34.	Habibah Munthe, SE	Ekonomi

Sumber : Tata Usaha MAN Labuhanbat

4.1.2 Temuan Khusus

Penelitian yang diselenggarakan oleh peneliti berlokasi di MAN

Labuhanbatu, Jalan Islamic Center No. 05, Rantauprapat, Rantau Utara, Siringo Ringo, Rantau Utara, Kab. Labuhanbatu, Sumatera Utara. Penelitian ini diselenggarakan dengan tujuan untuk mengidentifikasi perilaku adiktif siswa terhadap media sosial Youtube. Setelah teridentifikasi perilaku adiktif siswa maka peneliti ingin menurunkan perilaku adiktif media social Youtube siswa dengan penerapan konseling kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif.

Penelitian ini dilaksanakan diawali dengan memasukkan surat izin penelitian. Setelah surat diterima peneliti memulai pelaksanaan penelitian dengan menyebarkan angket kepada siswa yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan Teknik *purposive sampling*. Teknik pengambilan sampel ini dilaksanakan sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan peneliti sesuai dengan variabel penelitian yakni siswa yang terindikasi memiliki perilaku adiktif media social Youtube. Penentuan sampel ini dibantu dengan rekomendasi Guru BK terkait siswa yang selalu mengakses media sosial Youtube yang terdapat di XI IPS MAN Labuhanbatu. Sampel yang didapat berjumlah 15 orang siswa.

Angket yang akan disebarakan kepada kelima belas siswa yang menjadi sampel telah diuji validitas dan reliabilitasnya terlebih dahulu kepada 30 orang siswa. Item angket yang telah diuji coba sebelumnya menghasilkan 21 item angket yang valid dan 4 item angket yang tidak valid.

1. Hasil Uji Instrumentasi

a. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui keakuratan alat ukur yang digunakan dalam penelitian. Uji coba instrumen ini menggunakan 30 responden karena sebagian besar dalam pengujian angket menerapkan jumlah sebanyak 30 responden, dimana butir angket yang ditujukan sebanyak 25 pernyataan. Jumlah responden dalam uji validitas angket bukan diambil dari populasi ataupun sampel dalam penelitian melainkan responden acak yang diambil diluar populasi yang telah ditentukan untuk penelitian. Uji validitas ditentukan dengan melihat r_{hitung} dan r_{tabel} . Suatu instrumen dinyatakan valid apabila koefisien korelasi r_{hitung} lebih besar dibandingkan koefisien korelasi r_{tabel} pada taraf signifikansi 5%.

Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Angket Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube

No	Item	r_{tabel}	Hasil		Keterangan
			Sig.	r_{hitung}	
1	X1	0,433	0,05	0,708	Valid
2	X2	0,433	0,05	0,718	Valid
3	X3	0,433	0,05	0,732	Valid
4	X4	0,433	0,05	0,756	Valid
5	X5	0,433	0,05	0,622	Valid
6	X6	0,433	0,05	0,724	Valid
7	X7	0,433	0,05	0,62	Valid
8	X8	0,433	0,05	0,613	Valid
9	X9	0,433	0,05	0,677	Valid
10	X10	0,433	0,05	0,622	Valid
11	X11	0,433	0,05	0,737	Valid
12	X12	0,433	0,05	0,732	Valid
13	X13	0,433	0,05	0,728	Valid
14	X14	0,433	0,05	0,622	Valid
15	X15	0,433	0,05	0,613	Valid

16	X16	0,433	0,05	0,737	Valid
17	X17	0,433	0,05	0,677	Valid
18	X18	0,433	0,05	0,613	Valid
19	X19	0,433	0,05	0,419	Tidak Valid
20	X20	0,433	0,05	0,514	Valid
21	X21	0,433	0,05	0,719	Valid
22	X22	0,433	0,05	0,512	Valid
23	X23	0,433	0,05	0,181	Tidak Valid
24	X24	0,433	0,05	0,131	Tidak Valid
25	X25	0,433	0,05	0,232	Tidak Valid

Berdasarkan hasil analisis dari uji validitas dengan menggunakan pengolahan data program SPSS 21, menyatakan bahwa 21 butir dinyatakan valid, yaitu dengan signifikansi lebih kecil dari 5% atau 0,05 dengan nilai dari r_{tabel} sebagai uji validitas ialah lebih besar dari 0,433, sehingga untuk nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ terpenuhi, sedangkan 4 butir lainnya dinyatakan tidak valid.

b. Hasil Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui ketetapan suatu instrumen (alatukur) untuk melihat sejauh mana alat ukur dapat dipercaya atau diandalkan. Hal ini berarti menguji konsistensi pengukuran jika dilakukan dua kali atau lebih terhadap masalah. Pengujian pada penelitian ini menggunakan metode *Cronbach's Alpha*. Dimana jika *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,60 maka kuesioner dikatakan reliabel. Reliabel instrumen dalam penelitian ini dicari dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan bantuan program SPSS 21.

Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas Angket Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube

Variabel	N ofitem	<i>CronbachAlpha</i>	Interpretasi
Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube	25	0,924	Reliabel

Berdasarkan hasil uji reliabilitas diatas menunjukkan bahwasanya instrumen Angket Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube memiliki nilai *Cronbach's Alpha* lebih dari 0,60 yaitu sebesar 0,924. Sesuai dengan ketentuan maka instrumen dinyatakan reliabel sehingga dapat dipakai dalam penelitian.

2. Uji Deskriptif dan Kategorisasi

Tabel 4.4 Hasil Uji Deskriptif Angket Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Pretest	15	74	88	80.93	4.920
Posttest	15	49	66	58.40	5.343
Valid N (listwise)	15				

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa rata-rata nilai *pre-test* adalah 80.93, nilai maximum 88 dan nilai minimum 74, sedangkan rata-rata nilai *post-test* yaitu 58.40, nilai maksimum 66 dan nilai minimum 49.

Dari deskripsi data di atas, dapat diketahui bahwa nilai rata-rata *post-test* jauh berbeda dengan nilai rata-rata *pre-test*.

Berdasarkan permasalahan yang diteliti terkait perilaku adiktif media sosial youtube maka peneliti memberikan angket dengan skala likert untuk mengetahui kategori perilaku adiktif media youtube siswa. Sebelumnya peneliti menyusun kategorisasi perilaku adiktif media sosial youtube untuk mengetahui tingkat perilaku tersebut. Langkah penentuan kategori perilaku adiktif media social youtube

dilakukan dengan menggunakan rumus:

$$P = \frac{\text{Skor Tertinggi} - \text{Skor Terendah}}{\text{Jenjang Skala}}$$

$$P = \frac{105 - 21}{4}$$

$$P = 21$$

Tabel 4.5 Kategorisasi Data Perilaku Adiktif Media Sosial Youtube

No.	Kategori	Interval
1.	Sangat Rendah	21-42
2.	Rendah	43-64
3.	Sedang	65-86
4.	Tinggi	87-105

a. Hasil Pre-Test

Tujuan menganalisis hasil *pre-test* adalah untuk mengukur tingkat perilaku siswa sebelum menerima proses konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi. Angket *pre-test* yang telah disebarakan kepada 15 siswa dengan tujuan untuk mengetahui kategorisasi perilaku adiktif media sosial youtube yang dimiliki oleh siswa terdapat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 4.6 Hasil Pre-Test

No.	Responden	Jumlah Skor	Kategori
1.	RSP 1	83	Sedang
2.	RSP 2	87	Tinggi
3.	RSP 3	88	Tinggi
4.	RSP 4	91	Tinggi
5.	RSP 5	74	Sedang
6.	RSP 6	89	Tinggi
7.	RSP 7	87	Tinggi
8.	RSP 8	80	Sedang

9.	RSP 9	64	Sedang
10.	RSP 10	88	Tinggi
11.	RSP 11	90	Tinggi
12.	RSP 12	84	Sedang
13.	RSP 13	88	Tinggi
14.	RSP 14	82	Sedang
15.	RSP 15	79	Sedang

Berdasarkan hasil *pre-test* menunjukkan bahwa terdapat 8 responden yang memiliki perilaku adiktif media sosial youtube dalam kategori “Tinggi” dan 7 responden lainnya termasuk dalam kategori “Sedang”.

b. Hasil *Post-Test*

Tujuan menganalisis hasil *post-test* dilakukan untuk mengetahui apakah *treatment* yang dilakukan setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi dapat berpengaruh untuk menurunkan perilaku adiktif siswa terhadap media sosial youtube. Setelah melaksanakan layanan para responden kembali diberikan angket untuk mengetahui perubahan siswa setelah diberikan layanan. Berikut hasil *post-test* yang telah dilakukan:

Tabel 4.7 Hasil *Post-Test*

No.	Responden	Jumlah Skor	Kategori
1.	RSP 1	61	Rendah

2.	RSP 2	62	Rendah
3.	RSP 3	62	Rendah
4.	RSP 4	65	Sedang
5.	RSP 5	57	Rendah
6.	RSP 6	67	Sedang
7.	RSP 7	65	Sedang
8.	RSP 8	61	Rendah
9.	RSP 9	52	Rendah
10.	RSP 10	54	Rendah
11.	RSP 11	64	Rendah
12.	RSP 12	49	Rendah
13.	RSP 13	54	Rendah
14.	RSP 14	53	Rendah
15.	RSP 15	48	Rendah

Sesuai dengan hasil *post-test* di atas dapat dilihat bahwasanya terdapat penurunan yaitu 12 responden dengan kategori “Rendah” dan 3 responden dengan kategori “Sedang”.

3. Uji Prasyarat

Uji prasyarat yang dilakukan dalam penelitian terdiri dari uji normalitas, linearitas, dan homogenitas. Berikut ini penjelasan dan hasil yang diperoleh peneliti terkait ketiga uji prasyarat yang telah dilaksanakan pada siswa yang menjadi sampel penelitian.

a. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas lebih dulu dilaksanakan tujuannya untuk menguji

apakah data sampel berasal dari populasi berdistribusi normal atau tidak. Ujिनormalitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov- Smirnov* dengan bantuan *SPSS 21*. Uji normalitas dikatakan normal jika nilai signifikansi $>$ dari 0,05.

Berdasarkan hasil uji normalitas didapatkan nilai signifikansi sebesar 0.143, maksudnya data dikatakan berdistribusi normal, karena nilai signifikansi $0.143 > 0.05$, dengan itu penyebaran data berdistribusi normal, sehingga dengan ini dapat diputuskan bahwa uji hipotesis menggunakan statistik parametrik dengan uji T sebagai uji yang dipakai untuk mengetahui jawaban atas hipotesis yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas

Sig.	(α)	Intepretasi
0.143	0.05	Normal

Alasan digunakannya uji normalitas pada penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak normal. Sesuai dengan data yang diperoleh dan diuji dengan bantuan aplikasi *SPSS* didapatkan bahwasanya data berdistribusi normal. Penggunaan uji ini juga berguna untuk membantu menentukan uji hipotesis apa yang dapat digunakan pada penelitian ini.

b. Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan uji yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau

tidak secara signifikan. Uji linearitas pada penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 21, dengan menggunakan *test for linearity* pada signifikan 0.05. Dua variabel dinyatakan mempunyai hubungan yang linear apabila signifikan > 0.05 . Berdasarkan hasil uji linearitas diperoleh nilai *Deviation from linearity* sebesar 0.280, berarti data memiliki hubungan linear, karena nilai signifikansi $0.280 > 0.05$. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas

Variabel	Sig.	(α)	Interpretasi
<i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	0.280	0.05	Linear

Alasan peneliti menggunakan uji linearitas adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan secara linier antara variabel dependen yaitu Perilaku adiktif media sosial Youtube terhadap variabel independen yaitu konseling kelompok dengan Teknik restrukturisasi kognitif.

c. Hasil Uji Homogenitas

Uji homogenitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji inferensial *test of homogeneity of variances* dengan menggunakan program SPSS 21 dengan kriteria jika nilai signifikansi $p > 0,05$ maka data dinyatakan variansi populasi adalah sama (homogen), namun jika nilai signifikansi $p < 0,05$ maka data dinyatakan variansi populasi adalah tidak sama (tidak homogen). Hasil uji homogenitas data tertera dalam tabel dibawah ini:

Tabel 4.10 Hasil Uji Homogenitas

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
0.015	1	28	0.903

Berdasarkan hasil uji homogenitas diatas menunjukkan bahwa hasil uji diperoleh nilai $p = 0.903$ di mana $p > 0.05$. Berdasarkan hasil uji homogenitas variansi populasi tersebut dinyatakan sama (homogen).

Alasan peneliti menggunakan uji homogenitas adalah untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi adalah sama atau tidak. Uji ini dilakukan sebagai prasyarat dalam menganalisis independent sampel uji t atau anova. Homogenitas juga bisa dimaksudkan bahwa himpunan data yang diteliti memiliki karakteristik yang sama.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji statistik inferensial (*t-test*) *paired samples test* adalah pengujian yang digunakan untuk membandingkan selisih dua mean dari dua sampel yang berpasangan dengan asumsi data berdistribusi normal. Sampel berpasangan berasal dari subjek yang sama, setiap variabel diambil saat situasi dan keadaan yang berbeda. Dalam penelitian ini, uji yang dipakai adalah uji t dengan tujuan untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk menurunkan perilaku adiktif media sosial youtube siswa.

Alasan peneliti menggunakan Uji T, karena peneliti hanya membandingkan atau menganalisis dua kelompok data yaitu sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok pada siswa yang menjadi sampel penelitian. Peneliti tidak

menggunakan ANOVA karena ANOVA diterapkan untuk menguji rata-rata lebih dari dua kelompok sehingga peneliti menggunakan Uji T sebagai uji hipotesis penelitian ini.

Uji T ini dilakukan dengan menggunakan SPSS 21. Berikut hasil uji t yang telah dilakukan peneliti:

Tabel 4.11 Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 PRE TEST POST TEST	83.60	15	7.169	1.851
	58.27	15	6.204	1.602

Pada hasil output ini dapat dilihat bahwa nilai *pre-test* diperoleh rata-rata perilaku adiktif media sosial youtube atau mean sebesar 83.60, sedangkan nilai rata-rata atau mean pada *post-test* diperoleh sebesar 58.27. Jumlah responden atau sampel adalah 15 orang siswa. Untuk nilai Std. Deviation pada *pre-test* sebesar 7.169 dan *post-test* sebesar 6.204. dan pada nilai Std. Error Mean untuk *pre-test* sebesar 1.851 dan *post-test* sebesar 1.602. Maka dari itu karena nilai rata-rata perilaku adiktif pada *pre-test* 83.60 > *post-test* 58.27, maka artinya terdapat perbedaan diantara kedua hasil tersebut. Selanjutnya untuk membuktikan perbedaan tersebut benar/nyata maka perlu penafsiran hasil uji *paired sample t test* yang terdapat pada tabel output *paired samples correlations* berikut ini:

Tabel 4.12 Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PRE TEST & POST TEST	15	.520	.047

Berdasarkan output ini ditunjukkan bahwasanya hasil uji korelasi atau hubungan antara kedua data *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan tabel tersebut diketahui nilai koefisien korelasi sebesar 0,520 dengan nilai Sig. sebesar 0,047. Maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara *pre-test* dan *post-test* karena nilai Sig 0,047 < probabilitas 0,05.

Tabel 4.13 Paired Samples 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	25,333	6,608	1,706	21,674	28,993	14,848	14	,000

Output diatas adalah hasil output terpenting karena pada bagian ini akan dijelaskan jawaban dari hasil hipotesis yang diajukan. Sesuai dengan pengambilan keputusan pada uji hipotesis:

- a. Apabila nilai sig. (2-tailed) < 0,05 menunjukkan adanya perbedaan yang signifikansi antara variabel awal dengan variabel akhir, maka terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing masing variabel.
- b. Apabila nilai sig. (2-tailed) > 0,05 menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan anatar variabel awal dengan variabel akhir. Ini menunjukk tidak terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yangdiberikan pada masing-masing variabel

Berdasarkan tabel output Paired Samples Test, diketahui 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.

4.2 Pembahasan Penelitian

Adiktif atau kecanduan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) berasal dari kata candu yang berarti sesuatu yang menjadi kegemaran dan membuat orang ketagihan, jadi kecanduan sama dengan ketagihan atau rasa ingin mengulang kembali.

Kata adiktif adalah bahasa serapan yang berasal dari bahasa Inggris bermakna candu artinya sesuatu yang membuat seseorang ingin melakukannya secara terus menerus. Pemakaian kata kecanduan awalnya dipakai pada arah penggunaan obat-obatan dan alkohol. Penggunaan istilah ini mulai berkembang luas pada beberapa tahun sehingga dipakai secara umum seperti kecanduan pada perilaku merokok, berbelanja, bermain internet dan sebagainya.

Adiktif atau kecanduan adalah keterlibatan perilaku yang berfungsi untuk menyenangkan dan memberikan bantuan dari ketidaknyamanan ke hal lain dengan biaya yang lebih besar daripada manfaat dan sering disertai dengan adanya bahaya yang ditimbulkan secara fisik, sosial atau psikologis serta keinginan untuk mengurangi, menghentikan atau merubah perilaku dengan cara yang tidak mudah (Ahyani & Yuli, 2016 : 9).

Menurut Ghodse (2002), ketergantungan ditandai dengan respon perilaku yang selalu menyertakan keharusan terus menerus atau periodik untuk mengalami dampak psikis, dan kadang-kadang untuk menghindari ketidaknyamanan. Ketergantungan secara psikologis adalah keadaan individu yang merasa terdorong menggunakan sesuatu untuk mendapatkan efek menyenangkan yang dihasilkan (Ahyani & Yuli, 2016, hal. 9).

Kecanduan merupakan suatu kondisi medis dan psikiatris yang ditandai dengan adanya penggunaan yang berlebihan terhadap suatu zat yang apabila jika digunakan terus menerus akan berakibat negatif pada kehidupan penggunanya. Seperti hilangnya hubungan yang baik dengan keluarga, teman, ataupun dengan pekerjaan.

Para ahli psikologi dan masyarakat saat ini mengartikan kecanduan sebagai ketergantungan psikologis abnormal akan beberapa hal misalnya seperti berjudi, makanan, seks, pornografi, komputer, internet, kerja, berolahraga, media sosial, obsesi spiritual, menyakiti diri, berbelanja dan sebagainya (Santoso, 2013 : 10).

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwasanya perilaku adiktif adalah suatu perilaku yang terikat pada kebiasaan yang sangat kuat sehingga seorang individu tidak bisa lepas dari kondisi tersebut, sehingga menimbulkan suatu kondisi yangmana individu merasakan ketergantungan akan suatu hal yang disenanginya di berbagai kesempatan yang ada akibat minimnya kontrol akan perilaku sehingga merasa tertekan, terhukum, dan gelisah apabila tidak memenuhi kebiasaan, hasrat dan ketergantungannya itu.

Perilaku adiktif ini tidak terbatas pada kecanduan seperti pada obat-obatan ataupun hal yang berkaitan dengan penyalahgunaan barang terlarang tetapi kecanduan bisa terjadi pada segala hal salah satunya adalah penggunaan internet dan sosial media. Kimberly S.Young memaparkan beberapa kriteria yang menjadi indikator individu dengan perilaku adiktif internet yakni :

- a. Perhatian hanya tertuju pada internet.
- b. Penggunaan internet terus meningkat.
- c. Tidak mampu mengontrol penggunaan internet.
- d. Perasaannya tidak nyaman jika offline.
- e. Online lebih lama dari yang diharapkan.
- f. Berani kehilangan segala sesuatu yang berarti.
- g. Berbohong tentang aktivitas berinternet.
- h. Menggunakan internet untuk melarikan diri dari masalah.

Media sosial adalah media yang berupa situs dan aplikasi yang melibatkan teknologi berbasis internet. Media berbasis teknologi internet ini mendorong dan memungkinkan penggunaannya saling terhubung dengan siapa saja, baik orang-orang terdekat hingga orang asing yang tidak pernah dikenal sebelumnya. Media sosial adalah saluran atau sarana pergaulan sosial secara online di dunia maya (internet).

Para pengguna media sosial berkomunikasi, berinteraksi, saling kirim pesan, dan saling berbagi (sharing), dan membangun jaringan (networking). Salah satu media sosial yang saat ini sering digunakan dan diakses adalah media sosial Youtube. Media sosial youtube merupakan sebuah media yang menyediakan

fasilitas kepada pengguna untuk menampilkan berbagai macam informasi berupa video serta membagikan video yang dibuat sendiri untuk di unggah agar ditayangkan oleh pengguna lainnya dengan situs web (Annisa, 2019, hal. 28).

Youtube adalah sebuah situs web berbagi video yang dibuat oleh tiga mantan karyawan paypal pada Februari 2005. Situs ini memungkinkan pengguna mengunggah, menonton, dan berbagi video. Youtube merupakan suatu wadah untuk menciptakan suatu popularitas baru dengan bertujuan untuk mendapatkan suatu keuntungan. Dengan pengaksesan dan peraihan penghasilan yang mudah membuat youtube menjadi salah satu lahan pekerjaan baru yang diciptakan secara tidak sengaja atau secara kebetulan, karena pada dasarnya pelaku usaha di media sosial youtube hanyalah melakukan kegemarannya saja namun kegemaran itu dapat memunculkan penghasilan didalamnya. (Ramadhan, 2015).

Alasan utama Youtube menjadi salah satu media sosial yang banyak diminati dikarenakan banyaknya jenis-jenis konten yang disajikan dalam platform tersebut. Jenis konten yang ada di dalam Youtube seperti konten music, gaya hidup, edukasi dan keagamaan, hiburan, konten game dan sebagainya.

Hal tersebut yang menjadi salah satu penarik minat pengguna untuk mengakses mediasosial Youtube.

Pemakaian media sosial Youtube memiliki dampak bagi penggunaanya, baik itu berdampak baik ataupun bahkan berdampak buruk. Dampak tersebut dapat timbul sesuai dengan penggunaan media sosial Youtube. Dampak positif menggunakan media sosial Youtube antara lain :

- a. Ketika mengakses dan menonton video yang bertemakan edukasi, maka

dapat menumbuhkan motivasi dan inspirasi sehingga berdampak baik terutama bagi siswa.

- b. Mendapatkan informasi baru secara global.
- c. Menjadi sarana promosi.
- d. Menjadi sarana hiburan.
- e. Menjadi sarana berdakwah sehingga dapat menambah pengetahuan terkait agama.

Penggunaan media sosial Youtube yang berlebihan akan menimbulkan dampak negative dan menyebabkan timbulnya perilaku adiktif. Berikut ini beberapa dampak buruk dari penggunaan media sosial Youtube :

- a. Konten dewasa yang terdapat di Youtube bisa diakses sehingga dapat menimbulkan pemikiran buruk dan berdampak negative terutama bagi anak di bawah umur.
- b. Menyebabkan gangguan pada mata karena terlalu sering melihat Youtube dari *handphone*.
- c. Menimbulkan rasa malas.
- d. Lebih sering menghabiskan waktu menonton Youtube dibandingkan belajar memakai media buku.
- e. Menghabiskan uang untuk membeli kouta demi menonton Youtube.

Dampak yang timbul bagi pengguna media sosial Youtube disesuaikan dengan jumlah penggunaan dan aksesan Youtube. Aksesan secara wajar dan menonton video yang bermanfaat akan menghasilkan dampak positif, sebaliknya jika mengakses media sosial Youtube secara berlebihan dalam jangka

waktu yang relative lama dan menonton video yang negative maka dapat menimbulkan dampak buruk sampai menyebabkan timbulnya perilaku adiktif penggunaan media sosial Youtube.

Seorang individu yang telah memiliki perilaku adiktif terhadap media sosial Youtube, maka individu tersebut akan selalu mengakses Youtube tanpa ingat waktu dan terus-menerus mengaksesnya apabila ia tidak mengaksesnya akan menimbulkan dampak seperti gelisah, cemas, khawatir, tidak focus bahkan dapat menimbulkan perilaku agresif apabila sudah sangat kecanduan.

Perilaku adiktif terhadap media sosial ini dapat dicegah dengan memberikan layanan bimbingan konseling. Layanan bimbingan konseling dilaksanakan dengan tujuan untuk membantu individu yang bermasalah (konseli) dengan bantuan dari seorang ahli (konselor) sehingga permasalahan yang dialaminya dapat terselesaikan dan individu tersebut dapat menjalani kehidupannya seperti semula.

Salah satu layanan bimbingan konseling yang dapat dilaksanakan untuk mencegah dan mengatasi perilaku adiktif media sosial Youtube adalah layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok. Konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang didasari. Proses ini dengan cara mengungkapkan pikiran dari mengenai perasaan-perasaan yang dialami, dengan saling mendukung (Prayitno, 2005, hal. 98).

Konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada siswa dalam rangka memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Selain bersifat pencegahan, konseling kelompok dapat pula bersifat penyembuhan.

Rochman Natawijaya (2009: 6) menjelaskan bahwa yang menjadi sasaran bimbingan dan konseling kelompok tetap konseli-konseli secara individual, namun dengan memanfaatkan suasana kelompok sebagai cara treatment dan sarana remedial dan atau perkembangan konseli.

Konseling kelompok adalah layanan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk membahas permasalahan yang dialami masing-masing anggota kelompok dengan teman sebaya yang dipimpin oleh konselor, guna untuk menyelesaikan permasalahan tersebut melalui dinamika kelompok.

Layanan konseling kelompok bertujuan memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhan siswa, membantu menghilangkan titik-titik lemah yang dapat mengganggu siswa, membantu mempercepat dan memperlancar penyelesaian masalah yang dihadapi siswa yang seluruhnya berkaitan dengan pribadi, sosial, belajar dan karir (Wibowo, 2005, hal. 305).

Pelaksanaan layanan konseling kelompok dapat dilaksanakan dengan mengaplikasikan Teknik restrukturisasi kognitif. Restrukturisasi Kognitif merupakan salah satu Teknik yang dapat digunakan dalam layanan konseling kelompok dan merupakan bagian dari pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* model baru, sehingga dalam Kumpulan perkembangan Teknik konseling diistilahkan sebagai Teknik konseling kontemporer.

Walaupun Teknik restrukturisasi kognitif merupakan bagian dari pendekatan REBT tetapi dalam perkembangannya terjadi penyesuaian,

pembaharuan dan perubahan konseptual sehingga Teknik restrukturisasi kognitif mengalami deduksi atau focus layanan yang semakin spesifik pada aspek kognitif. teknik Restrukturisasi kognitif teknik tersebut fokus pada pengorganisasian atau penyusunan ulang kerangka berpikir supaya menjadi lebih rasional.

Murk mendefinisikan Restrukturisasi Kognitif yaitu teknik yang menghasilkan kebiasaan baru pada konseling dalam berfikir, merasa, bertindak dengan cara mengidentifikasi kebiasaan bermasalah, memberi label pada kebiasaan tersebut dan menggantikan tanggapan/persepsi diri yang negatif/ irasional menjadi rasional/ realistis. Restrukturisasi Kognitif menggunakan asumsi bahwa respons-respons perilaku dan emosional yang tidak mudah menyesuaikan diri dan dipengaruhi oleh keyakinan, sikap dan persepsi konseli (Nursalim,2013, hal. 32).

Teknik Restrukturisasi Kognitif membantu klien menganalisis secara sistematis, memproses dan mengatasi masalah-masalah berbasis kognitif dengan mengganti pikiran dan interpretasi negatif dengan pikiran dan interpretasi positif. Restrukturisasi Kognitif melibatkan penerapan prinsip-prinsip belajar pada pikiran. Teknik ini dirancang untuk membantu mencapai respons emosional yang lebih baik dengan mengubah kebiasaan penilaian habitual sedemikian rupa sehingga menjadi tidak terlalu bias (Harwanti,2016, hal. 78).

Konseling kelompok dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif akan diarahkan pada perbaikan fungsi berfikir, merasa dan bertindak dengan menekankan otak sebagai pusat penganalisa, pengambil keputusan. Kesalahan berpikir yang biasanya bersifat tidak rasional menimbulkan pernyataan diri individu yang negatif. Tingginya kecemasan pada peserta didik dipengaruhi oleh kebutaan

terhadap realistik, pola pikir yang kaku, ketakutan pada hal yang baru dan persepsi pemikiran yang salahakan kondisi dirinya.

Maka dari itu, sesuai dengan penjelasan tersebut maka peneliti menerapkan layanan konseling kelompok dengan Teknik restrukturisasi kognitif dengan tujuan untuk menurunkan perilaku adiktif siswa terhadap penggunaan media sosial Youtube. Dalam hal ini, pemberian layanan konseling kelompok dengan Teknik restrukturisasi kognitif dilakukan dengan mengubah pandangan, pola pikir, persepsi dan cara bertindak siswa yang mempunyai perilaku adiktif terhadap Youtube sehingga bisa diminimalisir, diturunkan dan disembuhkan agar Kembali ke semula dan siswa dapat melaksanakan kehidupan efektif sehari-harinya dengan baik.

Penelitian ini dilaksanakan oleh Peneliti di MAN Labuhanbatu dengan jumlah sampel sebanyak 15 orang siswa. Pengambilan sampel ini disesuaikan dengan Teknik purposive sampling karna peneliti menyesuaikan sampel dengan variabel yang diteliti yaitu perilaku adiktif media sosial Youtube. Penentuan sampel ini disesuaikan atas rekomendasi guru BK bahwasanya terdapat siswa yang memiliki gejala perilaku adiktif media sosial Youtube. Setelah sampel terpilih maka peneliti melanjutkan penelitian dengan melakukan penyebaran angket dengan tujuan untuk mengetahui tingkat perilaku adiktif yang dimiliki siswa. Angket yang disebarkan adalah angket dengan skala Likert yang didalamnya terdapat 21 item pernyataan yang memiliki rentang penilaian 1-5.

Penyebaran angket perilaku adiktif media sosial Youtube dilaksanakan dua kali yakni sebelum peneliti memberikan perlakuan yaitu berupa layanan konseling

kelompok dan setelah dilaksanakannya pemberian layanan pada siswa. Berdasarkan hasil angket *pre-test* kelimabelas siswa yang menjadi sampel penelitian diperoleh bahwasanya terdapat 8 siswa yang memiliki perilaku adiktif media sosial Youtube dengan kategori “Tinggi” dan 7 siswa masuk dalam kategori “Sedang”.

Setelah mengetahui hasil *pre-test* tersebut, maka peneliti melanjutkan penelitian dengan menetapkan dan Menyusun Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) Konseling Kelompok yang bertujuan supaya layanan dapat terlaksana dengan sistematis dan bisa mencapai tujuan yang ditetapkan. Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan Teknik restrukturisasi kognitif diselenggarakan 2 kali. Waktu pelaksanaan disesuaikan dengan jadwal siswa dan atas persetujuan guru BK MAN Labuhanbatu. Satu sesi pertemuan diberikan waktu selama 45 menit dan dilaksanakan di dalam kelas.

Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan Teknik restrukturisasi yang dilaksanakan di MAN Labuhanbatu mengikuti tahapan-tahapan yang ada. Pelayanan dilaksanakan sesuai dengan tahapan dengan tujuan supaya dapat mempermudah berjalannya konseling kelompok dengan Teknik restrukturisasi kognitif terutama guna mencapai tujuan pokok yaitu menurunkan perilaku adiktif media sosial Youtube yang dimiliki siswa. Adapun tahap-tahap yang dijalankan adalah sebagai berikut :

- 1) Prakonseling : Tahap Pembentukan Kelompok

Tahap ini merupakan tahap persiapan pelaksanaan konseling kelompok. Pada tahap ini terutama pembentukan kelompok yang

dilakukan dengan menyeleksi anggota dan menawarkan program kepada calon peserta konseling sekaligus membangun harapan kepada calon peserta.

Hal yang dipandang penting dalam bimbingan kelompok adalah adanya seleksi anggota. Konseli yang dimasukkan sebagai anggota dalam konseling kelompok diseleksi terlebih dahulu. Ketentuan yang mendasari penyelenggaraan konseling ini adalah :

- a) Adanya minat bersama (*common interest*), dikatakan demikian jika secara potensial anggota itu memiliki kesamaan masalah dan perhatian yang akan dibahas.
 - b) Suka rela atau atas inisiatifnya sendiri karena hal ini berhubungan dengan hak pribadi klien.
 - c) Adanya kemauan untuk berpartisipasi di dalam proses kelompok.
 - d) Mampu untuk berpartisipasi di dalam proses kelompok.
- 2) Tahap I : Tahap Permulaan (Orientasi dan Eksplorasi)

Pada tahap ini mulai menentukan struktur kelompok mengeksplorasi harapan anggota, anggota mulai belajar fungsi kelompok, sekaligus mulai menegaskan tujuan kelompok. Setiap anggota kelompok mulai mengenalkan dirinya dan menjelaskan tujuan atau harapannya. Pada tahap ini deskripsi tentang dirinya masih bersifat superfisial (permukaan saja), sedangkan persoalan yang lebih tersembunyi belumng diungkapkan di fase ini.

Kelompok mulai membangun norma untuk mengontrol aturan-

aturan kelompok dan menyadari makna kelompok untuk mencapai tujuan. Peran konselor pada tahap ini membantu menegaskan tujuan untuk kelompok dan makna kelompok untuk mencapai tujuan. Dalam hal ini anggota kelompok diajak untuk bertanggung jawab terhadap kelompok terlibat proses kelompok mendorong konseli agar berpartisipasi sehingga keuntungan akan diperoleh.

Secara sistematis, di tahap ini langkah yang dilakukan adalah pengenalan, agenda (tujuan yang ingin dicapai) norma kelompok dan penggalan ide dan perasaan. Jadi, pada tahap permulaan ini anggota mulai menjalin hubungan satu sama lain antar anggota kelompok. Selain itu, anggota kelompok harus membangun kepercayaan. Tujuan lanjutnya adalah menjaga hubungan berpusat pada kelompok bukan pada ketua kelompok, mendorong komunikasi dalam suasana yang saling menerima dan saling memberikan dorongan, membantu memiliki sikap toleran diantara anggota kelompok terhadap perbedaan dan memberikan *reinforcement* untuk masing-masing anggota.

3) Tahap II. Tahap Transisi

Tahap ini diharapkan masalah yang dihadapi masing-masing dirumuskan dan diketahui apa penyebabnya. Anggota kelompok mulai terbuka, tetapi sering terjadi di tahap ini justru terjadi kecemasan, resistensi, konflik dan bahkan ambivalensi tentang keanggotaannya dalam kelompok, atau enggan jika harus membuka diri. tugas pemimpin kelompok adalah mempersiapkan mereka bekerja untuk dapat

merasa memiliki kelompoknya.

4) Tahap III : Tahap Kerja-Kohesi dan Produktivitas

Jika masalah yang dihadapi oleh masing-masing anggota kelompok diketahui, langkah selanjutnya adalah menyusun rencana tindakan. Penyusunan tindakan ini disebut produktivitas. Kegiatan konseling kelompok terjadi ditandai dengan membuka diri lebih besar, menghilangkan defensifnya, terjadi konfrontasi antar anggota kelompok, modelling, belajar perilaku baru, terjadi transferensi. Kohesivitas mulai terbentuk, mulai belajar bertanggungjawab, tidak lagi mengalami kebingungan. Anggota merasa berada dalam kelompok, mendengar yang lain dan terpuaskan dengan kegiatan kelompok.

5) Tahap IV : Tahap Akhir (Konsolidasi dan Terminasi)

Anggota kelompok mulai mencoba melakukan perubahan-perubahan tingkahlaku dalam kelompok. Setiap anggota kelompok memberi umpan balik terhadap yang dilakukan oleh anggota yang lain. umpan balik sangat berguna untuk perbaikan dan dilanjutkan atau diterapkan dalam kehidupan konseli jika dirasa sudah memadai, karena itu implementasi ini berarti melakukan pelatihan dan perubahan dalam skala yang terbatas.

Terjadi perpindahan pengalaman dalam kelompok dalam kehidupan yang lebih luas. Jika ada klien yang memiliki masalah dan

belum terselesaikan pada fase sebelumnya, maka pada fase ini harus diselesaikan. Jika semua peserta merasa puas dengan proses konseling kelompok maka konseling dapat diakhiri.

6) Setelah Konseling : Tindak Lanjut dan Evaluasi

Setelah berselang beberapa waktu, konseling kelompok perlu dievaluasi. Tindak lanjut dilakukan jika ternyata ada kendala-kendala dalam pelaksanaan di lapangan. Mungkin diperlukan upaya perbaikan terhadap rencana-rencana awal atau perbaikan terhadap cara pelaksanaannya.

Pemberian konseling kelompok dengan Teknik restrukturisasi kognitif pada siswa yang memiliki perilaku adiktif media sosial Youtube bertujuan untuk mengubah perilaku adiktif tersebut dengan mengubah pemikiran yang irasional terhadap media sosial Youtube menjadi rasional sehingga dapat membentuk pola pikir rasional yang dapat menurunkan perilaku adiktif siswa. Pelaksanaan layanan konseling kelompok ini dilakukan dengan cara memberikan motivasi, pandangan, dan hal-hal positif yang dapat membantu mengubah pola pikir dan pandangan siswa sehingga dapat berubah dari irasional menjadi rasional dan pada akhirnya dapat mengubah perilaku adiktifnya tersebut.

Perilaku adiktif media sosial Youtube yang ada pada siswa sebenarnya timbul akibat kebiasaan mengakses Youtube, kurangnya aktivitas yang tidak berkaitan dengan *handphone*, kurangnya larangan dan pengawasan orangtua

terhadap anak saat menggunakan *handphone*, dan sebagainya sehingga terbentuk kebiasaan yang menyebabkan perilaku adiktif pada anak. Teknik restrukturisasi dapat menurunkan ataupun mereduksi perilaku adiktif siswa.

Teknik ini menggunakan asumsi bahwa respon-respon perilaku dan emosional yang tidak adaptif dipengaruhi oleh keyakinan, sikap dan persepsi siswa (konseli). Teknik restrukturisasi kognitif dalam konseling kelompok dilaksanakan dengan menggunakan ulang pola-pola kognitif, asumsi-asumsi, keyakinan-keyakinan dan penilaian-penilaian yang irasional, merusak, dan mengalahkan diri sendiri. Peneliti disini mencoba untuk mengubah distorsi-distorsi kognitif dengan menguji ulang keyakinan konseli dengan berbagai Teknik persuasi verbal dan menggunakan model hipotesis. Hal tersebut dilakukan dengan melakukan wawancara secara berkelompok dengan membahas terkait pembahasan masalah yang dialami siswa sebagai anggota kelompok tersebut.

Setelah dilaksanakannya konseling kelompok sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan sebelumnya yaitu 2 kali pertemuan, maka peneliti selanjutnya menyebarkan Kembali angket perilaku adiktif media sosial Youtube pada siswa yang bertujuan untuk mengetahui apakah didapati perubahan setelah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan Teknik restrukturisasi terjadi penurunan atau tidak.

Sesuai dengan hasil yang telah diperoleh dari pengolahan angket perilaku adiktif media sosial Youtube didapati bahwasanya terjadi perubahan yakni penurunan pada 12 siswa yang masuk dalam kategori “Rendah” dan 3 siswa masuk dalam kategori “Sedang”. Berdasarkan hasil tersebut dapat terlihat adanya

perubahan antara hasil *pre-test* dan hasil *post-test* setelah diberikan perlakuan pada kelimabelas siswa tersebut.

Setelah hasil dari kedua angket tersebut didapat maka selanjutnya dilakukan 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.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwasanya konseling kelompok dengan Teknik restrukturisasi efektif dilaksanakan untuk menurunkan perilaku adiktif media sosial Youtube siswa kelas XI IPS di MAN Labuhanbatu yang bisa diamati dari perubahan siswa baik dari perilakunya dan pola pikirnya terhadap penggunaan media sosial Youtube.

Penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti diperkuat oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Yusadri, Alfi Rahmi dan Intan Sari pada tahun 2020 dengan judul, “Efektivitas Teknik Restrukturisasi Kognitif dalam Konseling Individual untuk Mereduksi Perilaku Merokok”. Penelitian ini memperlihatkan bahwasanya Sebelum diberikan layanan konseling individual menggunakan teknik restrukturisasi kognitif hasil pretest dengan jumlah sampel 5 orang meannya adalah 78,40 mediannya adalah 77,00 yang mana ini adalah titik tengah data yang telah diurutkan. Kemudian variannya adalah 31,300 yaitu varians data yang di dapat dari

kelipatan standar deviasi, sedangkan nilai tertinggi dalam kelompok ini adalah 86 nilai terendah 72 standar deviasi 5, 595 adalah ukuran penyebaran data dari rata-ratanya dan standar erornya adalah 2,502 yang mana ini adalah kesalahan standar untuk populasi yang diperkirakan dari sampel dengan menggunakan ukuran rata-rata. Setelah diberikan layanan individual menggunakan teknik restrukturisasi kognitif hasil posstest dengan jumlah sampel 5 orang, meannya adalah 69,20 mediannya adalah 69,00 yang mana ini adalah titik tengah data yang telah diurutkan, kemudian variannya adalah 14,700 yaitu varians data yang di dapat dari kelipatan standar deviasi, sedangkan nilai tertinggi dalam kelompok ini adalah 74 nilai terendah 65 standar deviasi 3,834 adalah ukuran penyebaran data dari rata-ratanya dan standar errornya adalah 1,715 yang mana ini adalah kesalahan standar untuk populasi yang diperkirakan dari sampel dengan menggunakan ukuran rata-rata. Perbedaan nilai pretest dan posttest diketahui dari hasil nilai uji Z (Wilcoxon) menunjukkan perbedaan antara nilai pretest dan posttest. Dari hasil perhitungan uji Wilcoxon diperoleh nilai signifikansi p-value sebesar -2,032. Berdasarkan ketentuan yang berlaku, diketahui hasil uji Wilcoxon Sig p-value sebesar $0,042 < \alpha$ ($\alpha = 0,05$) yang artinya H_a diterima dan H_0 ditolak. Dari hasil perhitungan uji Wilcoxon dapat disimpulkan bahwa konseling individual menggunakan teknik restrukturisasi kognitif dapat mengurangi perilaku merokok siswa.

Penelitian terdahulu lainnya yang mendukung penelitian ini adalah penelitian yang dilaksanakan oleh Rizky Putri Dwi Novita di tahun 2019 dengan judul, “Mengurangi Adiktif Youtube melalui Pendekatan kognitif Behavior Therapy dengan Teknik Self Control Pada Remaja di Desa Dukuhsari Jabon

Sidoarjo” Pada penelitian ini dilakukan di Desa Dukuhsari dengan pengumpulan data melalui wawancara dan observasi yang bersumber langsung dari diri konseli, orang tua konseli dan kakak konseli. Maka ditemukan hasil yang dilakukan oleh peneliti sendiri dan 1 konseli, yang melalui proses konseling melalui pendekatan kognitif behavior therapy dengan teknik self control untuk mengurangi adiktif youtube adalah yang pertama konseli belum bisa mengontrol perilaku seperti lebih mendahulukan untuk menonton youtube sekarang konseli sudah mulai bisa mengatur antara belajarnya dengan menonton Youtube.

4.3 Keterbatasan Penelitian

Penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti kepada 15 siswa yang ikut serta sebagai sampel dalam penelitian ini telah terlaksana sesuai dengan rencana dan Langkah-langkah yang sebelumnya sudah dijadwalkan. Akan tetapi, tidak menutup kemungkinan bahwasanya peneliti masih mengalami kesulitan, hambatan dan keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian ini. Adapun keterbatasan yang dialami oleh peneliti antara lain :

1. Siswa yang ikut serta dalam kegiatan konseling kelompok saat pertamaterlihat bingung, diam, dan kurang aktif.
2. Keterbatasan waktu menyebabkan pelaksanaan layanan konseling kelompok berjalan kurang optimal.
3. Pelaksanaan layanan konseling kelompok dilaksanakan terpisah antarasiswa laki-laki dan Perempuan.