



**PENINGKATAN KONTROL DIRI TERHADAP PENGGUNAAN
MEDIA SOSIAL MELALUI LAYANAN BIMBINGAN
KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF
MANAGEMENT* PADA SISWA MTS NU
TAMRINUT THULLAB
UNDAAN KUDUS**

Oleh
RIZKA ARISTYANA MIRAWAN
NIM 201331043

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2017



**PENINGKATAN KONTROL DIRI TERHADAP PENGGUNAAN
MEDIA SOSIAL MELALUI LAYANAN BIMBINGAN
KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF
MANAGEMENT* PADA SISWA MTS NU
TAMRINUT THULLAB
UNDAAN KUDUS**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2017

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

“Konsentrasi pikiran Anda pada sesuatu yang anda lakukan, karena sinar matahari juga tidak dapat membakar sebelum difokuskan” (Alexander Graham Bell)



PERSEMBAHAN:

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Ayah dan Ibu tercinta Bapak Rohwan, S.Pd dan ibu Musmiroh, S.Pd.I yang selalu mendo'akanku.
2. Kakak dan adik tersayang Maftuhatul Adna Mirawan dan Septian Adhi Yustiawan.
3. Semua teman seperjuanganku Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muria Kudus khususnya angkatan tahun 2013 yang selalu mendukung.

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi oleh Rizka Aristyana Mirawan (NIM: 201331043) telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus, Agustus 2017
Pembimbing I


Drs. Sucipto, M.Pd., Kons.
NIDN. 0629086302

Pembimbing II

Drs. Sunardi, M.Pd.
NIDN. 0005115201

Mengetahui,
Ka. Prodi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan


Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd.
NIDN. 0611116401

PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Rizka Aristyana Mirawan (NIM. 201331043) ini telah dipertahankan di depan Tim Pengaji sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling.

Kudus, Agustus 2017

Tim Pengaji


Drs. Sucipto, M.Pd., Kons.
NIDN. 0629086302

, Ketua


Drs. Sunardi, M.Pd
NIDN. 0005115201

, Anggota

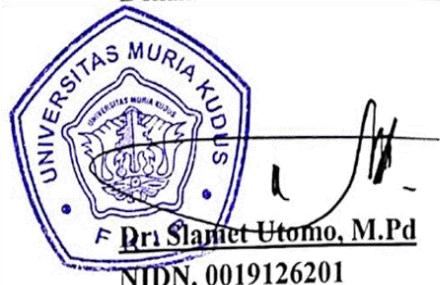

Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd
NIDN. 0611116401

, Anggota


Nur Mahardika, M.Pd
NIDN. 0630080901

, Anggota

Mengetahui,
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan




Dr. Slamet Utomo, M.Pd
NIDN. 0019126201

PRA KATA

Dengan mengucapkan puji syukur Alhamdulillah kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga skripsi yang berjudul: “Peningkatan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Pada Siswa MTs NU Tamrinut Thullab Undaan Kudus”, dapat diselesaikan dengan lancar guna memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dalam bidang Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus.

Penulis menyadari bahwa selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak/Ibu:

1. Dr. Slamet Utomo, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah memberi izin untuk mengadakan penelitian.
2. Drs Arista Kiswantoro, M.Pd Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah menyetujui judul skripsi.
3. Drs Sucipto, M.Pd, Kons selaku Dosen pembimbing I yang telah banyak membantu kelancaran penelitian dan telah membimbing saya dengan penuh kesabaran dan keikhlasannya, memberikan arahan, bsaran dan motivasi

- hingga terselesaikannya penulisan skripsi ini dengan baik, lancar dan tepat waktu.
4. Drs Sunardi, M.Pd selaku Dosen pembimbing II yang telah banyak membantu kelancaran penelitian dan telah membimbing saya dengan penuh kesabaran dan keikhlasannya, memberikan arahan, bsaran dan motivasi hingga terselesaikannya penulisan skripsi ini dengan baik, lancar dan tepat waktu.
 5. Kepala Sekolah, Dewan Guru, serta siswa kelas VIII MTs NU Tamrinut Thullab Undaan Kudus yang menjadi subjek penelitian, atas kerjasamanya sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.
 6. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang membantu penulis baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penelitian ini.

Semoga amal kebaikan semua pihak tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih ada kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran sangat penulis harapkan guna perbaikan. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya bimbingan dan konseling.

Kudus, Agustus 2017

Penulis

Rizka Aristyana Mirawan

ABSTRACT

Aristyana Mirawan, Rizka. 2017. *Self Improvement Enhancement Against Social Media Usage Through Group Guidance Service with Self Management Technique At Student of MTs NU Tamrinut Thullab Undaan Kudus.* Skripsi. Guidance and Counseling Depatepmen Teacher Training and Education Faculty University of Muria Kudus. Advisor: (i) Drs. Sucipto, M.Pd., Kons., (ii) Drs. Sunardi, M.Pd.

Keywords: *Self Control on Social Media Usage, Group Service Guiding Implementation Through Self Management Technique*

The purpose of this study is: 1. To describe the guidance services group of self management techniques can improve self-control over use of social media on students of class VIII MTs NU Tamrinut Thullab academic year 2016/2017. 2. Obtaining increased self-control students on using of social media through the guidance services group of self-management techniques on students of class VIII MTs NU Tamrinut Thullab academic year 2016- 2017.

Low self-control over use of social media is an individual's ability to deal with the state of one self and the individual's lack of skills in directing the alteration or improvement of his or her behavior in order to limit and manage social media in a daily use. Low ability is characterized by social media dependency, vent in social media and even use gadged to check the various social media.

This research uses guidance and counseling action research and this research use descriptive quality as technique of analysis data. The subjects of the research are 10 students of class VIII MTs NU Tamrinut Thullab Kudus who experienced 8 of them have low self-control over the use of social media. Data collection method used is observation, interview and documentation in depth so that later get accurate data to the problems studied is the problem of students who have low self-control over use of social media.

The research result of pre-cycles self Improvement study results use of social media showed less category with an average score of 11 in percentage of 37%. At cycle I Self Improvement Enhancement on Social Media Usage has increased slightly and is still in the category of less with an average score of 14 percentage of 46% which increases from pre-cycle. At Cycle II Self Improvement Enhancement Against Social Media Usage shows a good category with an average score of 22 in 73% percentage. Increased student activity in the Service Guidance Group of Self Management Techniques increased in Cycle I average score percentage of 58% in Enough category and in Cycle II average score percentage rose to 81% in Good category.

The conclusion of this research is that there is Improved Self Management on Social Media Usage starting from Pre Cycle average score is 11 categories less, Cycle I average score 14 is still in category Less and Cycle II score average 22 in Good category. The result of student activity at Cycle I score is 58 (Enough)

and in Cycle II the average score is 81 (Good). Thus the self management strategy group guidance services self reward strategy can enhance self control on Social Media Usage. Suggested to: 1. To the Principal, this research can be used as a reference for the preparation of school policies so that student development goes well. 2. To the Supervising Teachers, to provide group guidance services with self management techniques self reward strategy in improving student self control on the use of social media to students intensively and in accordance with the needs of students so that students avoid the negative things in social media. 3. To the student, in order to keep and control himself well when playing gadged using social media have to responsible and wise.



ABSTRAK

Aristyana Mirawan, Rizka. 2017. *Peningkatan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management Pada Siswa MTs NU Tamrinut Thullab Undaan Kudus.* Skripsi. Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Pembimbing: (i) Drs. Sucipto, M.Pd., Kons., (ii) Drs. Sunardi, M.Pd.

Kata kunci: Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial, Bimbingan Kelompok, Teknik *Self Management*,

Tujuan penelitian ini adalah: 1. Mendeskripsikan layanan bimbingan kelompok teknik *self management* dapat meningkatkan kontrol diri terhadap penggunaan media sosial pada siswa kelas VIII MTs NU Tamrinut Thullab tahun pelajaran 2016/2017. 2. Memperoleh peningkatan kontrol diri siswa terhadap penggunaan media sosial melalui layanan bimbingan kelompok teknik *self management* pada siswa kelas VIII MTs NU Tamrinut Thullab Tahun Pelajaran 2016- 2017.

Kontrol diri yang rendah terhadap penggunaan media sosial merupakan suatu kemampuan individu terkait dengan keadaan diri sendiri dan keterampilan individu yang kurang dalam mengarahkan pengubahan atau peningkatan tingkah lakunya agar dapat membatasi dan mengelola media sosial dalam penggunaannya sehari-hari. Kemampuan yang rendah tersebut ditandai ketergantungan bermedia social, curhat di media sosial bahkan penggunaan gadged untuk mengecek beragam media social yang dimiliki individu tersebut.

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling dengan metode penelitian deskriptif kualitatif. Subjek yang diteliti sebanyak 10 siswa kelas VIII MTs NU Tamrinut Thullab Kudus yang mengalami 8 diantaranya memiliki kontrol diri yang rendah terhadap penggunaan media sosialnya. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode observasi, wawancara dan dokumentasi secara mendalam sehingga nantinya mendapatkan data yang akurat terhadap permasalahan yang diteliti yaitu permasalahan siswa yang mengalami kontrol diri yang rendah terhadap penggunaan media sosialnya.

Hasil penelitian pra siklus Peningkatan Kontrol Diri Terhadap penggunaan media sosial menunjukkan kategori kurang dengan rata-rata skor 11 dalam persentase 37%. Siklus I Peningkatan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial mengalami sedikit peningkatan dan masih dalam kategori kurang dengan rata-rata skor 14 persentase 46% yang meningkat dari prasiklus. Dalam Siklus II Peningkatan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial menunjukkan kategori baik dengan rata-rata skor 22 dalam persentase 73% . Peningkatan aktivitas siswa dalam Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Self Management* mengalami peningkatan pada Siklus I skor rata-rata persentase 58% dalam kategori Cukup dan pada Siklus II skor rata-rata persentase naik menjadi 81% dalam kategori Baik.

Simpulan hasil penelitian ini adalah Terjadi Peningkatan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial mulai dari Pra Siklus skor rata-rata 11

kategori kurang, Siklus I skor rata-rata 14 masih dalam kategori Kurang dan Siklus II skor rata-rata 22 dalam kategori Baik. Hasil penelitian aktivitas siswa pada Siklus I skor rata-rata 58 (Cukup) dan pada Siklus II skor rata-rata 81 (Baik). Dengan demikian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Self Management* Strategi Ganjar Diri dapat meningkatkan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial. Disarankan kepada: 1. Kepada Kepala Sekolah, Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan penyusunan kebijakan sekolah agar perkembangan siswa berjalan dengan baik. 2. Kepada Guru Pembimbing, agar memberikan layanan bimbingan kelompok dengan Teknik *Self Management* Strategi Ganjar Diri dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Terhadap Penggunaan Media Sosial kepada siswa secara intensif serta sesuai dengan kebutuhan siswa agar siswa terhindar dari hal-hal yang negative dalam media sosial yang digunakannya. 3. Kepada Siswa, agar dapat manjaga dan mengendalikan dirinya dengan baik saat memainkan *gadgednya* saat menggunakan media sosialnya secara bertanggung jawab dan bijaksana.



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
LOGO.....	ii
JUDUL	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
PRAKATA	vii
ABSTRACT	ix
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR SKEMA	xxii
DAFTAR GRAFIK	xxiii
DAFTAR LAMPIRAN	xxv

BAB I PENDAHULUAN.....	1
-------------------------------	----------

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Penelitian	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	7
1.6 Definisi Oprasional.....	8

BAB II KAJIAN TEORI	10
----------------------------------	-----------

2.1 Kontrol Diri dalam Penggunaan Media Sosial.....	10
2.1.1 Pengertian Kontrol diri terhadap Penggunaan Media Sosial	10
2.1.2 Jenis-jenis Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial	12
2.1.3 Ciri-ciri Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial	14
2.1.4 Cara mengembangkan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial	16
2.1.5 Faktor yang mempengaruhi Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial.....	19
2.1.6 Jenis-jenis Media Sosial	21
2.1.7 Peranan Media Sosial	26

2.1.8 Dampak Penggunaan Media Sosial.....	27
2.2 Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i>	29
2.2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self management</i>	29
2.2.2 Tujuan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i>	31
2.2.3 Prinsip- Prinsip Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i>	33
2.2.4 Teknik-teknik Bimbingan Kelompok.....	34
2.2.5 Teknik Konseling <i>Self Management</i>	35
2.2.6 Tahapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i>	42
2.2.7 Asas-Asas Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i>	45
2.3 Peningkatan Kontrol Diri terhadap Penggunaan Media Sosial dengan Layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik <i>self Management</i>	47
2.4 Kajian Penelitian Relevan	50
2.5 Kerangka Berpikir Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Guna Meningkatkan Kontrol Diri Terhadap Media Sosial.....	52
2.6 Hipotesis Tindakan	55
 BAB III METODE PENELITIAN	56
3.1 Setting Penelitian dan Karakteristik Penelitian	56
3.1.1 Setting Penelitian.....	56
3.1.2 Karekeristik Subjek Penelitian	57
3.2 Variabel Penelitian	58
3.2.1 Variabel Bebas (independen)	58
3.2.2 Variabel Terikat (Dependen).....	58
3.3 Rancangan Penelitian	58

3.3.1 Perencanaan.....	59
3.3.2 Pelaksanaan Tindakan	59
3.3.3 Pengamatan	60
3.3.4 Analisis dan Refleksi.....	60
3.4 Prosedur Penelitian.....	60
3.4.1 Siklus I.....	61
3.4.1.1 Perencanaan Tindakan (<i>Planning</i>).....	61
3.4.1.2 Pelaksanaan Tindakan	62
3.4.1.3 Observasi	62
3.4.1.4 Refleksi	63
3.4.2 Siklus II.....	63
3.4.2.1 Perencanaan	63
3.4.2.2 Pelaksanaan Tindakan	64
3.4.2.3 Observasi	64
3.4.2.4 Refleksi	65
3.5 Metode Pengumpulan Data	65
3.5.1 Observasi.....	66
3.5.1.1 Pengertian Observasi	66
3.5.1.2 Tujuan Observasi	66
3.5.1.3 Jenis Observasi	67
3.5.1.4 Kelebihan dan Kekurangan Observasi.....	68
3.5.2 Wawancara	69
3.5.2.1 Pengertian Wawancara	69
3.5.2.2 Tujuan Wawancara	70
3.5.2.3 Jenis-jenis Wawancara.....	70
3.5.2.4 Langkah-langkah Wawancara	71
3.5.3 Metode Dokumentasi.....	72
3.5.3.1 Pengertian Dokumentasi	72
3.5.3.2 Tujuan Dokumentasi.....	72
3.6 Instrumen Penelitian.....	73
3.6.1 Pedoman Observasi	73

3.6.2 Pedoman Wawancara	81
3.7 Teknik Analisis Data	83
3.8 Indikator Keberhasilan	84
3.8.1 Indikator Proses	84
3.8.2 Indikator Hasil	85
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	87
4.1 Hasil Pra Siklus	87
4.2 Hasil Siklus I	95
4.2.1 Perencanaan	95
4.2.2 Tindakan	96
4.2.2.1 Hasil Siklus I Pertemuan I	96
4.2.2.2 Hasil Siklus I Pertemuan II	107
4.2.2.3 Hasil Siklus I Pertemuan III	117
4.2.3 Refleksi Siklus I	137
4.3 Hasil Siklus II	139
4.3.1 Perencanaan	139
4.3.2 Tindakan	140
4.3.2.1 Hasil Siklus II Pertemuan I	140
4.3.2.2 Hasil Siklus II Pertemuan II	151
4.3.2.3 Hasil Siklus II Pertemuan III	161
4.3.3 Refleksi Siklus II	181
4.4 Aktivitas Peneliti	184
4.5 Aktivitas Subjek Selama Penelitian	185
4.6 Uji Hipotesis Tindakan	186
BAB V PEMBAHASAN	189
5.1 Pembahasan Hasil Siklus I	189
5.1.1 Aktivitas Peneliti	189
5.1.2 Aktivitas Subjek	191
5.2 Pembahasan Hasil Siklus II	193
5.2.1 Aktivitas Peneliti	193
5.2.2 Aktivitas Subjek	197

5.3 Rujukan	199
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	205
6.1 Simpulan.....	205
6.2 Saran.....	206
DAFTAR PUSTAKA	208
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1.1 Rincian Waktu Penelitian.....	56
3.1.2 Daftar Nama Subjek.....	57
3.6.1.1 Tabel: Pedoman Observasi Lembar Pengamatan Kolabolator Terhadap Peneliti dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self management</i> Strategi Ganjar Diri	73
3.6.1.2 Tabel: Kriteria Penelitian Observasi Kolabolator (Koordinator BK) Terhadap Peneliti Dalam Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri	76
3.6.1.3 Pedoman Observasi Terhadap Anggota Kelompok Pada Saat Layanan Bimbingan Kelompok	77
3.6.1.4 Tabel: Kriteria Penilaian Observasi Terhadap Anggota Kelompok Pada Saat Bimbingan Kelompok	78
3.6.1.5 Tabel: Pedoman Observasi Peneliti terhadap Aktivitas Siswa Saat Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i>	80
3.6.2.1 Tabel: Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Guru Bk (Kolabolator) Sebelum Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self management</i>	81
3.6.2.2 Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Guru BK (Kolabolator) Setelah Diberi Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Self management</i>	82
4.1 Hasil Observasi Prasiklus Peneliti terhadap Subjek dalam Meningkatkan Kontrol Diri terhadap Penggunaan Media Sosial.....	90
4.2 Hasil Observasi Kolabolator Terhadap Peneliti dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I Pertemuan Pertama	100
4.3 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aktivitas Siswa Selama Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I Pertemuan Pertama	102

4.4 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I Pertemuan I	104
4.5 Hasil Observasi Kolabolator Terhadap Peneliti dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I Pertemuan Kedua.....	110
4.6 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aktivitas Siswa Selama Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I Pertemuan Kedua.....	112
4.7 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I Pertemuan II....	115
4.8 Hasil Observasi Kolabolator Terhadap Peneliti dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus I Pertemuan Ketiga.....	121
4.9 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aktivitas Siswa Selama Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Ganjar Diri pada Siklus I Pertemuan Ketiga	123
4.10 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Ganjar Diri Siklus I Pertemuan III.....	126
4.11 Rekapitulasi Hasil Observasi Kolabolator Terhadap Peneliti dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management Strategi Ganjar Diri Siklus I	129
4.12 Hasil Obervasi Peneliti Terhadap Aktivitas Siswa Selama Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I.....	131
4.13 Rekapitulasi Hasil Observasi Peneliti Terhadap Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I	134
4.14 Rekapitulasi Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial Kelas VIII MTs NU Tamrinut Thullab Siklus I.....	135
4.15 Hasil Refleksi Terhadap Peneliti dan Siswa Selama Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri.....	137
4.16 Hasil Observasi Kolabolator Terhadap Peneliti dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan Pertama.....	144

4.17 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aktivitas Siswa Selama Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan I	146
4.18 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan I	148
4.19 Hasil Observasi Kolabolator Terhadap Peneliti Selama Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan II	154
4.20 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aktivitas Siswa Selama Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan II	156
4.21 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan II	158
4.22 Hasil Observasi Kolabolator Terhadap Peneliti Selama Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan III	165
4.23 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aktivitas Siswa Selama Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i> Siklus II Pertemuan III.....	167
4.24 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan III	169
4.25 Rekapitulasi Hasil Observasi Kolabolator Terhadap Peneliti dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II.....	173
4.26 Hasil Obervasi Peneliti Terhadap Aktivitas Siswa Selama Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Siklus II	175
4.27 Rekapitulasi Hasil Observasi Peneliti Terhadap Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Siklus II.....	177
4.28 Rekapitulasi Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial Kelas VIII MTs NU Tamrinuut Thullab Siklus II	179
4.29 Rata-rata Aktivitas Peneliti pada Siklus II Pertemuan 1, 2, 3	181

4.30 Hasil Observasi Kontrol Diri Siswa Terhadap Penggunaan Media Sosial	182
4.31 Hasil Rekapitulasi Peneliti Pada Siklus I dan Siklus II	184
4.32 Rekapitulasi Aktivitas Subjek Pada Siklus I dan Siklus II Dalam Meningkatkan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial.....	185



DAFTAR SKEMA

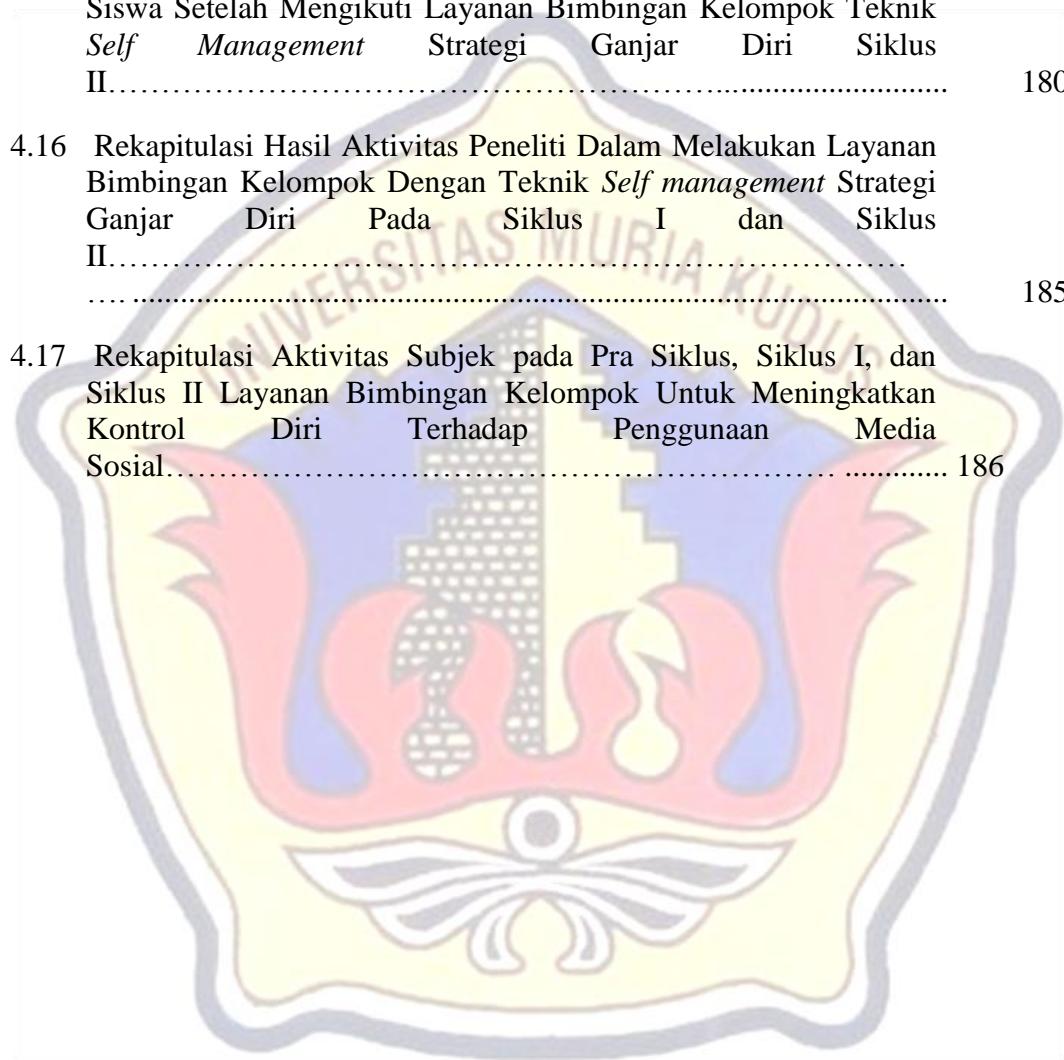
Skema	Halaman
2.1 Kerangka Berpikir	54
3.4 Skema Siklus Tindakan Kelas	61



DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
4.1 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Kondisi Siswa Sebelum Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i>	105
4.2 Observasi Terhadap Aspek Kondisi Siswa Kelas VIII MTs NU Tamrinut Thullab Pada Siklus I Pertemuan I	116
4.3 Observasi Terhadap Kondisi Siswa Kelas VIII MTs NU Tamrinut Thullab Pada Siklus I Pertemuan II	124
4.4 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Siswa Siklus I Pertemuan Ketiga.....	127
4.5 Hasil Observasi Kolabolator terhadap Peneliti dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I.....	130
4.6 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aktivitas Siswa Selama Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I.....	133
4.7 Rekapitulasi Hasil Observasi Peneliti Terhadap Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I	135
4.8 Rekapitulasi Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kontrol Diri terhadap Penggunaan Media Sosial Pada Siswa Kelas VIII MTs NU Tamrinut Thullab Siklus I	136
4.9 Hasil Observasi Penelitian Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan Pertama.....	149
4.10 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan II.....	159
4.11 Hasil Observasi Penelitian Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan III.....	171
4.12 Hasil Observasi Kolabolator terhadap Peneliti dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Siklus II.....	174

4.13 Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aktivitas Siswa Selama Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Siklus II.....	176
4.14 Rekapitulasi Hasil Observasi Peneliti Terhadap Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Siklus II.....	178
4.15 Rekapitulasi Hasil Observasi Peneliti Terhadap Indikator Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II.....	180
4.16 Rekapitulasi Hasil Aktivitas Peneliti Dalam Melakukan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Self management</i> Strategi Ganjar Diri Pada Siklus I dan Siklus II.....	185
4.17 Rekapitulasi Aktivitas Subjek pada Pra Siklus, Siklus I, dan Siklus II Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial.....	186



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Wawancara Peneliti Peneliti Terhadap Guru Bk (Kolabolator) Sebelum Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self management</i>	211
2. Hasil Wawancara Peneliti Peneliti Terhadap Guru Bk (Kolabolator) Setelah Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self management</i>	213
3. Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus I Pertemuan I	215
4. Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus I Pertemuan II	216
5. Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus I Pertemuan III	217
6. Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan I	218
7. Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan II	219
8. Hasil Observasi Peneliti Terhadap Aspek Kondisi Siswa Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> Strategi Ganjar Diri Siklus II Pertemuan III	220
9. RPL, Materi, <i>Resume</i> , Denah, Daftar Hadir Siswa Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I pertemuan I	221
10. RPL, Materi, <i>Resume</i> , Denah, Daftar Hadir Siswa Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I pertemuan II	236
11. RPL, Materi, <i>Resume</i> , Denah, Daftar Hadir Siswa Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I pertemuan III	250
12. RPL, Materi, <i>Resume</i> , Denah, Daftar Hadir Siswa Layanan Bimbingan Kelompok Siklus II pertemuan I	263
13. RPL, Materi, <i>Resume</i> , Denah, Daftar Hadir Siswa Layanan Bimbingan Kelompok Siklus II pertemuan II	276

14. RPL, Materi, <i>Resume</i> , Denah, Daftar Hadir Siswa Layanan Bimbingan Kelompok Siklus II pertemuan III	287
15. Surat Pernyataan Orisinalitas	296
16. Surat Keterangan Selesai Bimbingan.....	297
17. Surat Permohonan Ujian Skripsi	298
18. Surat Permohonan Ijin Observasi	299
19. Surat Permohonan Ijin Penelitian	300
20. Surat Keterangan Penelitian dari MTs NU Tamrinut Thullab	301
21. Riwayat Hidup	302
22. Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 1	303
23. Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 2	307

