

**MEREDUKSI KECANDUAN *SMARTPHONE*
MENGUNAKAN KONSELING *MOTIVATIONAL*
INTERVIEWING PADA SISWA SMPN 9 BANJARMASIN**

SKRIPSI



NADYA

NIM 1910123220023

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
BANJARMASIN**

2023

**MEREDUKSI KECANDUAN *SMARTPHONE*
MENGUNAKAN KONSELING *MOTIVATIONAL*
INTERVIEWING PADA SISWA SMPN 9 BANJARMASIN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Dalam Menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat

NADYA

NIM 1910123220023

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
BANJARMASIN**

2023

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI

**MEREDUKSI KECANDUAN *SMARTPHONE* MENGGUNAKAN
KONSELING *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* PADA SISWA
SMPN 9 BANJARMASIN**

NADYA

NIM 1910123220023

Disetujui untuk Dipertahankan di Depan Dewan Penguji


Pembimbing I



Dr. Sulstiyana, S. Pd., M. Pd
NIP. 198503012008012008

Tanggal :

Pembimbing II



Dr. Ririanti Rachmayanie J, S.Psi, M.Pd
NIP. 197502142005012001

Tanggal :

Mengetahui,
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat,



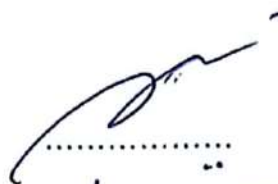
Dr. Ali Rachman, M. Pd
NIP. 197604272008011011

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Nadya
Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji
Pada Tanggal

Dewan Penguji

Dr. Ali Rachman
NIP. 197604272008011011



Ketua

Dr. Ririanti Rachmayanie, S.Psi, M. Pd
NIP. 197502142005012001



Sekretaris

Dr. Sulistiyana, S. Pd., M. Pd
NIP. 198503012008012008



Penguji I

Dr. Ririanti Rachmayanie, S.Psi, M. Pd
NIP. 197502142005012001



Penguji II

Muhammad Aryad, M. Psi., Psikolog
NIP. 19871213201601101001



Penguji III

Mengetahui,
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat



Dr. Ali Rachman, M. Pd
NIP. 197604272008011011

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nadya
NIM : 1910123220023
Tempat/Tanggal Lahir : Sungai Kupang, 24 September 2001
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas : Lambung Mangkurat Banjarmasin

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “**MEREDUKSI KECANDUAN *SMARTPHONE* MENGGUNAKAN KONSELING *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* PADA SISWA SMPN 9 BANJARMASIN**” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Banjarmasin, 10 Maret 2023



Nadya

NIM 1910123220023

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

“Tidak ada yang lebih kuat daripada doa, tuhan menciptakan doa lebih kuat daripada takdirnya”.

Persembahan :

Puji Syukur kepada Allah SWT, dengan segala nikmat yang telah Engkau berikan kepada hamba dengan hidayahnya untuk menyelesaikan skripsi dengan penuh rasa sabar dan melapangkan hati hamba dengan segala kendala selama mengerjakan skripsi.

Skripsi ini saya persembahkan untuk orang tua saya. Terima kasih atas dukungan selama ini. Skripsi ini sebagai tanda bakti dan bukti dari harapan orang tua kepada anaknya untuk menyelesaikan studi di perguruan tinggi. Selain itu sebagai tanda terima kasih yang tak terhingga kepada Ibu saya Junaidah dan Papah saya Alm. Muhammad Noor, S.ST karena telah menjadi motivasi untuk keberhasilan dalam Pendidikan di perguruan tinggi.

Skripsi ini juga saya persembahkan untuk dosen pembimbing saya yaitu Ibu Dr. Sulistiyana, S.Pd, M.Pd yang sudah sangat membimbing dengan sepenuh hati dalam pembuatan dan penyusunan skripsi. Selain itu skripsi ini juga saya persembahkan kepada seluruh dosen Bimbingan dan Konseling yang ikut terlibat dalam mengarahkan penyelesaian skripsi ini.

Skripsi ini pun saya persembahkan untuk sekolah tempat penelitian saya yaitu SMP Negeri 9 Banjarmasin, terutama kepada bapak/ibu yang sudah turut membantu dalam lancarnya penelitian.

Skripsi ini pun saya persembahkan kepada Abang/Kakak yaitu Engga Nurrahmah, Taufik Hidayat, dan Alam Barawana Azhari yang telah membantu baik dari materi atau tenaga dan memberikan dukungan berupa motivasi untuk penyelesaian skripsi. Selain itu, skripsi ini tentunya untuk para teman seperjuangan bimbingan dan konseling Angkatan 2019 yang selalu mendukung dalam pembuatan dan penyusunan skripsi ini sehingga dapat selesai dengan baik.

Skripsi ini saya persembahkan juga kepada kerabat yang ikut serta menunjang fasilitas serta kontribusi lainnya. Saya persembahkan kepada Rizky Aulia, Kiki Nur Aisyah, Hilma Anil Hayati, Rizal Effendi, Muhammad Romly, dan Siti Safnah.

Terima kasih untuk semua yang terlibat baik mendukung secara tenaga, pikiran, doa serta motivasi untuk saya dalam penyelesaian skripsi ini, saya ucapkan terima kasih banyak.

ABSTRAK

Nadya, 2023. *Mereduksi Kecanduan Smartphone Menggunakan Konseling Motivational Interviewing Pada Siswa SMPN 9 Banjarmasin*.
Pembimbing: (I) Dr. Sulistiyana, S. Pd., M. Pd (II) Dr. Ririanti Rachmayanie Jamain S. Psi., M. Pd

Kata Kunci : Kecanduan *Smartphone*, Konseling Kelompok, Teknik *Motivational Interviewing*.

Smartphone apabila digunakan secara berlebihan bisa membuat kecanduan. Kecanduan *Smartphone* tidak hanya mengganggu kesehatan tetapi juga mengganggu belajar. Penelitian bertujuan mengurangi perilaku kecanduan *smartphone* menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *Motivational Interviewing*.

Pendekatan pada penelitian ini adalah kualitatif dengan jenis Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Penelitian dilakukan di SMPN 9 Banjarmasin dengan alat pengumpulan data berupa angket dengan skala kecanduan *smartphone*, lembar observasi, dan rubrik penilaian observasi. Populasi pada penelitian ini sampel berjumlah 8 siswa dengan menggunakan teknik *Purpose Sampling*.

Hasil penelitian ini menunjukkan peningkatan pada setiap siklusnya, dilakukan sebanyak 3 siklus dengan masing-masing 1 kali pertemuan. Aktivitas peneliti memperoleh kategori “Baik”. Aktivitas siswa mencapai kategori “Aktif”, sehingga hasil pereduksian kecanduan *smartphone* mencapai kategori “Berhasil”. Kesimpulan pada penelitian ini adalah hasil Tindakan layanan konseling *Motivational Interviewing* untuk mereduksi kecanduan *smartphone* mencapai indikator keberhasilan dengan kategori “Berhasil”.

ABSTRACT

Nadya, 2023. *Reducing Smartphone Addiction Using Counseling Motivational Interviewing Students of SMPN 9 Banjarmasin*. Advisors: (1) Dr. Sulistiyana, S.Pd., M.Pd (II) Dr. Ririanti Rachmayanie Jamain S.Psi., M.Pd

Keywords: Smartphone Addiction, Group Counseling, Motivational Interviewing Techniques.

Smartphones when used excessively can be addictive. Smartphone addiction not only harms health but also interferes with learning. The research aims to reduce smartphone addiction using group counseling services using the Motivational Interviewing technique.

The approach to this research is qualitative with the type of Guidance and Counseling Action Research (PTBK). The research was conducted at SMPN 9 Banjarmasin with data collection tools in the form of a questionnaire with a smartphone addiction scale, observation sheets, and an observation scoring rubric. The population in this study is a sample of 8 students using the Purpose Sampling technique.

The results of this study showed an increase in each cycle, carried out in 3 cycles with 1 meeting each. The researcher's activity received the "Good" category. Student activities reach the "Active" category, so that the results of reducing smartphone addiction reach the "Successful" category. The conclusion in this study is that the results of Motivational Interviewing counseling service actions to reduce smartphone addiction achieve success indicators in the "Successful" category.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dipanjatkan kepada Allah Swt yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga skripsi berjudul “MEREDUKSI KECANDUAN *SMARTPHONE* MENGGUNAKAN KONSELING *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* PADA SISWA SMPN 9 BANJARMASIN” berhasil diselesaikan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program S1 (Strata-1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.

Disadari bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari peran serta dan berbagai pihak yang telah membantu baik secara moril maupun materil. Untuk itu disampaikan ucapan terima kasih khususnya kepada Ibu Sulistiyana, M.Pd sebagai pembimbing I dan Ibu Dr. Ririanti Rachmayanie Jamain, S. Psi., M.Pd sebagai pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, bimbingan, arahan, dan saran dalam penyusunan skripsi ini. Selain itu, ucapan terima kasih ditujukan kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad Alim Bachri, S.E., M.Si., Rektor Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.
2. Bapak Dr. Sunarno Basuki, Drs., M. Kes., AIFO Dekan FKIP Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam rangka kelancaran pelaksanaan penelitian.
3. Bapak Nuryadi, S.Pd., M.A Kepala Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin yang telah memberikan rekomendasi sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
4. Ibu Dr. Nina Permata Sari, S. Psi., M. Pd Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan pengarahan sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
5. Ibu Eklyns Cheseda Makaria, M. Pd Ketua Program Studi Bimbingan

Konseling yang telah memberikan bimbingan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.

6. Ibu Zuhdiah, S. Pd., M. Pd Kepala Sekolah SMP Negeri 9 Banjarmasin yang telah memberikan izin melakukan penelitian sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
7. Bapak/Ibu Dosen Pengajar di Program Studi Bimbingan Konseling yang telah memberikan bantuan dan motivasi dalam melaksanakan penelitian ini.
8. Bapak/Ibu Guru Sekolah di Sekolah Tempat Penelitian yang telah memberikan informasi dan data dalam melaksanakan penelitian ini.
9. Seluruh Siswa/Siswi/Mahasiswa/Mahasiswi yang telah mendukung terlaksananya kegiatan penelitian.
10. Semua pihak yang telah memberikan bantuan baik berupa moril maupun materil, terutama untuk keluarga dan sahabat sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.

Demi perbaikan selanjutnya diharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun agar isi dari skripsi ini menjadi lebih baik. Semoga amal baik yang diberikan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah Swt dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Banjarmasin, 29 Februari 2023

Nadya

NIM 1910123220023

DAFTAR ISI

COVER DEPAN	
HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI	i
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
LAMPIRAN	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	13
D. Manfaat Penelitian	13
BAB II	16
KAJIAN TEORI	16
A. Kecanduan <i>Smartphone</i>	16
B. Layanan Konseling Kelompok & Teknik <i>Motivational Interviewing</i>	21
C. Strategi Layanan Konseling Kelompok <i>Motivational Interviewing</i>	53
D. Kerangka Berpikir	57
E. Hipotesis	60
F. Penelitian Yang Relevan	61
BAB III	64
METODE PENELITIAN	64
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	64
B. Setting Penelitian	67
1. Tempat Penelitian.....	68

2. Subjek Penelitian.....	68
3. Objek Penelitian	68
D. Skenario Tindakan	70
1. Perencanaan (<i>Planning</i>)	70
2. Aksi atau Tindakan (<i>Action</i>)	71
3. Pengamatan (<i>Observasi</i>)	74
4. Refleksi.....	78
E. Teknik Pengumpulan Data	79
1. Populasi Penelitian	79
2. Sampel Penelitian	80
3. Teknik Penarikan Sampel.....	81
4. Instrumen data	82
5. Kisi -Kisi Intrument	86
F. Indikator Keberhasilan	90
G. Analisis Data	90
BAB IV	95
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	95
A. Prosedur Penelitian	95
B. Hasil Penelitian Tindakan	96
1. Hasil Pelaksanaan Tindakan Aktivitas Peneliti.....	97
2. Hasil Pelaksanaan Tindakan Aktivitas Siswa	115
3. Hasil Pelaksanaan Tindakan Layanan Konseling kelompok dengan Teknik <i>Motivational Interviewing</i> Untuk Mereduksi Kecanduan <i>Smartphone</i> 125	
C. Pembahasan	138
1. Kegiatan Aktivitas Peneliti dalam Mereduksi Kecanduan <i>Smartphone</i>	138
2. Kegiatan Siswa dalam Layanan Konseling Kelompok	142
3. Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Motivational Interviewing</i> Untuk Mereduksi Kecanduan <i>Smartphone</i> Siswa	145
A. Kesimpulan	150
B. Saran	150
DAFTAR RUJUKAN	154
LAMPIRAN	158

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 2 Tabel Data Populasi di SMPN 9 Banjarmasin.....	79
Tabel 3. 3 Tabel Data Sampel Siswa SMPN 9 Banjarmasin	81
Tabel 3. 4 Kisi – Kisi Pedoman Lembar	86
Tabel 3. 5 Kisi – Kisi Pedoman Lembar Observasi.....	87
Tabel 3. 6 Kisi – Kisi Pedoman Lembar Observasi Aktivitas Hasil Reduksi Kecanduan <i>Smartphone</i> Siswa.....	88
Tabel 3. 7 Kisi Kisi Instrument Angket	88
Tabel 3. 8 Keterangan Angket	90
Tabel 3. 9 Kriteria Penilaian Aktivitas Peneliti	92
Tabel 3. 10 Kriteria Penilaian Aktivitas Siswa.....	93
Tabel 3. 11 Kriteria Penilaian Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Motivational Interviewing</i> Untuk Mereduksi Kecanduan <i>Smartphone</i>	94
Tabel 4. 1 Hasil Observasi Aktivitas Peneliti Siklus I.....	97
Tabel 4. 2 Kriteria Penilaian Aktivitas Peneliti.....	98
Tabel 4. 3 Hasil Observasi Aktivitas Peneliti Siklus II.....	103
Tabel 4. 4 Kriteria Penilaian Aktivitas Peneliti.....	103
Tabel 4. 5 Hasil Observasi Aktivitas Peneliti Siklus III.....	107

Tabel 4. 6 Kriteria Penilaian Aktivitas Peneliti.....	107
Tabel 4. 7 Perbandingan Hasil Observasi Aktivitas Peneliti Siklus I, II, & III..	112
Tabel 4. 8 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I.....	116
Tabel 4. 9 Kriteria Penilaian Aktivitas Siswa.....	117
Tabel 4. 10 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II.....	119
Tabel 4. 11 Kriteria Penilaian Aktivitas Siswa.....	119
Tabel 4. 12 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III.....	121
Tabel 4. 13 Kriteria Penilaian Aktivitas Siswa.....	121
Tabel 4. 14 Perbandingan Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I, Siklus II, & Siklus III.....	122
Tabel 4. 15 Hasil Tindakan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Motivational Interviewing</i> Mereduksi Kecanduan <i>Smartphone</i> Siklus I.....	127
Tabel 4. 16 Kriteria Penilaian Hasil Tindakan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Motivational Interviewing</i> Untuk Mereduksi Kecanduan <i>Smartphone</i>	127
Tabel 4. 17 Hasil Tindakan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Motivational Interviewing</i> Mereduksi Kecanduan <i>Smartphone</i> Siklus II.....	130
Tabel 4. 18 Kriteria Penilaian Hasil Tindakan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Motivational Interviewing</i> Untuk Mereduksi Kecanduan <i>Smartphone</i>	130

Tabel 4. 19 Hasil Tindakan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Motivational Interviewing</i> Mereduksi Kecanduan <i>Smartphone</i> Siklus III.....	133
Tabel 4. 20 Kriteria Penilaian Hasil Tindakan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Motivational Interviewing</i> Untuk Mereduksi Kecanduan <i>Smartphone</i>	133
Tabel 4. 21 Perbandingan Hasil Observasi Tindakan Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Motivational Interviewing</i> untuk mereduksi Kecanduan <i>Smartphone</i> pada Siklus I, II dan III.....	134

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Model Penelitian Kemmis & Mc. Taggart.....	69
Gambar 4. 1 Diagram Perbandingan Aktivitas Peneliti.....	113
Gambar 4. 2 Diagram Perbandingan Aktivitas Siswa Siklus I, Siklus II, dan Siklus III.....	123
Gambar 4. 3 Perbandingan Hasil Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Motivational Interviewing</i> Untuk Mereduksi Kecanduan <i>Smartphone</i>	136

LAMPIRAN

Lampiran 1 Kontrak Ketersediaan Mengikuti Proses Konseling Kelompok.....	159
Lampiran 2 Rencana Pelaksanaan Layanan.....	160
Lampiran 3 Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok.....	161
Lampiran 4 Lembar Hasil Observasi Dan Rubrik Penilaian Aktivitas Peneliti Siklus I, Siklus II Dan Siklus III.....	162
Lampiran 5 Lembar Hasil Observasi Dan Rubrik Penilaian Aktivitas Siswa Siklus I, Siklus II Dan Siklus III.....	163
Lampiran 6 Lembar Hasil Observasi Dan Rubrik Penilaian Aktivitas Pereduksian Kecanduan Smartphone Siswa Menggunakan Teknik Motivational Interviewing Siklus I, Siklus II Dan Siklus III.....	164
Lampiran 7 Angket	165
Lampiran 8 Lembar Kepuasan Konseli Terhadap Konseling Kelompok	166
Lampiran 9 Format Tugas Siswa	167
Lampiran 10 Jurnal Revisi	168
Lampiran 11 Dokumentasi Kegiatan	169
Lampiran 12 Surat - Surat.....	172