

ABSTRAK

ADE IRMA RITONGA. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Manajemen Diri Meminimalisir *Nomophobia* Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Dolok Masihul Tahun Ajaran 2022/2023. Skripsi. Medan : Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan. 2023

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok teknik manajemen diri meminimalisir *nomophobia* pada siswa kelas XI IPS B SMA Negeri 1 Dolok Masihul. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Dengan jenis penelitian *pre eksperimen* dengan desain *one group pretest-posttest design*. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 8 orang siswa kelas XI IPS B SMA Negeri 1 Dolok Masihul yang memiliki tingkat *nomophobia* tinggi . data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan angket *nomophobia* yang berjumlah 40 butir item pernyataan yang telah valid dan reliabel. Angket diberikan sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik manajemen diri. Data dianalisis dengan menggunakan uji *wilcoxon* untuk melihat apakah ada pengaruh signifikan pemberian konseling kelompok teknik manajemen diri meminimalisir *nomophobia*. Data hasil perhitungan skor rata-rata *pre-test* pada kelompok eksperimen sebesar 127,37 sedangkan skor rata-rata *post-test* diperoleh sebesar 77,62. Maka hasil uji jenjang *wilcoxon* diperoleh $J_{hitung} = 15$ sedangkan $J_{tabel} = 4$. Dari tabel nilai kritis J untuk uji jenjang bertanda *wilcoxon* untuk $N = 8$, $\alpha = 0,05$ sesuai dengan kriteria penerimaan dan penolakan hipotesis, hipotesis diterima jika $J_{hitung} > J_{tabel}$ dimana $15 > 4$, artinya hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan ada pengaruh konseling kelompok teknik manajemen diri meminimalisir *nomophobia* pada siswa kelas XI IPS B SMA Negeri 1 Dolok Masihul Tahun Ajaran 2022/2023.

Kata Kunci : Konseling Kelompok Teknik Manajemen Diri, *Nomophobia*



ABSTRACT

ADE IRMA RITONGA. The Effect of Self-Management Technique Group Counseling Services on Minimizing Nomophobia in Class XI Students of SMA Negeri 1 Dolok Masihul 2022/2023. Skripsi. Medan : Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan. 2023

This study aims to determine the effect of self-management technique group counseling to minimize nomophobia in class XI IPS B students of SMA Negeri 1 Dolok Masihul. The method used in this research is a quantitative approach. With this type of pre-experimental research with a one group pretest-posttest design. The subjects in this study were 8 students of class XI IPS B at SMA Negeri 1 Dolok Masihul who had a high level of nomophobia. research data was collected using a nomophobia questionnaire which amounted to 40 valid and reliable statement items. Questionnaires were given before and after the implementation of self-management technique group counseling services. Data were analyzed using the Wilcoxon test to see whether there was a significant effect of giving group counseling to self-management techniques to minimize nomophobia. Data from the calculation of the pre-test average score in the experimental group was 127.37 while the post-test average score was 77.62. Then the results of the Wilcoxon level test obtained $J_{count} = 15$ while $J_{table} = 4$. From the critical value table J for the Wilcoxon-signed ladder test for $N = 8$, $\alpha = 0.05$ according to the criteria for accepting and rejecting the hypothesis, the hypothesis is accepted if $J_{count} > J_{table}$ where $15 > 4$, it means that the hypothesis is accepted. This shows that there is an effect of group counseling on self-management techniques to minimize nomophobia in class XI IPS B students of SMA Negeri 1 Dolok Masihul in the 2022/2023 Academic Year.

Keywords: Self-Management Technique Group Counseling, Nomophobia

