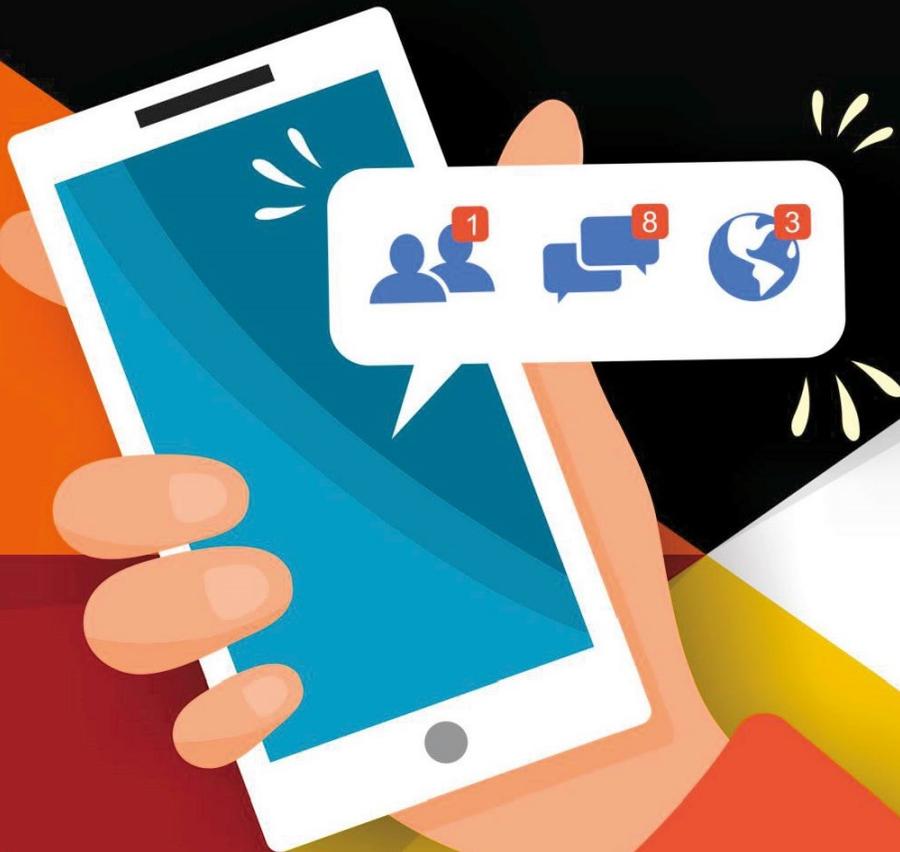


BIMBINGAN KLASIKAL “THINK-PAIR-SHARE”

(Upaya Meningkatkan Self Control Remaja
dalam Penggunaan Gadget)

Siti Muyana, M.Pd.
Dian Ari Widyastuti, M.Pd.





BIMBINGAN KLASIKAL ***“THINK-PAIR-SHARE”***

*(Upaya Meningkatkan Self Control Remaja
dalam Penggunaan Gadget)*

Siti Muyana, M.Pd.
Dian Ari Widyastuti, M.Pd.



Penerbit K-Media
Yogyakarta, 2021



BIMBINGAN KLASIKAL “THINK-PAIR-SHARE”

(Upaya Meningkatkan Self Control Remaja dalam Penggunaan Gadget)

vi + 100 hlm.; 18 x 25 cm

ISBN: 978-623-316-064-3

Penulis : Siti Muyana & Dian Ari Widyastuti

Tata Letak : Tim

Desain Sampul : Tim

Cetakan 1 : Februari 2021

Copyright © 2021 by Penerbit K-Media
All rights reserved

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang No 19 Tahun 2002.

Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun, baik secara elektris maupun mekanis, termasuk memfotocopy, merekam atau dengan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penulis dan Penerbit.

Isi di luar tanggung jawab percetakan

Penerbit K-Media
Anggota IKAPI No.106/DIY/2018
Banguntapan, Bantul, Yogyakarta.
e-mail: kmedia.cv@gmail.com

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT. atas limpahan rahmatnya penulis dapat menyelesaikan model “Bimbingan Klasikal “*Think-Pair-Share*” (Upaya Meningkatkan *Self-control* Remaja dalam Penggunaan *Gadget*)”. Model bimbingan klasikal “*think-pair-share*” ini secara umum bertujuan untuk meningkatkan *self-control* remaja dalam penggunaan *gadget*. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada Kementrian Riset dan Teknologi Pendidikan Tinggi (KEMENRISTEK-DIKTI), Universitas Ahmad Dahlan (UAD), dan seluruh pihak yang telah terlibat, yang telah memberikan kesempatan, fasilitas, dan dukungan kepada penulis dalam rangka pengembangan model “Bimbingan Klasikal “*Think-pair-share*” (Upaya Meningkatkan *Self-control* Remaja dalam Penggunaan *Gadget*)” ini. Pengembangan model ini kemungkinan masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari para pembaca untuk kesempurnaan model ini.

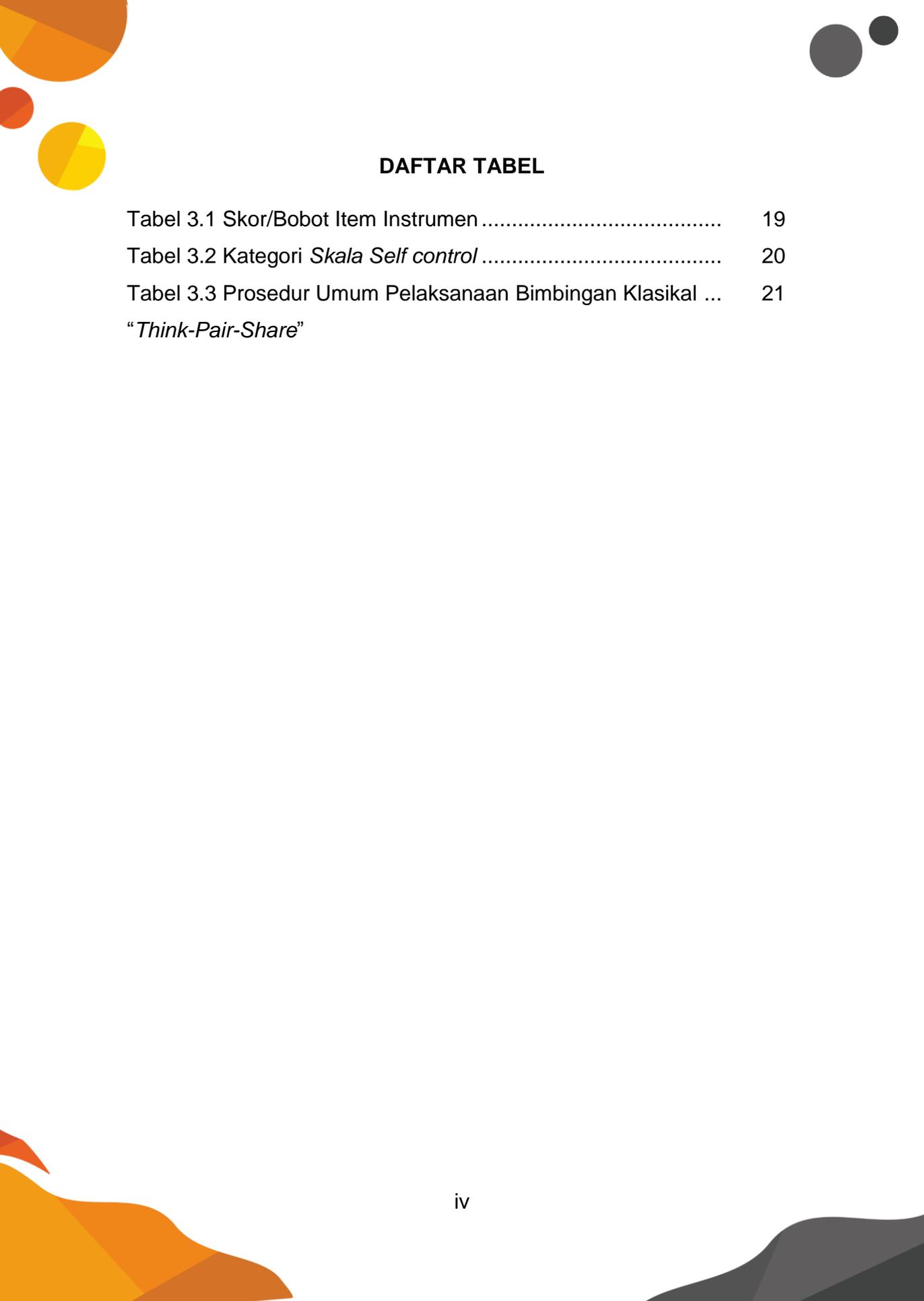
Yogyakarta, Januari 2021
Tim penulis

DAFTAR ISI

Kata Pengantar	I
Daftar Isi	ii
Daftar Tabel	iv
Daftar Lampiran	v
Bab I Pendahuluan		
A. Rasional	1
B. Tujuan	6
Bab II Visi & Misi		
A. Visi	7
B. Misi	7
Bab III Kajian Literatur		
A. Bimbingan Klasikal	8
B. <i>Think-Pair-Share</i>	12
C. <i>Self-control</i>	13
D. Bimbingan Klasikal " <i>Think-Pair-Share</i> " untuk Meningkatkan <i>Self-control</i> dalam Penggunaan Gadget	15
Bab IV Panduan Pelaksanaan		
A. Pengguna	18
B. Peserta	18
C. Instrumen	19
D. Prosedur Umum Pelaksanaan Bimbingan Klasikal " <i>Think-pair-share</i> " untuk Meningkatkan <i>Self-control</i> dalam Penggunaan Gadget	21
Bab V Uraian Kegiatan		
A. Pertemuan 1 "Mengontrol Prilaku dalam Penggunaan Gadget"	25
B. Pertemuan 2 "Mengatur Penggunaan <i>Gadget</i> "	38
C. Pertemuan 3 "Cara Bijak Menyikapi Informasi"	48
D. Pertemuan 4 "Evaluasi Diri"	59



E. Pertemuan 5 “Menyikapi masalah dalam penggunaan <i>gadget</i>	68
F. Pertemuan 6 Menghindari penyalahgunaan <i>gadget</i>	79
Bab VI Penutup	90
Daftar Rujukan	91



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor/Bobot Item Instrumen	19
Tabel 3.2 Kategori <i>Skala Self control</i>	20
Tabel 3.3 Prosedur Umum Pelaksanaan Bimbingan Klasikal ... “ <i>Think-Pair-Share</i> ”	21



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala <i>Self-concept</i>	93
Lampiran 2 Pedoman Observasi	97
Lampiran 3 Daftar Hadir	98
Lampiran 4 Peraturan Kelompok.....	99
Lampiran 5 Lembar Kerja Analisis SWOT	100



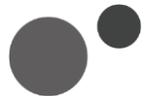
BAB I

PENDAHULUAN

A. RASIONAL

Kemampuan mengembangkan potensi yang dimiliki individu dapat dipengaruhi oleh faktor pendidikan. Jika kualitas pendidikan rendah, maka dapat berakibat pada tidak berkembangnya secara optimal potensi individu, sehingga akan mempengaruhi setiap sendi kehidupan individu yang bersangkutan. Potensi yang dimiliki individu dapat dikembangkan melalui aplikasi layanan bimbingan konseling yang ada di sekolah, salah satunya yaitu layanan bimbingan klasikal. Layanan bimbingan klasikal merupakan aplikasi pendidikan yang ada dalam pendidikan formal di Indonesia.

Layanan bimbingan klasikal merupakan salah satu jenis layanan yang menekankan pada pengembangan tingkah laku dan keterampilan yang mengacu pada penguasaan tugas-tugas perkembangan. Pada pelaksanaan layanan bimbingan klasikal, terjadi proses pembelajaran yang mengacu pada domain kognitif. Arifin (Zai, Dwikristanto, & Yohansa, 2017) mengemukakan bahwa domain kognitif merupakan salah satu domain yang menjadi tujuan pembelajaran, dalam hal ini Bloom membagi kognitif dalam beberapa tingkatan, salah satunya aplikasi/penerapan konsep yang berada pada tingkatan C3. Agar dapat mencapai tingkatan ini, siswa harus mampu memenuhi tingkat tujuan kognitif pengetahuan C1 yaitu kemampuan dalam mengingat kembali materi yang telah dipelajari; dan tingkat tujuan kognitif



pemahaman C2 yaitu kemampuan dalam memahami materi yang telah dipelajari.

Berdasarkan uraian sebelumnya, salah satu cara untuk mengembangkan kemampuan siswa adalah dengan penerapan model layanan inovatif dan kreatif. Layanan yang inovatif dan kreatif tercermin dalam model pembelajaran koopertif (Sugiyanto, 2008: 8). Model pembelajaran kooperatif terdiri dari berbagai macam metode, salah satunya yaitu metode *Think-Pairs-Share* (TPS). Layanan bimbingan klasikal dengan metode *think-pair-share* dikembangkan guna membantu menstimulus siswa agar dapat mengembangkan kemampuan berpikir hingga sampai pada tahap mampu menerapkan, seperti yang telah dijelaskan sebelumnya. Metode *think-pair-share* dipilih karena melalui metode ini, proses layanan banyak melibatkan aspek kognitif siswa. Menurut Shoimin (2014) metode *think, pair, and share* ini memperkenalkan ide “waktu berpikir” yang banyak yang menjadi faktor kuat dalam meningkatkan kemampuan siswa. Penelitian terdahulu oleh Guspiani, Nurhanurawati, & Djalil (2014) memberikan penguatan positif mengenai efektivitas penerapan metode ini terkait pemahaman konsep siswa. *Think-pairs-share* merupakan model pembelajaran kooperatif terstruktur yang mengandalkan kerja sama antar siswa untuk memecahkan masalah. Pada proses pelaksanaan metode *think-pairs-share*, guru BK menyajikan materi dalam layanan bimbingan klasikal, memberikan soal atau kasus kepada siswa untuk dipikirkan (*think*) siswa dan bekerja kelompok dengan cara berpasangan (*pairs*), dan presentasi kelompok (*share*).



Keberhasilan penerapan metode *think-pair-share* sudah banyak dibuktikan oleh para peneliti. Seperti hasil penelitian yang dikemukakan Astuti (2007) bahwa terjadi peningkatan prestasi belajar materi kasih sayang setelah menerapkan model pembelajaran *think-pair-share* dengan kenaikan sebanyak 20% dari total seluruh subyek yang 40 siswa. Hasil penelitian lain dikemukakan oleh Surayya, Subagia, & Tika (2014) dengan hasil bahwa terdapat perbedaan hasil belajar antara siswa yang mengikuti model pembelajaran *think-pair-share* dengan siswa yang mengikuti model pembelajaran konvensional. Keberhasilan penerapan model *think-pair-share* dapat menjadi inspirasi bagi para pendidik khususnya guru BK dalam memberikan layanan bimbingan konseling kepada para siswa.

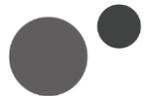
Seiring dengan perkembangan model layanan bimbingan dan konseling, kehidupan individu juga terus berkembang sesuai dengan kemajuan zaman. Berbagai macam stimulus dapat menjadi pengaruh dalam setiap sendi kehidupan, misalnya perkembangan teknologi komunikasi berupa *gadget*. Perkembangan *gadget* dalam penggunaannya saat ini telah merambah ke berbagai tingkat kehidupan masyarakat, baik tingkat ekonomi, sosial, budaya, maupun juga tingkatan usia. Hampir seluruh tingkatan usia saat ini telah mengenal *gadget*, mulai dari balita sampai dengan lansia. Penggunaan *gadget* dilakukan dengan berbagai alasan kebutuhan dan fungsi dari *gadget*, seperti sebagai sarana hiburan (bermain *games*, menonton video,dll), media komunikasi, bisnis, dsb. Penggunaan *gadget* tersebut dapat menjadi bermanfaat atau menjadi bumerang bagi diri sendiri



apabila lepas kontrol dan berlebihan dalam menggunakannya. Hal ini terutama difokuskan pada remaja.

Terlepas dari berbagai manfaat yang diperoleh melalui penggunaan *gadget*, dampak negatif pun juga telah menunggu para remaja sebagai pengguna *gadget* terkait dengan proses perkembangan emosi, kognitif, moral, dan sosial. Remaja yang berada pada rentang usia 12-18 pada dasarnya merupakan individu yang masih belajar untuk mengembangkan semua aspek kehidupan secara optimal. Namun, pertumbuhan pesat dalam teknologi berupa *gadget* telah membuat remaja kesulitan untuk mengontrol diri dalam melakukan berbagai aktivitas dan pengambilan keputusan dalam penggunaan *gadget*. Remaja cenderung mengambil jalan pintas yang lebih cepat, murah, dan mudah untuk mencapai tujuannya melalui penggunaan *gadget* (Master, et all, 2016).

Di antara kemunduran besar remaja yang menggunakan ponsel adalah mereka dengan mudah kehilangan *self-control* dengan ponsel mereka dan menjadi terlalu bergantung pada *gadget*. Banyak waktu dihabiskan ketika menggunakan *gadget*, sehingga berpengaruh terhadap kesehatan, prestasi, waktu belajar, waktu dan kualitas ketika berkumpul dengan keluarga (Mun, Li, & Fernandez, 2011). Selain itu, hasil penelitian mengungkapkan bahwa menggunakan gadget guna bermain *game* memiliki efek psikologis sama seperti efek fisik, cenderung menimbulkan mentalitas kekerasan, berperilaku agresif, dan memiliki kualitas belajar yang buruk (David & Hertz, 2007; Gentile, Lynch, Linder, Walsh, 2004).



Saat ini penggunaan internet pada remaja khususnya para pelajar lebih banyak dibandingkan orang tua. Pada tahun 2010 diperoleh data anak-anak berusia 10-17 tahun di kota Bandung sebanyak 96% pernah membuka situs pornografi dan menggunakan sekitar 64 jam setiap bulannya (Dewangga & Rahayu, 2015). Saat ini sudah tidak asing dengan istilah seperti *email, browsing, chatting, website, blog, facebook, path, Instagram* dan sebagainya. Pengguna internet memang lebih banyak oleh remaja, tidak hanya sebatas menerima dan mengirim email dan *chatting* namun juga sebagai kehidupan sehari-hari misalnya berkirim foto dan video, membuat status, memberikan tanggapan status teman yang ada di sebuah media sosial.

Beragam fenomena hasil penelitian tersebut tidak terlepas dari pengawasan lingkungan terhadap remaja dalam menggunakan *gadget*, di sisi lain yang tidak kalah penting yaitu kemampuan remaja dalam mengontrol diri terhadap pengaruh penggunaan *gadget*. Fakta empiris yang telah ditemukan di lapangan melalui studi kebutuhan di SMP se-Kota Yogyakarta, diperoleh gambaran bahwa siswa SMP di Kota Yogyakarta tidak seluruhnya memiliki *self control* yang tinggi. Sebanyak 25% siswa berada pada kategori rendah dan 3% siswa berada pada kategori sangat rendah terkait dengan kontrol diri menggunakan *gadget*.

Peningkatan maupun pengembangan kontrol diri siswa dalam menggunakan *gadget* menjadi tanggungjawab semua pihak, terutama bimbingan dan konseling sebagai suatu unit yang bertanggungjawab untuk pengembangan potensi siswa. Oleh karena itu, diperlukan suatu layanan inovatif yang dapat diberikan kepada semua siswa baik yang berfungsi *preventive* maupun



development. Layanan bimbingan merupakan salah satu jenis layanan dalam bimbingan dan konseling yang dapat diberikan kepada seluruh siswa guna mengembangkan potensi maupun sebagai bentuk usaha *preventive* agar siswa tidak terjerumus dalam permasalahan hidup yang dapat mengganggu perkembangan optimal siswa. Oleh karena itu diperlukan pengembangan suatu model layanan bimbingan yang dapat diberikan kepada seluruh siswa sebagai bentuk usaha *preventive development* terkait dengan *self control* remaja dalam menggunakan *gadget*, salah satunya yaitu layanan bimbingan klasikal berbasis *think-pair-share*.

B. TUJUAN

Model layanan bimbingan klasikal dengan metode *think-pair-share* untuk meningkatkan *self-control* remaja dalam penggunaan *gadget* secara khusus bertujuan membantu guru BK atau konselor sekolah agar:

1. Memiliki wawasan tentang dampak penggunaan *gadget* bagi siswa SMP.
2. Memahami teknik dan prosedur pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan metode *think-pair-share* untuk meningkatkan *self-control* remaja dalam penggunaan *gadget*.
3. Mampu memfasilitasi remaja (siswa SMP) untuk meningkatkan *self-control* dalam penggunaan *gadget*.

BAB II VISI DAN MISI

A. Visi Model “Bimbingan Klasikal “*Think-Pair-Share*” (Upaya Meningkatkan *Self-control* Remaja dalam Penggunaan *Gadget*)

Model “Bimbingan Klasikal “*Think-Pair-Share*” (Upaya Meningkatkan *Self-control* Remaja dalam Penggunaan *Gadget*) memiliki visi “Menyiapkan generasi emas yang mampu memiliki kualitas diri yang tinggi dalam mengontrol penggunaan gadget sesuai dengan kebutuhan”.

B. Misi Model “Bimbingan Klasikal “*Think-Pair-Share*” (Upaya Meningkatkan *Self-control* Remaja dalam Penggunaan *Gadget*)

Model “Bimbingan Klasikal “*Think-Pair-Share*” (Upaya Meningkatkan *Self-control* Remaja dalam Penggunaan *Gadget*) memiliki misi sebagai berikut:

1. Memberikan informasi pada siswa mengenai dampak dari ketidakmampuan mengelola diri dalam penggunaan *gadget* berlebih.
2. Memberikan informasi ada siswa bahwa kemampuan diri merupakan aset penting yang perlu dikembangkan agar diri semakin berkualitas dalam menyikapi suatu fenomena, salah satunya penggunaan *gadget*.
3. Memfasilitasi dan membantu siswa meningkatkan kemampuan *self-control* dalam penggunaan *gadget*.
4. Membantu jiwa pribadi dan sosial siswa agar seimbang melalui model layanan yang terencana dan terarah.

BAB III

KAJIAN LITERATUR

A. Bimbingan Klasikal

Menurut Yusuf dan Nurihsan (2005) pendidikan yang bermutu adalah “yang mengintegrasikan tiga bidang kegiatan utamanya secara sinergi, yaitu bidang administratif dan kepemimpinan, bidang instruksional dan kurikuler, serta bidang pembinaan siswa (bimbingan dan konseling)”. Pendidikan yang hanya melaksanakan bidang administratif dan pengajaran dengan mengabaikan bidang bimbingan mungkin hanya akan menghasilkan individu yang pintar dan terampil dalam aspek akademik, tetapi kurang memiliki kemampuan atau kematangan dalam aspek sosial dan spiritual. Dengan kata lain bimbingan konseling memiliki peran yang penting bagi siswa di sekolah, khususnya dalam upaya mencapai perkembangan yang optimal. Bimbingan konseling memiliki banyak layanan dan cara yang digunakan dalam mengoptimalisasikan perkembangan siswa. Melalui kegiatan bimbingan dan konseling, siswa diharapkan mampu meningkatkan pemahaman terkait berbagai macam pengetahuan. Salah satu kegiatan bimbingan yang dapat dilakukan oleh konselor yaitu Bimbingan klasikal.

1) Pengertian Bimbingan Klasikal

Menurut Nurihsan dkk (2004), bimbingan klasikal merupakan salah satu layanan dasar bimbingan untuk membantu seluruh peserta didik mengembangkan perilaku efektif dan ketrampilan-ketrampilan hidupnya yang mengacu kepada tugas-tugas perkembangan peserta didik, layanan ini ditujukan untuk seluruh peserta didik. Agar semua siswa

terlayani kegiatan bimbingan klasikal perlu terjadwalkan secara pasti untuk semua kelas. Menurut peneliti dapat disimpulkan bimbingan klasikal adalah layanan dasar yang diperuntukkan oleh siswa untuk membantu peserta didik yang dilakukan secara langsung dan terjadwal dalam satu kelas.

2) Tujuan dan Fungsi Layanan Bimbingan Klasikal

Setiap layanan dalam bimbingan konseling memiliki tujuan dan fungsi tersendiri, berikut akan dijelaskan tujuan dan fungsi bimbingan.

a. Tujuan Bimbingan Klasikal

Bimbingan klasikal sangat dibutuhkan siswa untuk membantu siswa mencegah terjadinya permasalahan atau bahkan mengurangi tingkat permasalahan. Sedangkan menurut Prayitno (2005 : 13) tujuan bimbingan yaitu agar individu dapat :

- 1) Merencanakan kegiatan penyelesaian studi.
- 2) Mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya seoptimal mungkin
- 3) Menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, lingkungan, masyarakat, maupun lingkungan kerjanya
- 4) Mengatasi hambatan dan kesulitan yang dihadapi dalam studi, penyesuaian dengan lingkungan pendidikan, masyarakat, maupun lingkungan kerja.

Secara umum dapat disimpulkan bahwa tujuan dari bimbingan klasikal yaitu membantu siswa agar siswa mampu keluar dari masalah-masalah yang menyulitkan siswa,



sehingga siswa mampu menyelesaikan dan menghadapinya sendiri.

b. Fungsi layanan bimbingan klasikal

Dalam kelangsungan perkembangan dan kehidupan manusia, berbagai pelayanan diciptakan dan diselenggarakan. Masing-masing pelayanan itu berguna dan bermanfaat untuk memperlancar dan memberikan dampak positif sebesar-besarnya terhadap kelangsungan perkembangan dan kehidupan itu, khususnya pada bidang tertentu yang menjadi fokus pelayanan yang dimaksud. Begitu juga dengan bimbingan klasikal, bimbingan klasikal memiliki fungsi khusus yang berguna bagi siswa. Menurut Bimo Walgito (2004: 38-39) fungsi bimbingan di sekolah adalah “sebagai fungsi pemahaman, fungsi preventif, fungsi pengembangan, fungsi penyembuhan, fungsi penyaluran, fungsi perbaikan”.

3) Metode dalam Bimbingan Klasikal

Metode dalam layanan bimbingan klasikal merupakan cara yang dapat dipergunakan konselor dalam menyampaikan informasi pada siswa dengan berbagai teknik penyampaian. Peranan metode dalam layanan bimbingan klasikal sebagai alat untuk menciptakan proses layanan bimbingan dan konseling yang efektif. Dengan metode ini diharapkan dinamika kelompok dapat terbentuk secara optimal, dimana semua siswa dapat berperan aktif memberikan kontribusinya sebagai peserta kelompok, dengan kata lain terciptalah interaksi edukatif. Oleh

karenanya metode dalam layanan bimbingan klasikal yang baik adalah metode yang dapat membantu siswa mengembangkan kemampuan yang dimiliki secara efektif. Menurut Sudjana (2002 : 38-50) beberapa metode yang dapat digunakan oleh guru diantaranya seperti metode ceramah, tanya jawab, diskusi, tugas belajar dan resitasi dan kerja kelompok.

4) Tahapan Bimbingan Klasikal

Dalam pelaksanaan kegiatan layanan dan kegiatan pendukung BK, guru BK perlu menerapkan tahap-tahap pengelolaan P3MT (perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, monitoring, dan tindak lanjut) (Kemendikbud, 2014). Bimbingan klasikal merupakan salah satu strategi layanan dasar serta layanan peminatan dan perencanaan individual pada komponen program bimbingan dan konseling. Kemendikbud (2016) mengemukakan beberapa langkah dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal, antara lain :

1) Persiapan

- a) Menyusun jadwal masuk kelas agar pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dapat dilakukan dengan teratur dan terjadwal.
- b) Mempersiapkan topik materi bimbingan klasikal, yang dirumuskan berdasarkan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) (Ditjen PMPTK,2007), masalah yang dihadapi peserta didik/konseli yang diases menggunakan AUM atau DCM, dan instrumen lain yang relevan.

- c) Menyusun rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan menggunakan sistematika sebagaimana disajikan dalam format RPL.
- d) Mendokumentasikan rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal yang akan diberikan.

2) Pelaksanaan

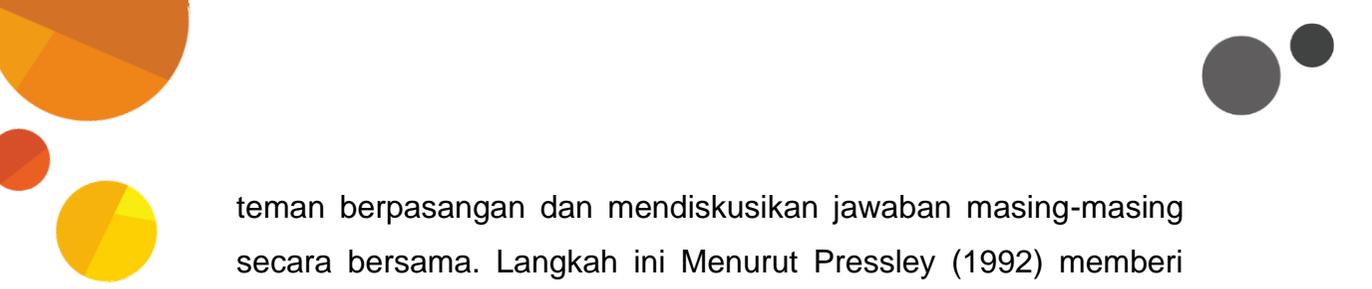
- a) Melaksanakan layanan bimbingan klasikal sesuai jadwal dan materi yang telah dirancang.
- b) Mendokumentasikan rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal yang telah diberikan.
- c) Mencatat peristiwa dan atau hal-hal yang perlu perbaikan dan atau tindak lanjut setelah layanan bimbingan klasikal dilaksanakan.

3) Evaluasi dan tindak lanjut

- a) Melakukan evaluasi proses layanan bimbingan klasikal.
- b) Melakukan evaluasi hasil layanan bimbingan klasikal yang telah diberikan.

B. Think-Pair-Share

Think-pair-share adalah teknik pembelajaran kooperatif yang pertama kali diusulkan oleh Lyman (1981). Teknik ini dilaksanakan dengan melalui tiga tahapan. Tahap pertama, siswa diberi pertanyaan atau masalah, kemudian diminta untuk berpikir, mengatur pikiran, dan merumuskan gagasan serta jawaban atas pertanyaan yang diberikan. Tahap kedua, siswa diminta mencari



teman berpasangan dan mendiskusikan jawaban masing-masing secara bersama. Langkah ini Menurut Pressley (1992) memberi kesempatan kepada siswa untuk berpikir dan mencari tahu apa yang ingin diketahui dan apa yang mereka butuhkan. Pada tahap ketiga para siswa membagikan gagasan seluruh anggota kelompok. Selain berbagi pendapat, metode *think-pair-share* membantu siswa untuk dapat berinteraksi dengan anggota lain dan siswa dapat memikirkan ide mereka sendiri dengan cara yang aktif.

C. Self-control

Self-control dalam diri individu berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan dari dalam dirinya (Hurlock, 1980). Selanjutnya Rothbaum (Tangney et.all, 2004) mengemukakan bahwa *self-control* secara luas dianggap sebagai kemampuan untuk mengubah dan menyesuaikan diri sehingga menghasilkan sesuatu lebih baik secara optimal antara diri dan lingkungan. *Self-control* yang dimiliki individu berupa kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah tanggapan batin seseorang, serta untuk menekan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari tindakan tersebut. Schmeichel dan Baumeister (McCullough dan Willoughby, 2009) mengemukakan bahwa *self-control* berfungsi untuk melawan atau mengesampingkan respon yang muncul (kecenderungan perilaku, emosi, atau motivasi) dengan mengacu pada sumber daya internal yang tersedia untuk menghambat, menimpa, atau mengubah tanggapan yang mungkin timbul sebagai akibat dari proses fisiologis, kebiasaan, pembelajaran, atau situasi. Berbagai

pendapat tersebut dapat dipahami bahwa *self-control* adalah kemampuan untuk mengendalikan dorongan emosi untuk dapat menekan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan.

Kemampuan mengontrol diri individu dipengaruhi oleh beberapa aspek yang ditentukan oleh seberapa jauh aspek tersebut mendominasi dalam mengontrol diri. Beberapa aspek dalam *self-control* menurut Averill (1973) antara lain:

1. *Behavior Control* (Mengontrol perilaku)

Merupakan kemampuan dalam mengendalikan tindakan langsung terhadap lingkungan yang terdiri dari 2 komponen, yaitu: mengatur pelaksanaan (*regulated administration*), dan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Komponen pertama, yaitu kemampuan mengatur pelaksanaan untuk menentukan siapa yang akan mengendalikan situasi atau keadaan dari dalam dan luar diri sendiri. Komponen kedua, yaitu kemampuan mengatur stimulus untuk mengetahui bagaimana dan kapan stimulus yang tidak dikehendaki datang.

2. *Cognitive Control* (Mengontrol Kognisi)

Merupakan kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasikan, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari 2 komponen, yaitu: memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*apparsial*).

3. *Decisional Control* (Mengontrol Keputusan)

Kemampuan untuk memilih hasil yang diyakini individu, dengan tujuan mengantisipasi peristiwa dan menafsirkan peristiwa, dimana individu dapat mengontrol dirinya.

D. Bimbingan Klasikal “*Think-Pair-Share*” untuk Meningkatkan Self-control dalam Penggunaan Gadget

Gadget merupakan media komunikasi berupa barang canggih yang diciptakan dengan berbagai aplikasi yang dapat menyajikan berbagai media berita, kesehatan, olahraga, jejaring sosial, hobi, bahkan hiburan. Menurut Roos (2001) orang yang kecanduan ponsel dapat diketahui melalui tiga karakteristik, yaitu: selalu menjaga ponsel mereka; cenderung menggunakan ponsel mereka di rumah; dan menggunakan ponsel dalam segala aktivitas berlawanan dengan fungsi utama ponsel. Fungsi ponsel pintar menurut Young (1998) yaitu, komunikasi *interpersonal*, yang merupakan fungsi awal yang disediakan oleh ponsel, tapi juga sebagai alat untuk fungsi lainnya. Bianch dan Phillips (2005) mengembangkan masalah ponsel dengan menggunakan skala pecandu ponsel. Mereka menemukan bahwa pecandu ponsel menyembunyikan penggunaan sebenarnya dari keluarga dan teman; menghadapi krisis keuangan karena menggunakan ponsel; merasa asyik, cemas, tertekan saat berada di luar jangkauan untuk beberapa waktu; terus-menerus gagal mengendalikan atau mengurangi penggunaan ponsel; dan menggunakan ponsel untuk melepaskan diri dari masalah dan keadaan darurat.

Mampu mengatur dan mengendalikan diri merupakan bagian penting dalam penggunaan *gadget* oleh manusia. Penggunaan *gadget* (*smartphone*) menjadi efektif dan bermanfaat apabila



remaja dapat menggunakan dengan cermat dan mempunyai kontrol yang kuat terhadap efek samping *gadget (smartphone)*. Namun dewasa ini, penggunaan *gadget (smartphone)* sudah menjadi kebutuhan yang sulit untuk ditinggalkan dan dikontrol sehingga dikhawatirkan dapat mengganggu aspek lain dalam kehidupan, seperti kemampuan bersosialisasi, komunikasi verbal, dan lain sebagainya. Terdapat beberapa aspek dalam *self-control*, menurut Hagger, dkk. (2010) antara lain *behavioral control* (mengontrol perilaku), *cognitive control* (mengontrol kognisi), dan *decisional control* (mengontrol keputusan). Kemampuan *self-control* yang digunakan secara optimal akan membantu remaja untuk mengontrol dirinya dengan baik dalam penggunaan gadget. Sebagai upaya untuk dapat membantu remaja meningkatkan *self-control* dalam penggunaan gadget, perlu dilakukan layanan bimbingan dan konseling, salah satunya yaitu bimbingan klasikal.

Model bimbingan klasikal yang dipandang efektif untuk meningkatkan *self-control* yaitu model bimbingan klasikal berbasis *think-pair-share*. Layanan bimbingan klasikal dengan menggunakan model *think-pair-share* merupakan model yang dapat memberi siswa lebih banyak waktu berpikir, bersosialisasi, dan berbagi. Melalui pengembangan model layanan bimbingan klasikal berbasis *think-pair-share* memberi siswa kesempatan remaja untuk mengoptimalkan kemampuan bekerja secara mandiri dan bekerja sama dengan orang lain. Menurut Joyce, dkk (2009) latihan bekerja sama dapat dilakukan dengan mengelompokan dua siswa dalam satu kelompok yang ditugaskan untuk menyelesaikan tugas kognitif. Ambarwati (2012) menjelaskan bahwa penguasaan konsep dan keterampilan berpikir kritis siswa



meningkat secara signifikan dilihat dari nilai gain setelah diterapkan model pembelajaran *think-pair-share*. Hasil penelitian tersebut menerangkan bahwa *think-pair-share* dapat menjadi sebuah metode guna pengembangan dan peningkatan kemampuan remaja dalam berbagai aspek kehidupan.

Model *think-pair-share* terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap *thinking* (berpikir), *pairing* (berpasangan), dan *sharing* (berbagi). Pada tahap *think* siswa harus berpikir sendiri tentang jawaban atas permasalahan yang diberikan oleh guru BK. Melalui tahap *think*, remaja dapat memperoleh pengetahuan yang diakibatkan dari proses kognitif, yaitu suatu aktivitas mental untuk memperoleh pengetahuan, mengenal masalah, menemukan solusi, mengumpulkan dan menyusun informasi, memahami dan menggunakan bahasa yang tepat dan jelas, menganalisis data, dan menarik kesimpulan. Keterampilan-keterampilan berpikir ini merupakan landasan untuk berpikir kritis. Selanjutnya pada tahap *pair*, remaja akan mencari pasangan untuk mendiskusikan hasil berpikir mereka sebelumnya. Selama berdiskusi, remaja memerlukan keterampilan berpikir kritis dan kemampuan berkomunikasi. Tahap akhir yaitu, *share* atau berbagai hasil diskusi dengan pasangan kepada seluruh anggota kelas, untuk dapat menyampaikan hasil diskusi, remaja perlu memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

BAB IV PANDUAN PELAKSANAAN

A. Pengguna

Kriteria sasaran pengguna dalam pelaksanaan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” sebagai upaya meningkatkan self-control remaja dalam penggunaan gadget, yaitu:

1. Berpendidikan minimal S1 BK
2. Memiliki kemampuan secara teori dan juga praktek dalam memberikan layanan bimbingan klasikal
3. Memiliki kemampuan berkomunikasi dengan baik

B. Peserta

Peserta dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” sebagai upaya meningkatkan self-control remaja dalam penggunaan gadget, merupakan siswa/siswi kelas VIII yang teridentifikasi memiliki *self-control* rendah. Kondisi tersebut dapat diketahui berdasarkan hasil pengukuran dengan menggunakan skala *self-control* yang diberikan sebelum pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Berdasarkan fungsinya, layanan bimbingan klasikal diberikan kepada semua siswa-siswi dan bersifat pengembangan, pencegahan, dan pemeliharaan. Dalam upaya mengoptimalkan fungsi layanan bimbingan klasikal, pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” juga dapat diikuti oleh siswa/siswi yang memiliki hasil pengukuran dengan kategori tinggi dan sedang. Peserta yang diikutsertakan

dalam kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” berasal dari berbagai kondisi *self-control*. Hal ini dikarenakan untuk dapat menghidupkan suasana kelas dan sifat heterogen berdasarkan kondisi *self-control* memiliki peran penting dalam terbentuknya dinamika kelompok dalam layanan bimbingan klasikal.

C. Instrumen

Keberhasilan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” dalam meningkatkan *self-control* dapat diketahui melalui skala *self-control* (lampiran 1). Data yang diperoleh dari skala tersebut dianalisis dengan analisis kuantitatif. Skala *self-control* terdiri dari 43 item pernyataan, yang terbagi dalam item positif dan item negatif. Pilihan jawaban yang telah disediakan sebagai berikut:

1. SS (Sangat Setuju), apabila pernyataan tersebut Sangat Setuju dengan keadaan yang Anda rasakan.
2. S (Setuju), apabila pernyataan tersebut Setuju dengan keadaan yang Anda rasakan.
3. TS (Tidak Setuju), apabila pernyataan tersebut Tidak Setuju dengan keadaan yang Anda rasakan.
4. STS (Sangat Tidak Setuju), apabila pernyataan tersebut Sangat Tidak Setuju dengan keadaan yang Anda rasakan.

Adapun skor/bobotnya sebagai berikut:

Tabel 3.1 Skor/Bobot Item Instrumen

Kriteria	Skor
Sangat Sesuai (SS)	4
Sesuai (S)	3
Kurang Sesuai (KS)	2
Tidak Sesuai (TS)	1

Adapun cara menganalisis sebagai berikut:

1. Hitunglah jumlah skor jawaban siswa/anggota kelompok dengan memberikan bobot atau nilai dari masing-masing jawaban setiap item.
2. Cocokkanlah jumlah skor dengan kategori skala *self-control* berikut ini:

Tabel 3.2 Kategori Skala *Self-control*

Kategori	Rentangan
Sangat Tinggi	140– 172
Tinggi	118–139
Sedang	97–117
Rendah	75–96
Sangat Rendah	43-74

Interpretasi hasil:

1. Siswa yang mendapatkan skor antara 43-74, termasuk siswa yang memiliki tingkat *self-control* **sangat rendah**.
2. Siswa yang mendapatkan skor antara **75-96**, termasuk siswa yang memiliki tingkat *self-control* **rendah**.
3. Siswa yang mendapatkan skor antara **97-117**, termasuk siswa yang memiliki tingkat *self-control* **sedang**.
4. Siswa yang mendapatkan skor antara **118-139**, termasuk siswa yang memiliki tingkat *self-control* **tinggi**.
5. Siswa yang mendapatkan skor antara **140-172**, termasuk siswa yang memiliki tingkat *self-control* **sangat tinggi**.

D. Prosedur Umum Pelaksanaan Bimbingan Klasikal “*Think-Pair-Share*” untuk Meningkatkan Self-control dalam Penggunaan Gadget

Tahapan pelaksanaan bimbingan klasikal mengacu kepada tahapan pelaksanaan bimbingan dan konseling. Adapun tahapan-tahapan bimbingan klasikal yaitu tahap Perencanaan Kegiatan, Pengorganisasian, Pelaksanaan, Monitoring dan Penilaian, serta tahap terakhir Tindak Lanjut.

Tabel 3.3 Prosedur Umum Pelaksanaan Bimbingan Klasikal “*Think-Pair-Share*”

No.	Tahapan	Rincian Kegiatan
1.	Perencanaan Kegiatan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK menyusun jadwal akan diadakannya layanan bimbingan klasikal “<i>think-pair-share</i>”.2. Guru BK menyiapkan skala <i>self-control</i> untuk dilakukan <i>pre-test</i> sebelum pemberian layanan bimbingan klasikal “<i>think-pair-share</i>” & <i>post-test</i> setelah layanan diberikan untuk mengetahui hasilnya.3. Guru BK menyiapkan lembar kerja dan alat tulis yang nantinya akan digunakan dalam proses pemberian layanan.4. Guru BK menyiapkan tempat akan dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “<i>think-pair-share</i>”.
2.	Pengorganisasian	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK memberikan <i>pre-test</i> pada

	asian	<p>siswa dengan instrumen skala <i>self-control</i>.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Guru BK melakukan analisis data hasil <i>pre-test</i> untuk dapat mengidentifikasi kondisi <i>self-control</i> siswa. 3. Guru BK menentukan siswa sesuai kriteria yang akan diikutsertakan dalam kegiatan layanan bimbingan klasikal "<i>think-pair-share</i>".
3.	Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK membangun <i>rapport</i> dengan siswa 2. Guru BK dan siswa membuat kesepakatan bersama 3. Guru BK menyampaikan topik materi yang telah dipersiapkan. 4. Guru BK memberikan lembar kerja pada setiap siswa. 5. Guru BK memberikan kesempatan berpikir (<i>think</i>) kepada siswa untuk memperoleh solusi atas masalah yang tertulis pada lembar kerja. 6. Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan (<i>pair</i>) dengan siswa lain dan berbagi jawaban pada pasangannya. 7. Guru BK memilih beberapa kelompok untuk mempresentasikan jawaban hasil diskusi dengan anggota pasangannya

		<p>(<i>share</i>).</p> <p>8. Guru BK memberikan lembar tugas bagi siswa sebagai bagian dari refleksi diri.</p> <p>9. Guru BK melakukan observasi selama pelaksanaan layanan bimbingan klasikal "<i>think-pair-share</i>" dengan menggunakan pedoman observasi (terlampir).</p>
4.	Monitoring	<p>1. Melakukan analisis terhadap hasil lembar kerja siswa.</p> <p>2. Melakukan evaluasi proses dengan cara wawancara secara langsung kepada siswa mengenai <i>self-control</i> yang dimiliki sesuai dengan tema pembahasan.</p>
5.	Penilaian	<p>1. Guru BK melakukan evaluasi hasil melalui lembar penilaian diri yang telah di isi oleh siswa.</p> <p>2. Guru BK melakukan evaluasi hasil melalui <i>post-test</i> dengan menggunakan skala <i>self-control</i> yang telah disediakan.</p> <p>3. Guru BK menganalisis hasil <i>post-test</i> terkait perubahan pada hasil <i>post-test</i></p> <p>4. Guru BK mengidentifikasi siswa yang memperoleh nilai hasil <i>post-test</i> di bawah rata-rata.</p>

6.	Tindak Lanjut	Guru BK memberikan layanan BK (ex. Layanan bimbingan kelompok, konseling kelompok, konseling individual, dll) dengan perhatian khusus pada siswa-siswi yang memiliki hasil <i>post-test</i> skala <i>self-control</i> rendah.
----	---------------	---

BAB V URAIAN KEGIATAN

A. Pertemuan 1

Topik Layanan : Mengontrol perilaku dalam penggunaan *gadget*

Tujuan Umum : Membantu siswa agar dapat mencapai kemandirian mengontrol diri dalam menggunakan *gadget*

Tujuan Khusus :

1. Siswa mampu menjelaskan kemampuan diri yang dapat mengontrol perilaku.
2. Siswa dapat mencontohkan keterampilan mengontrol perilaku dalam penggunaan *gadget*.
3. Siswa dapat menyusun tindakan yang dapat mengontrol perilaku dalam menggunakan *gadget*

Durasi waktu : 2 x 40 menit

Langkah-langkah:

1. Perencanaan

- a. Guru BK menyusun jadwal akan diadakannya layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*". Hal tersebut bertujuan agar pelaksanaan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*" dapat dilaksanakan dengan terjadwal. Penyusunan jadwal juga dapat membantu Guru BK mempersiapkan layanan dengan lebih matang. Kegiatan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*" akan dilaksanakan sebanyak 6 kali pertemuan dengan 6 topik materi layanan.
- b. Guru BK menyiapkan Instrumen pengukuran *self-control* untuk dilakukan *pre-test* sebelum pemberian layanan



bimbingan klasikal “*think-pair-share*” & *post-test* setelah layanan diberikan untuk mengetahui hasilnya. Instrumen yang digunakan untuk *pre-test* dan *post-test* merupakan instrumen yang sama dalam bentuk skala *self-control*.

- c. Guru BK menyiapkan lembar kerja dan alat tulis yang nantinya akan digunakan dalam proses pemberian layanan. Pada bagian ini, Guru BK perlu melakukan penggandaan lembar kerja untuk siswa sebanyak siswa yang akan diberikan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Lembar kerja dapat diperoleh Guru BK pada langkah pelaksanaan disetiap pertemuan.
- d. Guru BK menyiapkan tempat akan dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Selain menyusun jadwal, tugas Guru BK selanjutnya yaitu menentukan tempat untuk dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Kriteria tempat yang perlu disediakan oleh Guru BK yaitu, tempat yang dapat menampung sejumlah siswa yang akan diikutsertakan dalam kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”, tempat yang memiliki fasilitas memadai (ex: *LCD Proyektor*, *white board*, kipas/AC, dll) untuk dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”, tempat yang mampu membuat siswa merasa nyaman (bersih, tidak panas, dan tidak bising), dan tempat yang memiliki segala kondisi yang mampu mendukung dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

2. Pengorganisasian

- a. Guru BK memberikan *pre-test* pada siswa dengan instrumen skala *self-control*. Pemberian *pre-test* pada siswa bertujuan untuk mengetahui kondisi *self-control* siswa sebelum diberikan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Pada pemberian *pre-test*, Guru BK menjelaskan tata cara pengisian skala *self-control* sesuai dengan petunjuk yang terdapat pada bagian awal skala *self-control*.
- b. Guru BK melakukan analisis data hasil *pre-test* untuk dapat mengidentifikasi kondisi *self-control* siswa. Hasil *pre-test* yang diperoleh, kemudian dilakukan analisis dengan cara yang telah dijelaskan pada BAB III. Hasil dari pengukuran ini nantinya akan digunakan sebagai dasar pemilihan peserta dan menjadi tolak ukur keberhasilan pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.
- c. Guru BK menentukan siswa sesuai kriteria yang akan diikutsertakan dalam kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Siswa yang diikutsertakan dalam kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” merupakan siswa yang memperoleh hasil *pre-test* dengan kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa semua siswa yang berada pada kategori tersebut, berhak mengikuti kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

3. Pelaksanaan

a. Menjalin hubungan baik dengan siswa (*rapport*)

Sebelum masuk pada inti kegiatan, guru BK hendaknya menjalin kedekatan dengan siswa. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar siswa merasa tenang, nyaman, terbuka, termotivasi, dan diharapkan terbentuknya kesatuan perasaan dan pemikiran guna mencapai tujuan bersama.

b. Menjelaskan tujuan layanan

Agar dapat mencapai tujuan bersama secara optimal, maka guru BK perlu menjelaskan tujuan diadakannya layanan bimbingan klasikal ini. Harapannya agar siswa dapat menyiapkan diri untuk menerima informasi dari layanan bimbingan klasikal yang diberikan guna mengembangkan potensi diri yang dimiliki siswa terkait kemampuan *self-control* terhadap penggunaan *gadget*.

c. Membuat kesepakatan bersama

Agar layanan dapat terlaksana dengan lancar dan tertib, maka guru BK dan siswa perlu membuat kesepakatan untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan. Berikut ini contoh kesepakatan yang dapat digunakan:

Peraturan Kelompok

Selama kegiatan bimbingan klasikal berlangsung, setiap peserta wajib mengikuti peraturan-peraturan kelompok sebagai berikut:

1. Hadir tepat waktu pada setiap pertemuan sesuai dengan jadwal.
2. Meminta ijin terlebih dahulu jika hendak ijin meninggalkan ruangan (misal: ke toilet)
3. Memperhatikan, menyimak, dan berpartisipasi aktif pada setiap kegiatan.
4. Meminta ijin terlebih dahulu dengan cara mengangkat tangan kanan sebelum berbicara (berpendapat atau bertanya).
5. Menghargai setiap pendapat yang disampaikan oleh peserta lain selama kegiatan.
6. Terbuka, saling percaya, bertanggungjawab, sukarela, dan bersikap sopan selama kegiatan berlangsung.

- d. Guru BK menyampaikan topik materi yang telah dipersiapkan

Pada tahap ini, Guru BK memberikan penjelasan mengenai tujuan diadakannya kegiatan ini dan topik materi yang akan disampaikan pada pertemuan pertama ini. Topik materi merupakan topik yang sudah ditetapkan oleh Guru BK yang berdasarkan indikator *self-control* siswa dalam penggunaan *gadget* atau disebut dengan topik tugas.

Materi Bacaan

Gadget merupakan barang yang hampir tidak terlepas dari aktivitas kehidupan sehari-hari. Pengguna tentu memiliki dasar tersendiri ketika menggunakan *gadget*. Terdapat tiga alasan utama seseorang memilih menggunakan *gadget online* yakni keinginan, kebutuhan, dan kewajiban. Ketiganya terdapat pada masyarakat Indonesia secara umum dan dalam berbagai strata ekonomi baik ekonomi bawah, menengah, maupun tinggi.

1. Keinginan Akan Gadget

Membahas tentang keinginan tentu sudah sangat jelas bahwa hal ini merupakan sesuatu yang sebenarnya tidak selalu dibutuhkan. Kalangan menengah yang masuk dalam kategori ini adalah umumnya anak muda. Alasan gengsi atau ikut ikutan menjadikan mereka membeli *gadget*. Dalam hal kegunaan, penggunaan *gadget online* oleh kelompok ini hanya sebatas kesenangan.

2. Kebutuhan Akan Gadget

Kalangan menengah dalam hal ini adalah masyarakat yang mempunyai kemampuan finansial yang cukup atau bisa dikatakan kebutuhan utamanya sudah dapat dipenuhi. Dengan begitu dalam pemenuhan kebutuhan lain, kalangan menengah akan mencari layanan yang tidak hanya mengutamakan harga yang terjangkau namun juga membutuhkan sisi kenyamanan. Dengan menggunakan *gadget online*, kelompok ini merasa lebih nyaman dalam berkomunikasi. Salah satu faktor pendukung meningkatkan kelompok kebutuhan

3. Kewajiban Memiliki Gadget

Secara kuantitas, kelompok ini merupakan yang terkecil dibanding kelompok sebelumnya. Namun kelompok ini mempunyai dampak yang lebih signifikan dalam perkembangan penggunaan *gadget online* di Indonesia. Siapa-kah yang masuk dalam kelompok ini? yaitu orang yang bekerja dalam bidang *online*. Kelompok ini menjadikan *gadget* tidak hanya sebagai alat komunikasi namun juga sebagai cangkul dalam ladang bisnis mereka.

Berdasarkan tiga alasan tersebut, dapat dimaknai bahwa penggunaan gadget bagi seseorang memiliki tujuan tersendiri yang dapat dipengaruhi oleh lingkungan. pengaruh dari lingkungan tentu juga dapat membawa berbagai macam pengaruh bagi kehidupan seseorang, baik pengaruh secara positif ataupun pengaruh negatif. Berikut ini beberapa cara yang dapat digunakan untuk menjauhkan diri dari pengaruh negatif *gadget*.

1. Kurangi pemakaian *gadget* secara bertahap

Penggunaan *gadget* terus menerus dapat mengganggu kehatan jasmani dan rohani seseorang. Oleh karena itu seseorang perlu membatasi dan mengatur jadwal penggunaan *gadget* agar tidak merusak kondisi tubuh seseorang.

2. Verbal secara langsung

Esensi perbincangan di dunia nyata tak dapat digantikan dengan obrolan via *gadget* (ex. ponsel) atau berkirim pesan. Bertatap muka memberi lebih banyak pemahaman terhadap apa yang dirasakan lawan bicara dan bagaimana respon yang tepat. Komunikasi dengan banyak melibatkan bahasa tubuh dan hubungan yang nyata tak akan terjadi hanya dengan percakapan via ponsel.

3. Batasi pemakaian *gadget*

Seorang pengguna *gadget* mungkin tidak menyadari betapa banyak waktu yang mereka pakai untuk menggunakannya dan apa saja yang telah mereka lewatkan. Padahal momen terbaik terjadi di dunia nyata, seperti serunya berbincang-bincang bersama orang-orang terdekat

4. Gunakan *gadget* dengan bijaksana

Pada dasarnya *gadget* dapat memberikan manfaat bagi kehidupan. Positif atau negatif manfaat yang diperoleh, sesuai kebijaksanaan seseorang dalam menggunakan *gadget*. Misalnya, media sosial yang dapat digunakan sebagai sarana berkomunikasi dengan rekan yang jauh, aplikasi belanja *online* yang memudahkan jual beli, dll.

5. Menggunakan *gadget* pada tempatnya

Seseorang harus tahu dan menyadari waktu-waktu yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan menggunakan *gadget*. Misalnya: saat sedang berkendara karena bisa mengganggu konsentrasi dan berujung pada kecelakaan; pada acara-acara resmi, meeting atau pertemuan penting.

6. Perbanyak komunikasi verbal secara langsung

Esensi perbincangan di dunia nyata tidak dapat digantikan dengan obrolan via *gadget* (ex. ponsel) atau berkirim pesan. Bertatap muka memberi lebih banyak pemahaman terhadap apa yang dirasakan lawan bicara dan bagaimana respon yang tepat. Komunikasi dengan banyak melibatkan bahasa tubuh dan hubungan yang nyata tak akan terjadi hanya dengan percakapan via ponsel.

7. Batasi pemakaian *gadget*

Seorang pengguna *gadget* mungkin tidak menyadari betapa banyak waktu yang mereka pakai untuk menggunakannya dan apa saja yang telah mereka lewatkan. Padahal momen terbaik terjadi di dunia nyata, seperti serunya berbincang-bincang bersama orang-orang terdekat. Pada dasarnya *gadget* dapat memberikan manfaat bagi kehidupan. Positif atau negatif manfaat yang diperoleh, sesuai kebijaksanaan seseorang dalam menggunakan *gadget*. Misalnya, sebagai sarana berkomunikasi dengan rekan yang jauh, aplikasi belanja online yang memudahkan jual beli, dll.

Pada tahap awal kegiatan ini, Guru BK menjelaskan aturan main dan batasan waktu pada setiap kegiatan, memotivasi siswa untuk aktif dalam setiap kegiatan dan dalam penyelesaian masalah.

e. Guru BK memberikan lembar kerja pada setiap siswa

Lembar kerja diberikan kepada masing-masing siswa dengan tujuan untuk mendorong siswa agar mampu berpikir secara luas dan bebas. lembar Tujuan lain dari lembar kerja ini yaitu untuk mengasah kemandirian siswa dalam berpikir. Berikut ini format lembar tugas yang diberikan kepada siswa.

Lembar Kerja Siswa

1. Jelaskanlah, apa yang anda pahami tentang kemampuan mengontrol diri dalam menggunakan *gadget*?

.....
.....

2. Sebutkan kemampuan apa saja yang anda miliki untuk mengontrol diri dalam menggunakan *gadget* ?

.....
.....

3. Bagaimana cara anda mengontrol diri dalam menggunakan *gadget*?

.....
.....

- 
- 
- f. Guru BK memberikan kesempatan berpikir (*think*) kepada siswa untuk memperoleh solusi atas masalah yang tertulis pada lembar kerja

Tahap selanjutnya setelah Guru BK membagikan lembar kerja, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpikir dengan durasi waktu 5 menit. Siswa diminta untuk mencari jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang tersedia pada lembar kerja. Tugas berpikir yang harus dikerjakan secara individu, dapat membantu Guru BK mengkondisikan siswa agar tidak mengobrol atau ribut di kelas.

- g. Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan dengan siswa lain (*pair*)

Langkah selanjutnya, Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan dengan salah satu dari seluruh anggota kelas. Setelah siswa berpasang-pasangan, Guru BK meminta siswa untuk mendiskusikan hasil jawaban masing-masing kepada pasangannya. Hasil akhir dari diskusi berpasangan ini diharapkan merupakan jawaban yang terbaik karena siswa saling bertukar informasi. Pada tahap ini Guru BK memberikan durasi waktu diskusi selama 5 menit.

- h. Guru BK memilih beberapa kelompok untuk mempresentasikan jawaban hasil diskusi dengan anggota pasangannya (*share*)

Kegiatan selanjutnya yang dilakukan yaitu, Guru BK meminta setiap pasangan untuk mempresentasikan hasil pemikiran dan diskusi kelompok berpasangan di depan seluruh anggota kelas. Kegiatan ini bertujuan membagikan hasil diskusi kelompok dan melatih siswa utk berani tampil di depan banyak orang. Selama siswa mempresentasikan jawabannya di depan kelas, Guru BK dapat berkeliling kelas untuk melakukan kontrol terhadap siswa yang belum memahami jawaban dari kelompok presenter.

- i. Guru BK memberikan lembar tugas bagi siswa sebagai bagian dari refleksi diri

Setelah semua kelompok berpasangan membagikan jawabannya di depan seluruh anggota kelas, kegiatan selanjutnya yaitu Guru BK memberikan lembar tugas atau lembar refleksi yang harus di isi oleh seluruh siswa. Berikut ini format lembar refleksi yang diberikan kepada siswa.

Refleksi Diri

1. Pengalaman apa yang anda peroleh selama kegiatan terkait dengan kemampuan diri anda dalam mengontrol penggunaan *gadget*?

.....
.....
.....

2. Apa saja yang akan anda lakukan setelah memperoleh informasi terkait kemampuan mengontrol diri dalam penggunaan *gadget*?

.....
.....
.....

- 
- 
- j. Guru BK melakukan observasi selama pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” dengan menggunakan pedoman observasi

Pengamatan secara langsung sangat perlu dilakukan oleh Guru BK selama layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” berlangsung. Observasi dilakukan guna mengetahui perkembangan siswa pada setiap pertemuan. Observasi ini dilakukan dengan subjek seluruh anggota kelas yang mengikuti kegiatan layanan. Instrumen yang digunakan dalam observasi ini berupa pedoman observasi (terlampir)

4. Monitoring

- a. Melakukan analisis terhadap hasil lembar kerja siswa
Untuk dapat mengetahui hasil siswa selama kegiatan berlangsung, Guru BK melakukan analisis terhadap lembar kerja yang telah diisi oleh siswa.
- b. Melakukan evaluasi proses dengan cara wawancara secara langsung kepada siswa mengenai *self-control* yang dimiliki sesuai dengan tema pembahasan.

5. Penilaian

- a. Guru BK melakukan evaluasi hasil melalui lembar penilaian diri yang telah di isi oleh siswa.
- b. Guru BK memberikan pertanyaan secara langsung kepada siswa mengenai perasaan siswa selama kegiatan berlangsung, manfaat topik bahasan, dan meminta



pendapat siswa mengenai cara Guru BK memberikan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

6. Tindak Lanjut

- a. Guru BK memberikan penguatan pada siswa.
- b. Guru BK dan siswa membuat kesepakatan untuk melaksanakan bimbingan klasikal di waktu yang akan datang.

B. Pertemuan 2

Topik Layanan : Mengatur penggunaan *gadget*

Tujuan Umum : Membantu siswa dapat mencapai kemandirian dalam mengatur penggunaan *gadget*

Tujuan Khusus :

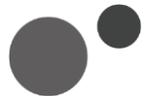
1. Siswa mampu mendeteksi munculnya stimulus dari dalam dan dari luar diri dalam penggunaan *gadget*.
2. Siswa mampu menangkap dan memberikan respon yang tepat pada stimulus yang muncul dalam penggunaan *gadget*.

Durasi waktu : 1 x 40 menit

Langkah-langkah:

1. Perencanaan

- a. Guru BK memastikan kembali jadwal yang telah disusun dan disepakati bersama siswa pada akhir pertemuan pertama.
- b. Guru BK menyiapkan lembar kerja dan alat tulis yang nantinya akan digunakan dalam proses pemberian layanan. Pada bagian ini, Guru BK perlu melakukan penggandaan lembar kerja untuk siswa sebanyak siswa yang akan diberikan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*". Lembar kerja dapat diperoleh Guru BK pada langkah pelaksanaan disetiap pertemuan.
- c. Guru BK menyiapkan tempat yang akan digunakan dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*". Selain menyusun jadwal, tugas Guru BK selanjutnya yaitu menentukan tempat untuk dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*". Kriteria tempat yang perlu disediakan oleh Guru BK yaitu, tempat yang dapat



menampung sejumlah siswa yang akan diikutsertakan dalam kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”, tempat yang memiliki fasilitas memadai (ex: LCD Proyektor, *white board*, kipas/AC, dll.) untuk dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”, tempat yang mampu membuat siswa merasa nyaman (bersih, tidak panas, dan tidak bising), dan tempat yang memiliki segala kondisi yang mampu mendukung dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

2. Pengorganisasian

- a. Guru BK memastikan kembali tugas dan tanggungjawab dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.
- b. Guru BK memastikan kembali peserta yang akan mengikuti kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

3. Pelaksanaan

- a. Menjalin hubungan baik dengan siswa (*rapport*)

Sebelum masuk pada inti kegiatan, guru BK hendaknya menjalin kedekatan dengan siswa. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar siswa merasa tenang, nyaman, terbuka, termotivasi, dan diharapkan terbentuknya kesatuan perasaan dan pemikiran guna mencapai tujuan bersama.

b. Membuat kesepakatan bersama

Agar layanan dapat terlaksana dengan lancar dan tertib, maka guru BK dan siswa perlu membuat kesepakatan untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan. Seperti halnya pada pertemuan pertama, kesepakatan terhadap aturan dapat di ubah sesuai dengan kondisi yang ada.

c. Guru BK menyampaikan topik materi yang telah dipersiapkan

- 1) Pada tahap ini, Guru BK memberikan penjelasan mengenai tujuan khusus diadakannya kegiatan ini.
- 2) Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab siswa.
- 3) Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan.
- 4) Topik materi merupakan topik yang sudah ditetapkan oleh Guru BK yang berdasarkan indikator *self-control* siswa dalam penggunaan *gadget* atau disebut dengan topik tugas.

Materi Bacaan

Kecanduan *gadget* merupakan masalah yang harus diwaspadai di zaman serba digital ini. Dengan semakin canggihnya teknologi dan tingginya kebutuhan terhadap internet, membuat kita harus mengatur kembali pola pemakaian *gadget* sehari-hari agar tidak berlebihan. Dampak buruk kecanduan *gadget* mungkin tidak akan langsung dirasakan, tetapi perlahan kualitas komunikasi dan hidup akan semakin menurun, oleh karena itu, segera perbaiki pola pemakaian *gadget* sebelum bertambah parah. Berikut ini beberapa cara yang dapat dicoba untuk mengurangi penggunaan *gadget* berlebih:

1. Matikan notifikasi

Bunyi notifikasi pada aplikasi akan membuat seseorang tergoda untuk memeriksa ponsel. Mungkin niat awal hanya untuk melihat pesan, tetapi tanpa sadar kamu menghabiskan waktu hanya dengan bermain gadget. Seseorang dapat menghilangkan pemicu awal itu dengan mematikan notifikasi.

2. Batasi penggunaan koneksi internet

Selain notifikasi, pemicu lain yang dapat membuat seseorang betah berlama-lama dengan *gadget* ialah koneksi internet yang lancar. Oleh karena itu, untuk menghindari kondisi tersebut, seseorang dapat mematikan *wifi* atau setidaknya membatasi penggunaannya pada jam-jam tertentu.

3. Tentukan waktu

Setiap orang memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam mengontrol diri dalam menggunakan *gadget*. Kebiasaan mengecek *gadget* meskipun tidak ada notifikasi yang masuk bagi sebagian orang merupakan suatu hal yang sulit untuk ditinggalkan. Oleh sebab itu, mengatur waktu untuk memeriksa *gadget* perlu diterapkan agar dapat mengontrol diri dalam menggunakan *gadget*.

4. Tinggalkan *gadget*

Meninggalkan *gadget* di rumah saat beraktifitas di luar rumah merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan seseorang agar tidak ketergantungan terhadap *gadget*.

5. Letakkan di tempat yang tidak mudah mudah terlihat

Simpan *gadget* di tempat yang aman dan tidak mudah terlihat, agar tidak mengganggu konsentrasi saat sedang beraktifitas dan meminimalisir keinginan untuk selalu bermain *gadget*.

6. Sibukkan diri dengan aktivitas lain

Untuk menghindari penggunaan *gadget* yang tidak penting, buatlah daftar kegiatan harian sehingga anda tahu apa saja yang harus dilakukan setiap harinya.

- d. Guru BK memberikan lembar kerja pada setiap siswa

Lembar kerja diberikan kepada masing-masing siswa dengan tujuan untuk mendorong siswa agar mampu berpikir secara luas dan bebas. lembar Tujuan lain dari lembar kerja ini yaitu untuk mengasah kemandirian siswa dalam berpikir. Berikut ini format lembar tugas yang diberikan kepada siswa.

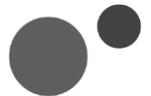
Lembar Kerja Siswa

Kasus

Fulanah adalah seorang siswi SMP kelas VII. Dia adalah anak tunggal dari keluarga sederhana. Sejak kelas 6 SD, fulana sudah memiliki *smartphone*. Sampai saat ini fulanah sudah berganti-ganti *smartphone* sebanyak 2 kali. Sejak memiliki *smartphone*, fulanah rajin menabung untuk membeli kuota internet, di sisi lain prestasi fulanah cenderung terus menurun. Setiap harinya aktivitas fulanah hanya bersekolah, bermain dengan teman sebaya, dan belajar tambahan. Namun setelah fulanah memiliki *smartphone*, aktivitasnya hanya sekolah dan di rumah. Fulanah tidak pernah terpisah dengan *smartphone* yang dia miliki, bahkan jika ke kamar mandi dan tidur pun *smartphonenya* selalu dibawa. Ketika di rumah, fulanah selalu memainkan *smartphone*, seperti makan sambil main *smartphone*, sebelum tidur dan bangun tidur selalu melihat *smartphone*, bahkan ketika berkumpul bersama keluarga fulanah tetap asyik dengan *smartphone* nya. Pernah suatu hari ibu fulanah memanggil-manggil fulanah untuk meminta tolong akan tetapi fulanah menjawab dengan nada tinggi dan beralasan sedang sibuk.

Jawablah pertanyaan di bawah ini berdasarkan kasus di atas.

1. Apa fungsi utama *gadget (smartphone)*?
.....
2. Menurut anda, sudah benarkah sikap fulanah? Sebutkan alasannya!
.....
3. Siapa yang akan bertanggungjawab terhadap terhadap dampak penggunaan *gadget (smartphone)*?
.....
4. Kapankah waktu yang tepat menggunakan *gadget (smartphone)*?
.....
5. Bagaimana seharusnya fulanah mengatur waktunya?
.....

- 
- 
- e. Guru BK memberikan kesempatan berpikir (*think*) kepada siswa untuk memperoleh solusi atas masalah yang tertulis pada lembar kerja

Tahap selanjutnya setelah Guru BK membagikan lembar kerja, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpikir dengan durasi waktu 5 menit. Siswa diminta untuk mencari jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang tersedia pada lembar kerja. Tugas berpikir yang harus dikerjakan secara individu, dapat membantu Guru BK mengkondisikan siswa agar tertib mengikuti kegiatan yang sedang berlangsung..

- f. Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan dengan siswa lain (*pair*)

Langkah selanjutnya, Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan dengan salah satu dari seluruh anggota kelas. Setelah siswa berpasang-pasangan, Guru BK meminta siswa untuk mendiskusikan hasil jawaban masing-masing kepada pasangannya. Hasil akhir dari diskusi berpasangan ini diharapkan merupakan jawaban yang terbaik karena siswa saling bertukar informasi. Pada tahap ini Guru BK memberikan durasi waktu diskusi selama 5 menit.

- g. Guru BK memilih beberapa kelompok untuk mempresentasikan jawaban hasil diskusi dengan anggota pasangannya (*share*)

Kegiatan selanjutnya yang dilakukan yaitu, Guru BK meminta setiap pasangan untuk mempresentasikan hasil pemikiran dan diskusi kelompok berpasangan di depan seluruh anggota kelas. Kegiatan ini bertujuan membagikan hasil diskusi kelompok dan melatih siswa utk berani tampil di depan banyak orang. Selama siswa mempresentasikan jawabannya di depan kelas, Guru BK dapat berkeliling kelas untuk melakukan kontrol terhadap siswa yang belum memahami jawaban dari kelompok presenter.

- h. Guru BK memberikan lembar tugas bagi siswa sebagai bagian dari refleksi diri

Setelah semua kelompok berpasangan membagikan jawabannya di depan seluruh anggota kelas, kegiatan selanjutnya yaitu Guru BK memberikan lembar tugas atau lembar refleksi yang harus di isi oleh seluruh siswa. Berikut ini format lembar refleksi yang diberikan kepada siswa.

Refleksi Diri

1. Pengalaman apa yang anda peroleh selama kegiatan terkait dengan kemampuan diri anda dalam menyikapi penggunaan *gadget* setiap saat?

.....
.....

2. Apa yang akan anda lakukan setelah memperoleh informasi terkait mengatur penggunaan *gadget*?

.....
.....

- 
- 
- i. Guru BK melakukan observasi selama pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” dengan menggunakan pedoman observasi

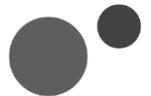
Pengamatan secara langsung sangat perlu dilakukan oleh Guru BK selama layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” berlangsung. Observasi dilakukan guna mengetahui perkembangan siswa pada setiap pertemuan. Observasi ini dilakukan dengan subjek seluruh anggota kelas yang mengikuti kegiatan layanan. Instrumen yang digunakan dalam observasi ini berupa pedoman observasi (terlampir)

4. Monitoring

- a. Melakukan analisis terhadap hasil lembar kerja siswa
Untuk dapat mengetahui hasil siswa selama kegiatan berlangsung, Guru BK melakukan analisis terhadap lembar kerja yang telah diisi oleh siswa.
- b. Melakukan evaluasi proses dengan cara wawancara secara langsung kepada siswa mengenai self-control yang dimiliki sesuai dengan tema pembahasan.

5. Penilaian

- a. Guru BK melakukan evaluasi hasil melalui lembar penilaian diri yang telah di isi oleh siswa.
- b. Guru BK memberikan pertanyaan secara langsung kepada siswa mengenai perasaan siswa selama kegiatan berlangsung, manfaat topik bahasan, dan meminta



pendapat siswa mengenai cara Guru BK memberikan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

6. Tindak Lanjut

- a. Guru BK memberikan penguatan pada siswa.
- b. Guru BK dan siswa membuat kesepakatan untuk melaksanakan bimbingan klasikal di waktu yang akan datang.

C. Pertemuan 3

Topik Layanan : Cara Bijak Menyikapi Informasi

Tujuan Umum : Membantu siswa agar dapat mengembangkan seperangkat nilai dan sistem etika dalam penggunaan *gadget*

Tujuan Khusus :

1. Siswa mampu memanfaatkan *gadget* yang dimiliki untuk menambah wawasan.
2. Siswa mampu memilah-milah informasi yang diperoleh melalui *gadget*.
3. Siswa mampu menggunakan *gadget* untuk keperluan positif.

Durasi waktu : 1 x 40 menit

Langkah-langkah:

1. Perencanaan

- a. Guru BK memastikan kembali jadwal yang telah disusun dan disepakati bersama siswa pada akhir pertemuan pertama.
- b. Guru BK menyiapkan lembar kerja dan alat tulis yang nantinya akan digunakan dalam proses pemberian layanan. Pada bagian ini, Guru BK perlu melakukan penggandaan lembar kerja untuk siswa sebanyak siswa yang akan diberikan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Lembar kerja dapat diperoleh Guru BK pada langkah pelaksanaan disetiap pertemuan.
- c. Guru BK menyiapkan tempat yang akan digunakan dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Selain menyusun jadwal, tugas Guru BK selanjutnya yaitu menentukan tempat untuk dilaksanakannya layanan

bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Kriteria tempat yang perlu disediakan oleh Guru BK yaitu, tempat yang dapat menampung sejumlah siswa yang akan diikutsertakan dalam kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”, tempat yang memiliki fasilitas memadai (*ex. LCD Proyektor, white board, kipas/AC, dll.*) untuk dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”, tempat yang mampu membuat siswa merasa nyaman (bersih, tidak panas, dan tidak bising), dan tempat yang memiliki segala kondisi yang mampu mendukung dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

2. Pengorganisasian

- a. Guru BK memastikan kembali tugas dan tanggungjawab dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.
- b. Guru BK memastikan kembali peserta yang akan mengikuti kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

3. Pelaksanaan

- a. Menjalin hubungan baik dengan siswa (*rapport*)

Sebelum masuk pada inti kegiatan, guru BK hendaknya menjalin kedekatan dengan siswa. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar siswa merasa tenang, nyaman, terbuka, termotivasi, dan diharapkan terbentuknya kesatuan perasaan dan pemikiran guna mencapai tujuan bersama.

b. Membuat kesepakatan bersama

Agar layanan dapat terlaksana dengan lancar dan tertib, maka guru BK dan siswa perlu membuat kesepakatan untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan. Seperti halnya pada pertemuan pertama, kesepakatan terhadap aturan dapat di ubah sesuai dengan kondisi yang ada.

c. Guru BK menyampaikan topik materi yang telah dipersiapkan

- 1) Pada tahap ini, Guru BK memberikan penjelasan mengenai tujuan khusus diadakannya kegiatan ini.
- 2) Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab siswa.
- 3) Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan.
- 4) Topik materi merupakan topik yang sudah ditetapkan oleh Guru BK yang berdasarkan indikator *self-control* siswa dalam penggunaan *gadget* atau disebut dengan topik tugas.

Materi Bacaan

Media sosial adalah sebuah media daring, dengan para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan isi meliputi blog, jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual. Blog, jejaring sosial dan wiki merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat di seluruh dunia.

Media sosial merupakan hal yang tidak lazim untuk kita, khususnya masyarakat Indonesia. Dari yang muda hingga yang tua, usia dini hingga dewasa pun tak mau kalah dalam menggunakan media sosial. *WhatsApp, BBM, Line, Facebook, Twitter, Instagram, Blog*, adalah sederet beberapa nama media sosial yang banyak digandrungi oleh masyarakat Indonesia. Berbagai macam tujuan seseorang ketika membuat media sosial tersebut, ada yang ingin terlihat eksis, supaya tidak ketinggalan jaman, dan ada juga yang memiliki tujuan untuk berbagi informasi yang bermanfaat.

Media sosial itu seperti **globe** (bola dunia) yang terdapat di *gadget* atau alat komunikasi. Dimana segala apapun yang kita inginkan, baik suatu informasi maupun sesuatu yang dibutuhkan ada di dalam internet yang tercakup dalam media sosial.

Pada dasarnya, sebagai manusia yang bijak, tentu kita harus pandai dalam mengolah informasi dan mengetahui dampak serta pengaruh media sosial kepada diri kita. Salah satunya adalah informasi mengenai gerakan radikalisme yang beredar luas dikalangan kita. Lalu, bagaimana sikap kita dalam menghadapi informasi-informasi yang bersifat membelok di dalam media sosial tersebut?

1. Memilah informasi yang didapat.
2. Mencari kebenaran mengenai informasi yang didapat.
3. Membandingkan isi berita atau informasi yang didapat dengan informasi yang ada di sumber berita lainnya.
4. Tidak mudah terpengaruh dengan judul atau isi berita yang didapat.

5. Berdiskusi dengan lingkungan sekitar (terutama keluarga) agar tidak terpengaruh oleh hal-hal *negatif*.

Selanjutnya, sebelum menyebarkan atau menindaklanjuti informasi yang telah diterima, ada beberapa tahapan/langkah supaya informasi tersebut tidak termasuk kedalam informasi yang keliru (*hoax*) ataupun menjadi informasi yang bersifat *provokatif*, bahkan bias jadi digolongkan kedalam *makar*.

Dalam Ilmu Komunikasi, ada istilah literasi media atau istilah awamnya melek media, yaitu menyaring terlebih dahulu isi pesan yang disampaikan oleh media sebelum dijadikan acuan dalam mengambil keputusan. Ada 3 langkah sederhana yang bisa dilakukan untuk literasi media. Pertama, menganalisis isi pesan, dalam hal ini konsumen media harus jeli dalam menganalisa isi pesan. Fakta-fakta yang ada dalam pesan setidaknya harus dikaji ulang dengan cara mencari info yang sama dari sumber lain. Sumber informasi di internet sangatlah banyak. Dari sini kita akan menemukan berbagai macam informasi baru sebagai tambahan.

Kedua, menilai isi pesan. Setelah mencari info lain dari berbagai macam sumber, tentu kita bisa menilai apakah pesan yang disampaikan benar atau tidak; fakta yang dijabarkan valid atau tidak; informasi yang terkandung dalam berita tersebut berimbang atau tidak. Dengan demikian kita bisa tahu isi pesan tersebut memihak pada kebenaran atau hanya punya latar belakang kepentingan pribadi.



Ketiga, pengelompokkan. Sesudah menganalisa dan menilai isi pesan, kita secara otomatis bisa mengetahui informasi mana yang benar. Selain itu kita juga bisa tahu sumber informasi mana yang bisa kita sebarkan kepada teman/rekan kita baik lewat media sosial maupun dengan obrolan langsung.

d. Guru BK memberikan lembar kerja pada setiap siswa

Lembar kerja diberikan kepada masing-masing siswa dengan tujuan untuk mendorong siswa agar mampu berpikir secara luas dan bebas. Tujuan lain dari lembar kerja ini yaitu untuk mengasah kemandirian siswa dalam berpikir. Berikut ini format lembar tugas yang diberikan kepada siswa.

Lembar Kerja Siswa

Perhatikan beberapa kasus pesan singkat dibawah ini dan jawablah pertanyaan dengan tepat.

Kasus A



Kasus B



Kasus C



1. Apa yang anda pikirkan ketika mendapat pesan singkat seperti kasus A,B,& C?
2. Siapa yang akan anda hubungi pertama kali setelah mendapat pesan singkat tersebut?
3. Apa yang akan lakukan setelah mendapat pesan singkat tersebut?
4. Bagaimana cara anda mencari tahu kebenaran dari informasi baru yang masuk?

- 
- 
- e. Guru BK memberikan kesempatan berpikir (*think*) kepada siswa untuk memperoleh solusi atas masalah yang tertulis pada lembar kerja

Tahap selanjutnya setelah Guru BK membagikan lembar kerja, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpikir dengan durasi waktu 5 menit. Siswa diminta untuk mencari jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang tersedia pada lembar kerja. Tugas berpikir yang harus dikerjakan secara individu, dapat membantu Guru BK mengkondisikan siswa agar tertib mengikuti kegiatan yang sedang berlangsung.

- f. Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan dengan siswa lain (*pair*)

Langkah selanjutnya, Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan dengan salah satu dari seluruh anggota kelas. Setelah siswa berpasang-pasangan, Guru BK meminta siswa untuk mendiskusikan hasil jawaban masing-masing kepada pasangannya. Hasil akhir dari diskusi berpasangan ini diharapkan merupakan jawaban yang terbaik karena siswa saling bertukar informasi. Pada tahap ini Guru BK memberikan durasi waktu diskusi selama 5 menit.

- g. Guru BK memilih beberapa kelompok untuk mempresentasikan jawaban hasil diskusi dengan anggota pasangannya (*share*)

Kegiatan selanjutnya yang dilakukan yaitu, Guru BK meminta setiap pasangan untuk mempresentasikan hasil pemikiran dan diskusi kelompok berpasangan di depan seluruh anggota kelas. Kegiatan ini bertujuan membagikan hasil diskusi kelompok dan melatih siswa utk berani tampil di depan banyak orang. Selama siswa mempresentasikan jawabannya di depan kelas, Guru BK dapat berkeliling kelas untuk melakukan kontrol terhadap siswa yang belum memahami jawaban dari kelompok presenter.

- h. Guru BK memberikan lembar tugas bagi siswa sebagai bagian dari refleksi diri

Setelah semua kelompok berpasangan membagikan jawabannya di depan seluruh anggota kelas, kegiatan selanjutnya yaitu Guru BK memberikan lembar tugas atau lembar refleksi yang harus di isi oleh seluruh siswa. Berikut ini format lembar refleksi yang diberikan kepada siswa.

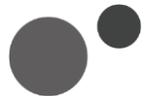
Refleksi Diri

1. Pengalaman apa yang anda peroleh selama kegiatan terkait dengan kemampuan diri anda dalam menyikapi informasi yang diperoleh dari hasil penggunaan *gadget*?

.....
.....

2. Bagaimana cara menyikapi inforasi yang banyak beredar di media sosial?

.....
.....

- 
- 
- i. Guru BK melakukan observasi selama pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” dengan menggunakan pedoman observasi

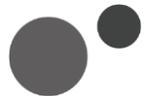
Pengamatan secara langsung sangat perlu dilakukan oleh Guru BK selama layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” berlangsung. Observasi dilakukan guna mengetahui perkembangan siswa pada setiap pertemuan. Observasi ini dilakukan dengan subjek seluruh anggota kelas yang mengikuti kegiatan layanan. Instrumen yang digunakan dalam observasi ini berupa pedoman observasi (terlampir).

4. Monitoring

- a. Melakukan analisis terhadap hasil lembar kerja siswa
Untuk dapat mengetahui hasil siswa selama kegiatan berlangsung, Guru BK melakukan analisis terhadap lembar kerja yang telah diisi oleh siswa.
- b. Melakukan evaluasi proses dengan cara wawancara secara langsung kepada siswa mengenai self-control yang dimiliki sesuai dengan tema pembahasan.

5. Penilaian

- a. Guru BK melakukan evaluasi hasil melalui lembar penilaian diri yang telah di isi oleh siswa.
- b. Guru BK memberikan pertanyaan secara langsung kepada siswa mengenai perasaan siswa selama kegiatan berlangsung, manfaat topik bahasan, dan meminta



pendapat siswa mengenai cara Guru BK memberikan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

6. Tindak Lanjut

- a. Guru BK memberikan penguatan pada siswa.
- b. Guru BK dan siswa membuat kesepakatan untuk melaksanakan bimbingan klasikal di waktu yang akan datang.

D. Pertemuan 4

Topik Layanan : Evaluasi diri

Tujuan Umum : Siswa memperoleh seperangkat nilai dan system etika sebagai petunjuk dalam menggunakan media sosial dalam *gadget*

Tujuan Khusus :

1. Siswa mampu membedakan sikap dan perilaku yang baik dan buruk.
2. Siswa mampu mengatur dan membatasi penggunaan *gadget*.
3. Siswa mampu menilai sikap dan perilaku diri sendiri dalam penggunaan *gadget*.

Durasi waktu : 2 x 40 menit

Langkah-langkah:

1. Perencanaan

- a. Guru BK memastikan kembali jadwal yang telah disusun dan disepakati bersama siswa pada akhir pertemuan pertama.
- b. Guru BK menyiapkan lembar kerja dan alat tulis yang nantinya akan digunakan dalam proses pemberian layanan. Pada bagian ini, Guru BK perlu melakukan penggandaan lembar kerja untuk siswa sebanyak siswa yang akan diberikan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*". Lembar kerja dapat diperoleh Guru BK pada langkah pelaksanaan disetiap pertemuan.
- c. Guru BK menyiapkan tempat yang akan digunakan dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*". Selain menyusun jadwal, tugas Guru BK selanjutnya yaitu menentukan tempat untuk dilaksanakannya layanan

bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Kriteria tempat yang perlu disediakan oleh Guru BK yaitu, tempat yang dapat menampung sejumlah siswa yang akan diikutsertakan dalam kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”, tempat yang memiliki fasilitas memadai (*ex. LCD Proyektor, white board, kipas/AC, dll.*) untuk dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”, tempat yang mampu membuat siswa merasa nyaman (bersih, tidak panas, dan tidak bising), dan tempat yang memiliki segala kondisi yang mampu mendukung dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

2. Pengorganisasian

- a. Guru BK memastikan kembali tugas dan tanggungjawab dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.
- b. Guru BK memastikan kembali peserta yang akan mengikuti kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

3. Pelaksanaan

- a. Menjalin hubungan baik dengan siswa (*rapport*)

Sebelum masuk pada inti kegiatan, guru BK hendaknya menjalin kedekatan dengan siswa. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar siswa merasa tenang, nyaman, terbuka, termotivasi, dan diharapkan terbentuknya kesatuan perasaan dan pemikiran guna mencapai tujuan bersama.

b. Membuat kesepakatan bersama

Agar layanan dapat terlaksana dengan lancar dan tertib, maka guru BK dan siswa perlu membuat kesepakatan untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan. Seperti halnya pada pertemuan sebelumnya, kesepakatan terhadap aturan dapat di ubah sesuai dengan kondisi yang ada.

c. Guru BK menyampaikan topik materi yang telah dipersiapkan

- 1) Pada tahap ini, Guru BK memberikan penjelasan mengenai tujuan khusus diadakannya kegiatan ini.
- 2) Guru BK menjelaskan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab siswa.
- 3) Guru BK memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan.

Topik materi merupakan topik yang sudah ditetapkan oleh Guru BK yang berdasarkan indikator *self-control* siswa dalam penggunaan *gadget* atau dis ebut dengan topik tugas.

Materi Bacaan

Evaluasi berarti menguji kembali semua yang telah dilakukan, sekaligus membuat antisipasi dan sikap mawas diri terhadap hal yang mungkin terjadi. Sikap evaluasi diri berarti menyadari bahwa seseorang tidak mampu mengontrol situasi di sekitar, namun seseorang mampu memberdayakan diri sendiri seoptimal mungkin. Evaluasi diri adalah cara untuk mengetahui dengan tepat kemampuan dan kondisi tantangan yang harus dihadapi,

Evaluasi pribadi secara rutin membuat diri menjadi tanggap dalam bertindak dan mengambil keputusan yang tepat di momen yang tepat.berdasar semua pengalaman. Evaluasi diri dapat dilakukan apabila telah mampu mengenal dan memahami diri sendiri, baik secara fisik (ex. bentuk tubuh, warna kulit, penyakit yang diderita, dll.) dan juga psikis (ex. minat, bakat, kekuatan, kelemahan, gaya komunikasi, sikap sosial, kinerja, pola pikir, emosi, daya tahan mental, dll). Semakin kita mengenal karakter pribadi, semakin mudah kita mengevaluasi diri.

Salah satu cara yang dapat digunakan untuk dapat melakukan evaluasi diri yaitu melalui analisis SWOT. Analisis SWOT adalah metode perencanaan strategis yang digunakan untuk mengevaluasi kekuatan (*strengths*), kelemahan (*weaknesses*), peluang (*opportunities*), dan ancaman (*threats*) dalam suatu proyek atau suatu spekulasi bisnis. Keempat faktor itulah yang membentuk akronim SWOT (*strengths*, *weaknesses*, *opportunities*, dan *threats*). Proses ini melibatkan penentuan tujuan yang spesifik dari spekulasi bisnis atau proyek dan mengidentifikasi faktor internal dan eksternal yang mendukung dan yang tidak dalam mencapai tujuan tersebut. Analisis SWOT dapat diterapkan dengan cara menganalisis dan memilah

dimana aplikasinya adalah bagaimana kekuatan (*strengths*) mampu mengambil keuntungan (*advantage*) dari peluang (*opportunities*) yang ada, bagaimana cara mengatasi kelemahan (*weaknesses*) yang mencegah keuntungan (*advantage*) dari peluang (*opportunities*) yang ada, selanjutnya bagaimana kekuatan (*strengths*) mampu menghadapi ancaman (*threats*) yang ada, dan terakhir adalah bagaimana cara mengatasi kelemahan (*weaknesses*) yang mampu membuat ancaman (*threats*) menjadi nyata atau menciptakan sebuah ancaman baru.

- d. Guru BK memberikan lembar kerja pada setiap siswa

Lembar kerja diberikan kepada masing-masing siswa dengan tujuan untuk mendorong siswa agar mampu berpikir secara luas dan bebas. Tujuan lain dari lembar kerja ini yaitu untuk mengasah kemandirian siswa dalam berpikir. Berikut ini format lembar tugas yang diberikan kepada siswa.

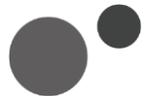
Lembar Kerja Siswa

1. Rentang 1-10, ada pada rentang nomor berapa gadget bagi anda? Apa alasannya?
.....
2. Manfaat apa yang telah anda peroleh selama menggunakan *gadget*?
.....
3. Buatlah analisis SWOT tentang diri anda secara pribadi pada lembar yang telah di sediakan!

Strengths Kekuatan (Internal)	Weaknesses Kelemahan (Internal)
Opportunities Kesempatan (Eksternal)	Threats Ancaman (Eksternal)

- e. Guru BK memberikan kesempatan berpikir (*think*) kepada siswa untuk memperoleh solusi atas masalah yang tertulis pada lembar kerja

Tahap selanjutnya setelah Guru BK membagikan lembar kerja, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpikir dengan durasi waktu 5 menit. Siswa diminta untuk mencari jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang tersedia pada lembar kerja. Tugas berpikir yang harus dikerjakan secara individu, dapat membantu Guru BK mengkondisikan siswa agar tertib mengikuti kegiatan yang sedang berlangsung..

- 
- 
- f. Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan dengan siswa lain (*pair*)

Langkah selanjutnya, Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan dengan salah satu dari seluruh anggota kelas. Setelah siswa berpasang-pasangan, Guru BK meminta siswa untuk mendiskusikan hasil jawaban masing-masing kepada pasangannya. Hasil akhir dari diskusi berpasangan ini diharapkan merupakan jawaban yang terbaik karena siswa saling bertukar informasi. Pada tahap ini Guru BK memberikan durasi waktu diskusi selama 5 menit.

- g. Guru BK memilih beberapa kelompok untuk mempresentasikan jawaban hasil diskusi dengan anggota pasangannya (*share*)

Kegiatan selanjutnya yang dilakukan yaitu, Guru BK meminta setiap pasangan untuk mempresentasikan hasil pemikiran dan diskusi kelompok berpasangan di depan seluruh anggota kelas. Kegiatan ini bertujuan membagikan hasil diskusi kelompok dan melatih siswa utk berani tampil di depan banyak orang. Selama siswa mempresentasikan jawabannya di depan kelas, Guru BK dapat berkeliling kelas untuk melakukan kontrol terhadap siswa yang belum memahami jawaban dari kelompok presenter.

- h. Guru BK memberikan lembar tugas bagi siswa sebagai bagian dari refleksi diri

Setelah semua kelompok berpasangan membagikan jawabannya di depan seluruh anggota kelas, kegiatan selanjutnya yaitu Guru BK memberikan lembar tugas atau lembar refleksi yang harus di isi oleh seluruh siswa. Berikut ini format lembar refleksi yang diberikan kepada siswa.

Refleksi Diri

1. Pengalaman apa yang ananda peroleh selama kegiatan terkait dengan kemampuan diri ananda dalam memahami penggunaan *gadget*?
.....
.....
2. Apa saja yang akan ananda lakukan sebagai upaya untuk mengontrol diri dalam penggunaan *gadget*?
.....
.....

- i. Guru BK melakukan observasi selama pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” dengan menggunakan pedoman observasi

Pengamatan secara langsung sangat perlu dilakukan oleh Guru BK selama layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” berlangsung. Observasi dilakukan guna mengetahui perkembangan siswa pada setiap pertemuan. Observasi ini dilakukan dengan subjek seluruh anggota kelas yang mengikuti kegiatan layanan. Instrumen yang



digunakan dalam observasi ini berupa pedoman observasi (terlampir)

4. Monitoring

- a. Melakukan analisis terhadap hasil lembar kerja siswa
Untuk dapat mengetahui hasil siswa selama kegiatan berlangsung, Guru BK melakukan analisis terhadap lembar kerja yang telah diisi oleh siswa.
- b. Melakukan evaluasi proses dengan cara wawancara secara langsung kepada siswa mengenai self-control yang dimiliki sesuai dengan tema pembahasan.

5. Penilaian

- a. Guru BK melakukan evaluasi hasil melalui lembar penilaian diri yang telah diisi oleh siswa.
- b. Guru BK memberikan pertanyaan secara langsung kepada siswa mengenai perasaan siswa selama kegiatan berlangsung, manfaat topik bahasan, dan meminta pendapat siswa mengenai cara Guru BK memberikan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*".

6. Tindak Lanjut

- a. Guru BK memberikan penguatan pada siswa.
- b. Guru BK dan siswa membuat kesepakatan untuk melaksanakan bimbingan klasikal di waktu yang akan datang.

E. Pertemuan 5

Topik Layanan : Menyikapi masalah dalam penggunaan *gadget*

Tujuan Umum : Mencapai tingkah laku yang bertanggungjawab dalam penggunaan *gadget*

Tujuan Khusus :

1. Siswa mampu membatasi penggunaan *gadget*.
2. Siswa mampu menghadapi konsekuensi atas masalah yang terjadi akibat dari penggunaan *gadget*.
3. Siswa mampu mengambil keputusan dan bertanggungjawab atas apa yang dilakukan.

Durasi waktu : 1 x 40 menit

Langkah-langkah:

1. Perencanaan

- a. Guru BK memastikan kembali jadwal yang telah disusun dan disepakati bersama siswa pada akhir pertemuan pertama.
- b. Guru BK menyiapkan lembar kerja dan alat tulis yang nantinya akan digunakan dalam proses pemberian layanan. Pada bagian ini, Guru BK perlu melakukan penggandaan lembar kerja untuk siswa sebanyak siswa yang akan diberikan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*". Lembar kerja dapat diperoleh Guru BK pada langkah pelaksanaan disetiap pertemuan.
- c. Guru BK menyiapkan tempat yang akan digunakan dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*". Selain menyusun jadwal, tugas Guru BK selanjutnya yaitu menentukan tempat untuk dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*". Kriteria tempat yang



perlu disediakan oleh Guru BK yaitu, tempat yang dapat menampung sejumlah siswa yang akan diikutsertakan dalam kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”, tempat yang memiliki fasilitas memadai (ex: LCD Proyektor, white board, kipas/AC, dll.) untuk dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”, tempat yang mampu membuat siswa merasa nyaman (bersih, tidak panas, dan tidak bising), dan tempat yang memiliki segala kondisi yang mampu mendukung dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

2. Pengorganisasian

- a. Guru BK memastikan kembali tugas dan tanggungjawab dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.
- b. Guru BK memastikan kembali peserta yang akan mengikuti kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

3. Pelaksanaan

- a. Menjalin hubungan baik dengan siswa (rapport)

Sebelum masuk pada inti kegiatan, guru BK hendaknya menjalin kedekatan dengan siswa. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar siswa merasa tenang, nyaman, terbuka, termotivasi, dan diharapkan terbentuknya kesatuan perasaan dan pemikiran guna mencapai tujuan bersama.

b. Membuat kesepakatan bersama

Agar layanan dapat terlaksana dengan lancar dan tertib, maka guru BK dan siswa perlu membuat kesepakatan untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan. Seperti halnya pada pertemuan sebelumnya, kesepakatan terhadap aturan dapat di ubah sesuai dengan kondisi yang ada.

c. Guru BK menyampaikan topik materi yang telah dipersiapkan

- 1) Pada tahap ini, Guru BK memberikan penjelasan mengenai tujuan khusus diadakannya kegiatan ini.
- 2) Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab siswa.
- 3) Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan.
- 4) Topik materi merupakan topik yang sudah ditetapkan oleh Guru BK yang berdasarkan indikator *self-control* siswa dalam penggunaan *gadget* atau disebut dengan topik tugas.

Materi Bacaan

Negara Indonesia memiliki UU ITE atau Undang-Undang Informasi dan Transaksi Elektronik dengan pasal-pasal yang dapat menjerat pihak-pihak yang sudah terlewat batas dalam hal penyalahgunaan internet. Undang-Undang ini juga berguna sebagai “pagar pembatas” untuk semua orang agar tidak terpancing membuat tulisan atau komentar negatif yang berpotensi merugikan orang lain.

Beberapa trik yang dapat dipraktekkan dalam menyikapi masalah di media sosial:

1. Menulis *positive contents*

Kontrol diri sendiri dengan hanya menulis atau mengunggah hal-hal yang positif saja. Pastikan *posting-an* anda tidak mengandung isi atau gambar yang berpotensi memprovokasi orang lain untuk berkomentar atau bertindak yang tidak menyenangkan. Misalnya, konten-konten vulgar atau yang mengandung unsur-unsur SARA.

2. Tidak perlu merespon

Ketika seseorang mem-*bully* Anda, ingatlah bahwa reaksi yang Anda berikan adalah hal yang mereka tunggu. Jika Anda marah, Anda justru memberikan kekuatan kepada mereka. Anda tidak perlu membalas perilaku mereka.

3. Simpan bukti

Satu-satunya kabar baik tentang *bullying* digital adalah pesan melecehkan biasanya dapat diambil, disimpan, dan ditunjukkan kepada pihak berwenang.

4. Berbicara dengan orang dewasa yang dipercaya

Anda layak mendapatkan bantuan. Selalu baik untuk melibatkan orangtua, tetapi jika Anda tidak bisa melakukannya, konselor sekolah biasanya tahu bagaimana cara untuk membantu. Kadang-kadang keduanya dibutuhkan. Jika Anda benar-benar gugup mengatakan sesuatu, lihat apakah ada cara untuk melaporkan kejadian tersebut secara anonim di sekolah.

5. Memblokir pengganggu

Jika pelecehan datang dalam bentuk pesan instan, teks, atau komentar, gunakan preferensi atau alat privasi untuk memblokir orang tersebut.

6. Bersikap sopanlah

Bahkan jika Anda tidak menyukai seseorang, sikap yang benar adalah tetap menjadi baik dan tidak tenggelam dalam urusan orang lain. Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa bergosip dan berbicara tak berguna dapat meningkatkan risiko ditindas. Perlakukan seseorang seperti apa Anda ingin diperlakukan.

7. Jangan mem-*bully*

Bagaimana perasaan Anda jika seseorang melecehkan Anda? Sebisa mungkin jangan menjadi orang yang menyakiti orang lain. Jadilah seseorang yang berkontribusi bagi komunitas Anda.

8. Jadilah teman, bukan pengamat

Berikan bantuan pada teman Anda yang sedang di *bully* dengan berbagai cara tepat yang dapat menghentikan tindakan *bully* tersebut, misalnya dengan cara melaporkan ke pihak yang berwenang.

9. Menjaga emosi

Melihat orang berbicara sembarangan melalui status di medsos memang membuat hati panas, akan tetapi jangan terpancing! Ingat, media sosial dibuat supaya seseorang bisa saling terhubung dengan teman atau saudara. Disinilah tempat untuk bertukar kabar, bercanda, dan berbagi berita. Jangan disalahgunakan sebagai wadah untuk melampiaskan emosi apalagi melakukan *bully*.

10. Membuat *posting-an* yang bermanfaat

Seseorang lebih mudah mengontrol diri sendiri dibanding orang lain. Jika menemukan status atau komentar di *beranda* media sosial-mu dengan maksud menyindir atau bahkan menghina secara terang-terangan di *feed* medsosmu, cukup diam atau balas dengan kalimat yang membuat suasana tetap tenang. Misalnya, membalas dengan candaan atau kalimat nasehat.

12. Cek Informasi

Menjadi orang pertama yang mendapat berita baru dan menyebarkannya memang akan terlihat keren. Hal tersebut tentu tidak dilarang, akan tetapi pastikan kembali bahwa informasi tersebut bukan *hoax* dan berasal dari sumber yang terpercaya. Lakukan penelusuran secara detail dan cermat supaya tidak terjerat UU ITE pasal 28 tentang penyebaran berita bohong.

- d. Guru BK memberikan lembar kerja pada setiap siswa

Lembar kerja diberikan kepada masing-masing siswa dengan tujuan untuk mendorong siswa agar mampu berpikir secara luas dan bebas. Tujuan lain dari lembar kerja ini yaitu untuk mengasah kemandirian siswa dalam berpikir. Berikut ini format lembar tugas yang diberikan kepada siswa.

Lembar Kerja Siswa

1. Siapa saja yang bertanggungjawab akibat dari penyalahgunaan atau pemakaian yang berlebihan pada *gadget*?.....
2. Apa saja langkah yang harus dilakukan untuk menanggulangi masalah yang diakibatkan oleh penyalahgunaan atau pemakaian yang berlebihan pada *gadget*?.....
3. Bandingkan fenomena dibawah ini, dan jelaskan mana yang perlu dilakukan dan yang seharusnya dihindari.

No.	Sebelum ada <i>gadget</i>	Sesudah ada <i>gadget</i>
1.	Berdoa sebelum makan	Berfoto sebelum makan
2.	Berjalan tegap dan memperhatikan lingkungan	Berjalan menunduk dan melihat <i>gadget</i>
3.	Ketika di <i>cafe</i> , pesan makanan dan minuman terlebih dahulu, lalu mengobrol	Ketika di <i>cafe</i> , mencari colokan listrik dan koneksi <i>wifi</i> ,kemudian pesan makanan dan minuman, dan lanjut bermain <i>gadget</i>
4.	Saling menyapa, mengobrol walaupun tidak kenal ketika sedang mengantri di tempat umum.	Mengantri sambil bermain <i>gadget</i>

- 
- 
- e. Guru BK memberikan kesempatan berpikir (*think*) kepada siswa untuk memperoleh solusi atas masalah yang tertulis pada lembar kerja

Tahap selanjutnya setelah Guru BK membagikan lembar kerja, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpikir dengan durasi waktu 5 menit. Siswa diminta untuk mencari jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang tersedia pada lembar kerja. Tugas berpikir yang harus dikerjakan secara individu, dapat membantu Guru BK mengkondisikan siswa agar tertib mengikuti kegiatan yang sedang berlangsung..

- f. Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan dengan siswa lain (*pair*)

Langkah selanjutnya, Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan dengan salah satu dari seluruh anggota kelas. Setelah siswa berpasang-pasangan, Guru BK meminta siswa untuk mendiskusikan hasil jawaban masing-masing kepada pasangannya. Hasil akhir dari diskusi berpasangan ini diharapkan merupakan jawaban yang terbaik karena siswa saling bertukar informasi. Pada tahap ini Guru BK memberikan durasi waktu diskusi selama 5 menit.

- g. Guru BK memilih beberapa kelompok untuk mempresentasikan jawaban hasil diskusi dengan anggota pasangannya (*share*)

Kegiatan selanjutnya yang dilakukan yaitu, Guru BK meminta setiap pasangan untuk mempresentasikan hasil pemikiran dan diskusi kelompok berpasangan di depan seluruh anggota kelas. Kegiatan ini bertujuan membagikan hasil diskusi kelompok dan melatih siswa utk berani tampil di depan banyak orang. Selama siswa mempresentasikan jawabannya di depan kelas, Guru BK dapat berkeliling kelas untuk melakukan kontrol terhadap siswa yang belum memahami jawaban dari kelompok presenter.

- h. Guru BK memberikan lembar tugas bagi siswa sebagai bagian dari refleksi diri

Setelah semua kelompok berpasangan membagikan jawabannya di depan seluruh anggota kelas, kegiatan selanjutnya yaitu Guru BK memberikan lembar tugas atau lembar refleksi yang harus di isi oleh seluruh siswa. Berikut ini format lembar refleksi yang diberikan kepada siswa.

Refleksi Diri

1. Cara apa yang ananda lakukan untuk membatasi penggunaan *gadget*?

.....
.....

2. Apa yang akan ananda lakukan apabila terdapat masalah yang diakibatkan oleh penggunaan *gadget* yang melebihi batas wajar?

.....
.....

- 
- 
- i. Guru BK melakukan observasi selama pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” dengan menggunakan pedoman observasi

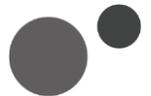
Pengamatan secara langsung sangat perlu dilakukan oleh Guru BK selama layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” berlangsung. Observasi dilakukan guna mengetahui perkembangan siswa pada setiap pertemuan. Observasi ini dilakukan dengan subjek seluruh anggota kelas yang mengikuti kegiatan layanan. Instrumen yang digunakan dalam observasi ini berupa pedoman observasi (terlampir)

4. Monitoring

- a. Melakukan analisis terhadap hasil lembar kerja siswa
Untuk dapat mengetahui hasil siswa selama kegiatan berlangsung, Guru BK melakukan analisis terhadap lembar kerja yang telah diisi oleh siswa.
- b. Melakukan evaluasi proses dengan cara wawancara secara langsung kepada siswa mengenai self-control yang dimiliki sesuai dengan tema pembahasan.

5. Penilaian

- a. Guru BK melakukan evaluasi hasil melalui lembar penilaian diri yang telah di isi oleh siswa.
- b. Guru BK memberikan pertanyaan secara langsung kepada siswa mengenai perasaan siswa selama kegiatan berlangsung, manfaat topik bahasan, dan meminta



pendapat siswa mengenai cara Guru BK memberikan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

6. Tindak Lanjut

- a. Guru BK memberikan penguatan pada siswa.
- b. Guru BK dan siswa membuat kesepakatan untuk melaksanakan bimbingan klasikal di waktu yang akan datang.

F. Pertemuan 6

Topik Layanan : Menghindari penyalahgunaan *gadget*

Tujuan Umum : Mampu mengembangkan seperangkat nilai dan etika dalam memanfaatkan *gadget* guna menghindari penyalahgunaan

Tujuan Khusus :

1. Siswa mampu memberikan contoh kehidupan yang sehat dan bebas dari bahaya *gadget*.
2. Siswa peduli terhadap lingkungan.
3. Siswa mampu mengajak orang-orang terdekat untuk menghindari bahaya penggunaan *gadget*.

Durasi waktu : 2 x 40 menit

Langkah-langkah:

1. Perencanaan

- a. Guru BK menyusun jadwal akan diadakannya layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*". Hal tersebut bertujuan agar pelaksanaan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*" dapat dilaksanakan dengan terjadwal. Penyusunan jadwal juga dapat membantu Guru BK mempersiapkan layanan dengan lebih matang. Kegiatan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*" akan dilaksanakan sebanyak 6 kali pertemuan dengan 6 topik materi layanan.
- b. Guru BK menyiapkan Instrumen pengukuran *self-control* untuk dilakukan *post-test* setelah pemberian layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*" guna mengetahui hasil layanan yang diberikan. Instrumen yang digunakan untuk *post-test* merupakan instrumen yang sama ketika *pre-test* dalam bentuk skala *self-control*.

- c. Guru BK menyiapkan lembar kerja dan alat tulis yang nantinya akan digunakan dalam proses pemberian layanan. Pada bagian ini, Guru BK perlu melakukan penggandaan lembar kerja untuk siswa sebanyak siswa yang akan diberikan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Lembar kerja dapat diperoleh Guru BK pada langkah pelaksanaan disetiap pertemuan.
- d. Guru BK menyiapkan tempat akan dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Selain menyusun jadwal, tugas Guru BK selanjutnya yaitu menentukan tempat untuk dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”. Kriteria tempat yang perlu disediakan oleh Guru BK yaitu, tempat yang dapat menampung sejumlah siswa yang akan diikutsertakan dalam kegiatan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”, tempat yang memiliki fasilitas memadai (ex: *LCD Proyektor, white board, kipas/AC, dll*) untuk dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”, tempat yang mampu membuat siswa merasa nyaman (bersih, tidak panas, dan tidak bising), dan tempat yang memiliki segala kondisi yang mampu mendukung dilaksanakannya layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*”.

2. Pengorganisasian

- a. Guru BK memberikan *post-test* pada siswa dengan instrumen skala *self-control*. Pemberian *post-test* pada siswa bertujuan untuk mengetahui kondisi *self-control* siswa

- sebelum diberikan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*". Pada pemberian *post-test*, Guru BK menjelaskan tata cara pengisian skala *self-control* sesuai dengan petunjuk yang terdapat pada bagian awal skala *self-control*.
- b. Guru BK melakukan analisis data hasil *post-test* untuk dapat mengidentifikasi *self-control* siswa. Hasil *post-test* yang diperoleh, kemudian dilakukan analisis dengan cara yang telah dijelaskan pada BAB III. Hasil dari pengukuran ini merupakan hasil akhir yang menjadi tolak ukur keberhasilan pelaksanaan layanan bimbingan klasikal "*think-pair-share*".

3. Pelaksanaan

- a. Menjalin hubungan baik dengan siswa (*rapport*)

Sebelum masuk pada inti kegiatan, guru BK hendaknya menjalin kedekatan dengan siswa. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar siswa merasa tenang, nyaman, terbuka, termotivasi, dan diharapkan terbentuknya kesatuan perasaan dan pemikiran guna mencapai tujuan bersama.

- b. Membuat kesepakatan bersama

Agar layanan dapat terlaksana dengan lancar dan tertib, maka guru BK dan siswa perlu membuat kesepakatan untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan. Seperti halnya pada pertemuan sebelumnya, kesepakatan terhadap aturan dapat di ubah sesuai dengan kondisi yang ada.

c. Guru BK menyampaikan topik materi yang telah dipersiapkan

- 1) Pada tahap ini, Guru BK memberikan penjelasan mengenai tujuan khusus diadakannya kegiatan ini.
- 2) Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab siswa.
- 3) Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan.
- 4) Topik materi merupakan topik yang sudah ditetapkan oleh Guru BK yang berdasarkan indikator *self-control* siswa dalam penggunaan *gadget* atau disebut dengan topik tugas.

Materi Bacaan

Gadget merupakan fitur untuk mempermudah segala kebutuhan dan kegiatan manusia, sehingga digemari dan menjadi pilihan dari berbagai kalangan, terutama kalangan pelajar pada saat ini, dengan alasan yang dapat memudahkan para pelajar untuk: Mengakses informasi, menambah wawasan, sebagai gaya hidup dan eksistensi diri. Mereka menganggap bahwa *gadget* sekarang ini seperti teman sendiri, karena *gadget* memiliki aplikasi dan pembaharuan dari hari ke hari yang membuat hidup manusia bisa dikatakan lebih instan. Sebuah hasil penelitian menunjukkan bahwa:

1. 70% mengatakan setiap jam mereka mengecek *smartphone*
2. 56% mengecek *smartphone* satu jam sebelum tidur
3. 48% mengecek *smartphone* sepanjang *weekend*, termasuk hari Jumat dan Sabtu malam
4. 51% mengatakan saat berlibur selalu mengecek *smartphone*
5. 44% mengatakan bahwa mereka akan merasakan kecemasan jika *smartphone* mereka hilang dan tidak bisa

Data tersebut menunjukkan bahwa saat ini yang menjadi tren utama dalam salah satu teknologi yang ada adalah Gadget, seperti: Handpone, tablet, laptop, kamera dan lain-lain. Seakan-akan gadget menjadi kebutuhan pokok semua orang baik dari semua kalangan, terutama pelajar.

Saat ini banyak pelajar yang menggunakan *gadget* disekolah, seperti: HP Android, laptop dan sejenisnya, karena memang tidak dapat dipungkiri lagi bahwa saat ini kehadirannya sangat membantu dan bermanfaat bagi mereka, salah satunya dalam proses pembelajaran. Adapun manfaat adanya gadget bagi kalangan pelajar antara lain:

1. Membantu para pelajar dalam mengerjakan tugas sekolah

Dengan fasilitas yang ada dalam gadget, para pelajar dapat dengan mudah mencari refrensi atau bahkan bisa mencari informasi untuk tugas-tugas yang mengemban mereka dengan mudah sehingga cepat terselesaikan.

2. Memudahkan komunikasi

Dengan adanya gadget kita dapat melakukan komunikasi jarak jauh tanpa bersusah-susah menulis surat seperti komunikasi zaman dahulu sebelum terciptanya alat-alat yang memudahkan kita dalam berkomunikasi. Selain itu semisal pelajar tesebut mempunyai tugas yang kurang difahami bisa tanya-tanya ke temannya dengan cepat lewat media gadget atau seterusnya. Adanya sosial media seperti: facebook, twitter, email, blog, BBM, whatshap dan lain-lain juga, membuat anak muda zaman sekarang lebih mudah mencari teman dari berbagai daerah yang jauh sekalipun.

3. Sebagai media hiburan

Dengan gadget yang mereka miliki dapat dijadikan media refrening sekaligus hiburan ketika mereka lelah dan jenuh setelah menyelesaikan tugas-tugas mereka. Seperti bermain game, bersosial media dan lain-lain.

4. Mengakses informasi

Informasi menjadi sangat penting bagi setiap pelajar, oleh karena itu dengan gadget mereka dapat lebih mudah membuka berbagai situs untuk mencari informasi yang mereka butuhkan. Selain itu mereka tidak akan ketinggalan berita-berita aktual yang sedang buming dibicarakan.

5. Eksistensi diri

Bagi para pelajar yang memiliki kemampuan menulis, mereka dapat membuat cerita atau menulis tentang pengalaman mereka di media sosial sehingga dapat menyalurkan kemampuan yang mereka miliki. Sehingga karya tersebut dapat dibaca dan diketahui banyak orang. Tidak menutup kemungkinan mereka bisa menjadi salah satu inspirator yang diakui dunia.

Berikut ini terdapat beberapa bentuk penyalahgunaan *gadget*, antara lain:

1. Berpendapat sebebaskan-bebasnya

Adanya *gadget* membantu seseorang untuk berpendapat secara bebas melalui jejaring sosial. Oleh karena kebebasan tersesebut, beberapa orang sering menyalahgunakannya dengan berkata-kata yang tidak sepatasnya yang menyebabkan orang lain menjadi tersinggung, padahal tujuan dari *gadget* adalah untuk memperluas wawasan maupun pertemanan bukan untuk saling

2. Penyalahgunaan Aplikasi

Beragam aplikasi diciptakan guna membantu memudahkan pengguna dalam menyelesaikan pekerjaan, hiburan, memperoleh informasi, dan sebagainya seringkali di alih fungsikan oleh orang-orang yang tidak bertanggungjawab menjadi media yang dapat merusak diri sendiri dan orang lain.

3. Ajang perlombaan

Gadget kerap kali digunakan remaja untuk ajang perlombaan yang membuktikan tingkat ekonomi, pergaulan, dan harga diri. Remaja pun berbondong-bondong membeli *gadget* dengan model terkini karena tidak ingin kalah dengan teman sebayanya.

4. Situs-situs berbau pornografi

Melalui teknologi canggih seperti komputer, internet, dan *smartphone*, banyak yang menyalahgunakan teknologi canggih tersebut seperti penggunaan internet yang kurang terkontrol untuk anak-anak di bawah umur dapat membuat moral anak-anak bangsa menjadi rusak dan menimbulkan banyak kejadian kriminal yang terjadi setelah mereka membuka situs situs tersebut.

5. Media kriminalitas

Melalui penggunaan *gadget* salah satunya adalah *smartphone*, seseorang dapat dengan mudah mengakses beragam konten kekerasan yang banyak beredar di dunia maya. Selain itu, tindak kriminal dalam dunia nyata juga sering terjadi karena berawal dari dunia maya. Contoh: rumah dimasuki maling karena penghuni *upload* status sedang liburan.

- d. Guru BK memberikan lembar kerja pada setiap siswa

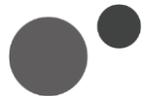
Lembar kerja diberikan kepada masing-masing siswa dengan tujuan untuk mendorong siswa agar mampu berpikir secara luas dan bebas. lembar Tujuan lain dari lembar kerja ini yaitu untuk mengasah kemandirian siswa dalam berpikir. Berikut ini format lembar tugas yang diberikan kepada siswa.

Lembar Kerja Siswa

1. Sebutkan contoh tindakan yang dapat membantu mencegah orang lain terkena dampak negatif *gadget!*
.....
2. Apa yang anda lakukan jika mengalami kesulitan untuk terhindar dari kecanduan menggunakan *gadget?*
.....
3. Bagaimana tindakan anda jika ada teman yang kesulitan untuk melepaskan diri dari bermaingadget?
.....

- e. Guru BK memberikan kesempatan berpikir (*think*) kepada siswa untuk memperoleh solusi atas masalah yang tertulis pada lembar kerja

Tahap selanjutnya setelah Guru BK membagikan lembar kerja, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpikir dengan durasi waktu 5 menit. Siswa diminta untuk mencari jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang tersedia pada lembar kerja. Tugas berpikir yang harus dikerjakan secara individu, dapat membantu Guru BK



mengkondisikan siswa agar tidak mengobrol atau ribut di kelas.

- f. Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan dengan siswa lain (*pair*)

Langkah selanjutnya, Guru BK mengarahkan siswa untuk berpasangan dengan salah satu dari seluruh anggota kelas. Setelah siswa berpasang-pasangan, Guru BK meminta siswa untuk mendiskusikan hasil jawaban masing-masing kepada pasangannya. Hasil akhir dari diskusi berpasangan ini diharapkan merupakan jawaban yang terbaik karena siswa saling bertukar informasi. Pada tahap ini Guru BK memberikan durasi waktu diskusi selama 5 menit.

- g. Guru BK memilih beberapa kelompok untuk mempresentasikan jawaban hasil diskusi dengan anggota pasangannya (*share*)

Kegiatan selanjutnya yang dilakukan yaitu, Guru BK meminta setiap pasangan untuk mempresentasikan hasil pemikiran dan diskusi kelompok berpasangan di depan seluruh anggota kelas. Kegiatan ini bertujuan membagikan hasil diskusi kelompok dan melatih siswa utk berani tampil di depan banyak orang. Selama siswa mempresentasikan jawabannya di depan kelas, Guru BK dapat berkeliling kelas untuk melakukan kontrol terhadap siswa yang belum memahami jawaban dari kelompok presenter.

- h. Guru BK memberikan lembar tugas bagi siswa sebagai bagian dari refleksi diri

Setelah semua kelompok berpasangan membagikan jawabannya di depan seluruh anggota kelas, kegiatan selanjutnya yaitu Guru BK memberikan lembar tugas atau lembar refleksi yang harus di isi oleh seluruh siswa. Berikut ini format lembar refleksi yang diberikan kepada siswa.

Refleksi Diri

1. Pengalaman apa yang ananda peroleh selama kegiatan terkait dengan kemampuan diri ananda dalam mengontrol penggunaan *gadget*?

.....
Apa saja yang akan ananda lakukan setelah memperoleh informasi terkait penggunaan *gadget*?

.....

- i. Guru BK melakukan observasi selama pelaksanaan layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” dengan menggunakan pedoman observasi

Pengamatan secara langsung sangat perlu dilakukan oleh Guru BK selama layanan bimbingan klasikal “*think-pair-share*” berlangsung. Observasi dilakukan guna mengetahui perkembangan siswa pada setiap pertemuan. Observasi ini dilakukan dengan subjek seluruh anggota kelas yang mengikuti kegiatan layanan. Instrumen yang

digunakan dalam observasi ini berupa pedoman observasi (terlampir).

4. Monitoring

- a. Melakukan analisis terhadap hasil lembar kerja siswa
Untuk dapat mengetahui hasil siswa selama kegiatan berlangsung, Guru BK melakukan analisis terhadap lembar kerja yang telah diisi oleh siswa.
- b. Melakukan evaluasi proses dengan cara wawancara secara langsung kepada siswa mengenai *self-control* yang dimiliki sesuai dengan tema pembahasan.

5. Penilaian

1. Guru BK melakukan evaluasi hasil melalui lembar penilaian diri yang telah di isi oleh siswa.
2. Guru BK melakukan evaluasi hasil melalui post-test dengan menggunakan skala *self-control* yang telah disediakan.
3. Guru BK menganalisis hasil post-test terkait perubahan pada hasil post-test
4. Guru BK mengidentifikasi siswa yang memperoleh nilai hasil post-test di bawah rata-rata.

6. Tindak Lanjut

Guru BK memberikan layanan BK (ex. Layanan bimbingan kelompok, konseling kelompok, konseling individual, dll) dengan perhatian khusus pada siswa-siswi yang memiliki hasil *post-test* skala *self-control* rendah.

BAB VI PENUTUP

Model bimbingan klasikal “*think-pair-share*” merupakan model blayanan bimbingan klasikal yang dikembangkan untuk meningkatkan *self-control* remaja. Melalui dinamika kelompok yang terjadi dalam layanan bimbingan klasikal diharapkan siswa mampu saling memotivasi untuk meningkatkan *self-control* dalam penggunaan *gadget*. Layanan bimbingan klasikal berbasis *think-pair-share* ini menggunakan 6 tahapan, yaitu: perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan kegiatan, monitoring, penilaian, dan tindak lanjut. Tiap tahapan pada model ini akan saling berkaitan satu sama lain.

DAFTAR RUJUKAN

- Ambarwati, A.D. (2012). "Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Think-Pair-Share* (TPS) dengan Pendekatan *Inquiry* untuk Meningkatkan Keterampilan Berfikir Kritis dan Penguasaan Konsep Siswa SMP pada Konsep Tekanan". Thesis tidak diterbitkan, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Astuti, Dwi. (2017). Model Pembelajaran *Think-Pair-Share* (TPS) untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Mata Pelajaran IPS Kelas I. *BRILIANT Jurnal Riset dan Konseptual*, 2 (3): 328-334.
- Averill. J.R. (1973). Personal Control Over Aversive Stimuli and its Relationship to Stress. *Psychology Bull.* 80: 286-303.
- Bianch, A., & Phillips J. (2005). Psychological Predictors of Problem Mobile Phone Use. *Journal of CyberPsychology & Behavior*, 8: 39-51.
- David-Ferdon C, Hertz MF. (2007). Electronic Media, Violence, and Adolescents: an Emerging Public Health Problem. *J Adolesc Health*, 41(6 Suppl 1):S1–5.
- Dewangga, K. L & Rahayu, S. M. (2015). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Cybersexual Addiction pada Siswa SMP di Orange-net Bandung. *Prosiding Penelitian Sivitas Akademika Unisba (Sosial dan Humaniora)*, ISSN: 2460-6448.
- Gentile DA, Lynch PJ, Linder JR, Walsh DA. (2004) The Effects of Violent Video Game Habits on Adolescent Hostility, Aggressive Behaviors, and School Performance. *J Adolesc*, 27 (1):5-22.
- Guspiani, H., Nurhanurawati, & Djalil, A. (2014). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Think-Pair-Share* terhadap Pemahaman Konsep Matematis. *Jurnal Pendidikan Matematika Unila*, 2(1): 2338-1183.
- Hagger, dkk. (2010). Self-regulation and Self-control in Exercise: the Strength Energy Model. *Journal of International Review of Sport and Exercise Psychology*, 3 (1): 62-86.
- Joyce B., Weil M., and Calhoun E. 2009. *Models of Teaching : Model-model Pengajaran*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Master, et all.(2016). Impact of Electronic Gadgets on Psychological Behavior of Middle School Children in UAE. *Gulf Medical Journal*, 5 (2):54–60.

- McCullough, M.E., Willoughby, B.L.B. (2009). Religion, Self-Regulation, and Self-Control: Associations, Explanations, and Implications. *Psychological Bulletin*. 135 (1): 69-93.
- Mun, W.F., Li, L.M., Fernandez, PR. Mobile Phone the Must-have Gadget of the 21st Century: Identifying Trends and Impact on Human Relationships. *The Journal of the South East Asia Research Centre for Communication and Humanities*, 3 (2): 39-53.
- Nurihsan, Ahmad Juntika dan Akur Sudioanto. (2005). *Manajemen Bimbingan dan Konseling di SMP*. Jakarta : Garasindo.
- Prayitno, dan Erman, Amti. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : PT. Asdi Mahasatya.
- Roos, J. P. (2001). *Postmodernity and Mobile Communications*. Paper Presented at the European Sociological Association on 5th Conference of the ESA, Helsinki, Finland. Retrieved from <http://www.mv.helsinki.fi/home/jproos/mobilezation.htm>.
- Shoimin, A. (2014). *68 Model Pembelajaran Inovatif dalam Kurikulum 2013*. Yogyakarta: AR-Ruzz Media.
- Sudjana, Nana. (2002). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung : Sinar baru algensindo.
- Sugiyanto. (2008). *Model-Model Pembelajaran Inovatif*. Surakarta : UNS Press.
- Young, K. S. (1998). Internet Addiction: the Emergency of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1 (3): 237-244.
- Zai, H.P.B., Dwikristanto, Y.P., Yohansa, M. (2017). Penggunaan Metode *Think-Pair-Share* untuk Meningkatkan Kemampuan Penerapan Konsep Siswa pada Topik Permutasi dan Kombinasi Kelas XI IPS 2 SMA YSKI Semarang [The use of *Think-pair-share* Method to Improve Grade XII Students' Capabilities in Applying Concepts of Permutation and Combination at Yski Senior High School Semarang]. *Journal of Holistic Mathematics Education*, 1 (1):41-52.
- <https://ginanjaragi.wordpress.com/2017/01/06/menyikapi-informasi-di-media-sosial/>, di akses Oktober 2018
- <https://techno.okezone.com/read/2016/12/08/92/1562426/cara-hindari-bully-di-media-sosial>, di akses Oktober 2018
- <https://wolipop.detik.com/tech-gadget/d-1860553/tips-mengatasi-kecanduan-smartphone>, di akses Oktober 2018
- Sadam, S. *Gadget Mempengaruhi Kehidupan Sosial*. https://www.academia.edu/11522586/GADGET_MEMPEN-GARUHI_PERILAKU_SOSIAL, di akses Oktober 2018.

LAMPIRAN 1 (SKALA *SELF-CONCEPT*)

SKALA *SELF CONTROL* DALAM PENGGUNAAN GADGET

Skala "***Self Control*** dalam Penggunaan ***Gadget***" bertujuan untuk mengetahui tingkat kontrol diri individu dalam menggunakan gadget, terutama *handphone*. Oleh karena itu, diharapkan kerjasama Anda untuk mengisinya dengan apa adanya sesuai keadaan diri Anda. Isian Anda dalam skala ini, tidak akan berpengaruh terhadap hasil belajar Anda dan akan terjaga kerahasiaan setiap informasi yang Anda berikan. Setiap jawaban yang Anda berikan merupakan bantuan yang tidak ternilai harganya. Atas kerjasama dan kesediaan Anda untuk mengisi skala ini, saya mengucapkan terima kasih.

Petunjuk Pengisian Skala:

1. Tulislah identitas Anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Bacalah semua butir pernyataan dalam skala dengan cermat dan teliti.

Pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

- a. **SS (Sangat Setuju)**, apabila pernyataan tersebut **Sangat Setuju** dengan keadaan yang Anda rasakan.
 - b. **S (Setuju)**, apabila pernyataan tersebut **Setuju** dengan keadaan yang Anda rasakan.
 - c. **TS (Tidak Setuju)**, apabila pernyataan tersebut **Tidak Setuju** dengan keadaan yang Anda rasakan.
 - d. **STS (Sangat Tidak Setuju)**, apabila pernyataan tersebut **Sangat Tidak Setuju** dengan keadaan yang Anda rasakan.
3. Pilihlah salah satu dari keempat pilihan jawaban yang tersedia sesuai dengan keadaan Anda sebenarnya. Berikan jawaban dengan cara memberikan tanda cek (√) pada kolom yang Anda pilih.
 4. Jika Anda merasa ragu dan ingin merubah jawaban maka coretlah pada jawaban pertama dan beri tanda cek (√) pada jawaban yang Anda rasa lebih sesuai.
 5. Jawablah semua pernyataan pada kolom yang telah disediakan, jangan sampai ada nomor yang terlewat.

-----**Selamat Mengerjakan**-----

Nama :
Sekolah/Kelas :
Jenis kelamin :
Tempat/Tgl Lahir :
Pekerjaan Orangtua : (Ayah).....
 (Ibu).....
Suku Budaya :

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	ST S
1	Saya menggunakan <i>handphone</i> ketika ada keperluan mendesak saja.				
2	Ketika sedang sedih, saya menceritakan kesedihan melalui status/ <i>story</i> .				
3	Setiap kali kuota habis, saya langsung dengan segera membeli kuota lagi.				
4	Saya memainkan <i>handphone</i> hingga larut malam.				
5	Ketika hari libur, saya menghabiskan waktu untuk memainkan <i>gamed</i> <i>handphone</i> .				
6	Hari libur saya habiskan dengan <i>chatting</i> bersama dengan teman-teman.				
7	Saya membuka <i>handphone</i> dengan segera ketika ada notifikasi <i>chat</i> /telepon masuk.				
8	Saya rela menghabiskan uang untuk membeli aksesoris <i>handphone</i> agar <i>handphone</i> semakin keren.				
9	Saya langsung membuka <i>handphone</i> ketika berbunyi meskipun sedang belajar.				
10	<i>Handphone</i> saya non aktifkan ketika sedang belajar.				
11	Ketika di kelas, <i>handphone</i> saya biarkan aktif agar saya dapat mengetahui setiap notifikasi <i>chat</i> /telepon yang masuk.				
12	Saya membawa <i>charger handphone/powerbank</i> ketika pergi ke sekolah agar <i>handphone</i> tidak mati.				
13	Ketika ada teman yang bersikap buruk, saya menyindirnya melalui status/ <i>story</i> .				
14	Setiap malam, saya meletakkan <i>handphone</i> di tempat tidur agar dekat dengan saya.				
15	Saya gemar mencari informasi tentang ilmu pengetahuan melalui <i>handphone</i> .				
16	Saya menggunakan <i>handphone</i> untuk mengakses situs berita <i>online</i> agar menambah				

	wawasan/pengetahuan.				
17	Saya menggunakan <i>handphone</i> untuk membuka konten negatif (situs porno) agar memperoleh kepuasan.				
18	Saya gemar mencari informasi tentang dampak buruk penggunaan <i>handphone</i> yang berlebihan.				
19	Saya sedih ketika tidak ada <i>chat</i> yang masuk dalam <i>handphone</i> .				
20	Saya senang mencari informasi tentang <i>handphone</i> keluaran terbaru karena pasti akan membelinya.				
21	Saya gemar mencari informasi tentang manajemen diri agar tidak kecanduan menggunakan <i>handphone</i> .				
22	Menurut saya, lebih baik olahraga daripada bermain game di <i>handphone</i> .				
23	Mengobrol dengan teman-teman melalui <i>chat</i> di <i>handphone</i> lebih menyenangkan daripada belajar.				
24	Saya merasa cemas ketika kuota <i>handphone</i> tiba-tiba habis.				
25	Saya merasa cemas ketika <i>handphone</i> sedang <i>lowbat</i> .				
26	Saya harus membeli <i>handphone</i> keluaran terbaru sebagai bentuk mengikuti perkembangan zaman dan teknologi.				
27	Peraturan sekolah yang melarang siswanya membawa <i>handphone</i> ke sekolah merupakan suatu hal yang menyebalkan.				
28	Mematikan <i>handphone</i> ketika beribadah merupakan hal yang baik agar tidak mengganggu ibadah.				
29	Mematikan <i>handphone</i> ketika belajar merupakan hal yang wajar dilakukan oleh pelajar.				
30	Saya membalas bullyan teman kepada saya di media sosial.				
31	Ketika ada teman yang menyakiti, saya membalas dengan cara menyindirnya di media sosial.				
32	Ketika sedang sedih, saya memainkan <i>handphone</i> hingga larut malam.				
33	Ketika sedang marah, saya membanting <i>handphone</i> untuk melampiaskan kemarahan.				
34	Saya berkata kasar di media sosial untuk melampiaskan kemarahan.				
35	Saya lebih senang menabung daripada uang saya gunakan untuk membeli kuota.				

36	Sangat wajar jika remaja seringkali curhat melalui media sosial karena hal itu akan membuatnya nyaman.				
37	Pada saat jam belajar malam, saya tidak <i>chatting</i> dengan teman agar tidak mengganggu.				
38	Lebih baik saya belajar daripada mengobrol dengan teman-teman melalui <i>chat group</i> .				
39	Saya mengingatkan teman agar tidak membully teman yang lain di media sosial.				
40	Saya mengingatkan teman agar mematikan <i>handphone</i> ketika di kelas.				
41	Saya senang melihat teman yang bertengkar di media sosial.				
42	Saya mengingatkan teman agar menggunakan <i>handphone</i> sesuai dengan kebutuhan.				
43	Saya mengingatkan teman agar tidak memainkan <i>handphone</i> hingga larut malam.				

LAMPIRAN 2

PEDOMAN OBSERVASI

Nama :

Kelas :

Petunjuk:

Beri tanda silang (X) pada kolom skor sesuai dengan hasil penilaian Anda

No.	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1	Peserta didik terlibat aktif				
2	Peserta didik antusias dalam mengikuti kegiatan				
3	Peserta didik kreatif				
4	Peserta didik saling menghargai				
5	Peserta didik saling mengeluarkan pendapat				
6	Peserta didik berargumentasi mempertahankan pendapat masing-masing				
7	Layanan terselenggara dengan menyenangkan				
8	Layanan sesuai alokasi waktu				
	Total Skor				

Skor 4 : sangat baik

Skor 3 : baik

Skor 2 : cukup baik

skor 1 : kurang baik

Keterangan :

1. Skor minimal yang dicapai adalah $1 \times 8 = 8$, dan skor tertinggi adalah $4 \times 8 = 32$

2. Kategori hasil

Kategori hasil :

a. Sangat baik = 24-32

b. Baik = 17-23

d. Kurang = 8-16

LAMPIRAN 3

DAFTAR HADIR

Hari/Tanggal :	Pertemuan ke/Jam :
Tempat :	Topik Materi :

NO.	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1.			1.
2.			2.
3.			3.
4.			4.
5.			5.
6.			6.
7.			7.
8.			8.
9.			9.
10.			10.
11.			11.
12.			12.
13.			13.
14.			14.
15.			15.
16.			16.
17.			17.
18.			18.
19.			19.
20.			20.

LAMPIRAN 4

PERATURAN KELOMPOK

Selama kegiatan bimbingan klasikal berlangsung, setiap peserta wajib mengikuti peraturan-peraturan kelompok sebagai berikut:

1. Hadir tepat waktu pada setiap pertemuan sesuai dengan jadwal.
2. Meminta ijin terlebih dahulu jika hendak ijin meninggalkan ruangan (misal: ke toilet)
3. Memperhatikan, menyimak, dan berpartisipasi aktif pada setiap kegiatan.
4. Meminta ijin terlebih dahulu dengan cara mengangkat tangan kanan sebelum berbicara (berpendapat atau bertanya).
5. Menghargai setiap pendapat yang disampaikan oleh peserta lain selama kegiatan.
6. Terbuka, saling percaya, bertanggungjawab, sukarela, dan bersikap sopan selama kegiatan berlangsung.

LAMPIRAN 5

LEMBAR KERJA
ANALISIS SWOT

<p>Strengths Kekuatan (Internal)</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Weaknesses Kelemahan (Internal)</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>Opportunities Kesempatan (Eksternal)</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Threats Ancaman (Eksternal)</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

Yogyakarta,20..

Diisi oleh:

.....

Penerbit K-Media
Bantul, Yogyakarta
kmediacorp
kmedia.cv@gmail.com
www.kmedia.co.id

