

# **PENERAPAN TEKNIK *MIND MAPPING* DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGELOLA PENGGUNAAN GADGET PADA SISWA KELAS XI IPS SMA NEGERI 3 TUBAN**

**Dina Arifatuzzahro**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan  
[dinaarifatuazzahro@mhs.unesa.ac.id](mailto:dinaarifatuazzahro@mhs.unesa.ac.id)

**Najlatun Naqiyah**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan  
[najlatunnaqiyah@unesa.ac.id](mailto:najlatunnaqiyah@unesa.ac.id)

## **Abstrak**

Penerapan teknik mind mapping dalam bimbingan kelompok yang diberikan di kelas XI IPS 3 SMAN 3 Tuban yang dilakukan dengan teknik pengambilan subjek *non- probability sampling* yang menggunakan *purposive sample* yaitu pengambilan sampel berdasarkan tujuan tertentu. Fokus penelitian ini hanya pada kelas XI IPS 3 SMAN 3 Tuban, yang sekaligus ditetapkan sebagai sampel dalam penelitian ini. Penentuan kelas dalam penelitian ini berdasarkan saran dari guru BK SMAN 3 Tuban yang terlebih dahulu telah melakukan need assessment. Dari kelas yang telah ditentukan selanjutnya dilakukan pre-test untuk mengetahui skor awal dalam angket pengelolaan gadget sebelum diberikan perlakuan penerapan teknik mind mapping dalam bimbingan kelompok. Penggunaan angket ini untuk mengetahui perbedaan skor kemampuan pengelolaan penggunaan gadget dengan tambahan data yang berasal dari jurnal harian yang diberikan selama pemberian perlakuan dan setelah perlakuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa  $N=7$  ( $p$  tabel = 0,008) dan  $\alpha = 0,05$  dan dapat ditetapkan  $0,008 < 0,05$ . Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Maka hipotesis yang berbunyi penerapan teknik mind mapping dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola penggunaan gadget pada siswa kelas XI IPS di SMAN 3 Tuban diterima.

**Kata Kunci:** Peta Konsep, Konselor, Bimbingan Kelompok

## **Abstract**

*Application of mind mapping technique in group counseling given in class XI IPS 3 SMAN 3 Tuban done by non-probability sampling which uses a purposive sample, sampling based on certain aim. The focus of this research only on Class XI IPS 3 in SMAN 3 Tuban, that set as the sample in this research. Determination of which class in research is based on the advice of the SMAN 3 Tuban's Counselor who first has done with need assessment. From a class that has been determined, furthermore carried out pre-test to find out the score early in question form of gadgets use capability before it is given application treatment mind mapping technique to the group guidance. The use of this question form to know the difference of score ability of managing the use of gadgets yet supported by additional data that comes from a daily journal which is given for the granting of preferential treatment and after treatment.*

*The result of the research shows that  $N = 7$  ( $p = 0.008$  table) and  $\alpha = 0.05$  and can be set  $0.008 < 0.05$ . Thus  $H_0$  is denied and  $H_a$  is received. Then the hypothesis that says the application of techniques of mind mapping in the guidance group can enhance students' ability in managing the use of gadgets for students in XI IPS 3 class of SMAN 3 Tuban is accepted.*

**Keywords :** Mind Mapping, Counselor, Group Guidance.

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan suatu hal yang sangat diperlukan oleh peserta didik, karena pendidikan bertujuan agar peserta didik memiliki

potensi serta kemampuan untuk memecahkan masalah yang terjadi dalam hidupnya baik di masa sekarang maupun di masa yang akan datang. Keberhasilan peserta didik dalam memecahkan

masalah pada kehidupan sehari-hari tidak akan terlepas dari penyelenggaraan pendidikan nasional. Namun tujuan pendidikan selama ini belum tercapai secara keseluruhan dan hal itu dibuktikan dengan peserta didik yang kurang dapat mengelola penggunaan gadget (Rahma, 2015)

Hambatan aktifitas kehidupan peserta didik memang tidak sepenuhnya disebabkan oleh penggunaan gadget, namun adanya indikasi yang kuat dan kemungkinan besar bahwa gadget menjadi faktor yang dapat mempengaruhi terhambatnya aktifitas belajar peserta didik, baik di sekolah maupun di rumah. Pengaruh handphone terhadap peserta didik memang tergantung dari individu masing-masing. Jika peserta didik lebih mementingkan bermain handphone dari pada yang lainnya, seperti belajar dan bermain, hal ini akan membawa dampak. Tetapi jika peserta didik yang mengetahui penggunaan gadget yang produktif dan pandai membagi waktu dengan sebaik mungkin, maka handphone tidak akan memberikan pengaruh yang buruk” (Rahma 2015:10).

Dewasa ini gadget merupakan alat perangkat elektronik yang tidak dapat dipisahkan dari masyarakat khususnya pelajar. Gadget sendiri merupakan suatu perangkat yang memiliki beragam manfaat. Seperti yang disebutkan oleh Wing Winarno dalam Lioni dkk (2009), “Gadget merupakan sebuah istilah yang berasal dari bahasa Inggris, yang memiliki arti perangkat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus”

Kemudian menurut Homby (2002) Gadget merupakan sebuah teknologi kecil yang memiliki fungsi khusus dan sering disebut sebagai sebuah inovasi terbaru. Menurut Manupil dalam Fajrin (2015:3) mengemukakan bahwa gadget merupakan barang canggih dimana dalam gadget itu sendiri dapat menyajikan bermacam-macam media berita, sosial media, hobi, ada juga hiburan seperti game dan yang lainnya. Kecanggihan gadget semakin hari semakin menarik perhatian masyarakat luas khususnya peserta didik yang dalam tahap pencarian jati diri, membuatnya sulit terlepas dari alat kecil yang membawa dampak besar tersebut.

Seiring dengan perkembangan gadget yang begitu cepat tidak dapat terhindar dari banyaknya sisi negatif yang ditimbulkan ada pula sisi positif yang di timbulkan dari perkembangan gadget, seperti berikut ini:

1) Komunikasi akan menjadi lebih praktis

- 2) Anak yang dapat memanfaatkan gadget dengan baik cenderung lebih kreatif
- 3) Mudahnya melakukan komunikasi termasuk ke luar negeri
- 4) Manusia akan menjadi lebih pintar dan mudah berinovasi dengan perkembangan gadget yang menuntut mereka untuk hidup lebih baik.

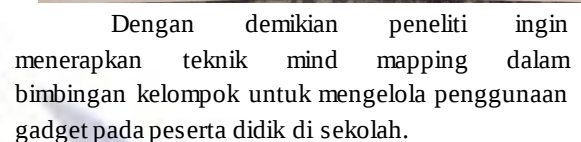
Jati diri merupakan proses untuk menemukan siapa seseorang itu sebenarnya. Dalam pencarian jati diri pada anak diperlukan rasa percaya diri yang tinggi karena masa remaja merupakan masa peralihan yang mudah terombang-ambing dan lebih senang mengikuti lingkungan yang ada disekitarnya. Dengan rasa percaya diri yang tinggi maka anak tidak akan mudah ikut-ikutan oleh lingkungan sekitarnya.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Manupil (2015) juga menyebutkan 8 dari 10 peserta didik di tempat penelitiannya yaitu SMA Negeri 9 Manado menggunakan gadget lebih dari 3 jam dalam sehari. Tidak sampai disitu saja, bahkan peserta didik menggunakan gadget saat pelajaran dengan sembunyi-sembunyi sekitar pukul 10.00 hingga 14.00 . Maka tidak heran jika hasil dalam penelitian tersebut menunjukkan adanya pengaruh penggunaan gadget saat pelajaran dengan prestasi belajarnya.

Tidak jauh beda dengan kondisi di SMA Negeri 3 Tuban yang akan dijadikan lokasi dalam penelitian ini. Peserta didik-siswi diperbolehkan membawa gadget di sekolah dengan syarat tidak diperbolehkan menggunakannya dalam kegiatan belajar mengajar. Guru BK menjelaskan bahwa “Peserta didik senang karena sekolah menyediakan wifi gratis dengan tujuan memudahkan peserta didik untuk mencari referensi materi pelajaran. Namun kenyataannya, tidak seluruh peserta didik menggunakan fasilitas wifi gratis untuk mencari referensi materi pelajaran namun menggunakannya untuk mengakses sosial media, youtube, bermain game online, dan belanja online”.

Fenomena dari dampak negatif penggunaan gadget secara berlebihan yang ada saat ini menjadi garapan pada pendidik khususnya konselor agar tujuan pendidikan dapat tercapai sebagaimana mestinya. Seperti yang dijelaskan dalam Prayitno & Amti (2004:29) bahwa sekolah dalam memenuhi misi yang telah dibuat perlu mengadakan penyelenggaraan kegiatan pendidikan dalam arti seluas-luasnya. Penyelenggaraan pengajaran yang kurang baik dikhawatirkan akan menjurus kepada pengembangan kemampuan

Menurut DePorter dkk (2013: 153) Peta pemikiran merupakan teknik pemanfaatan otak secara keseluruhan dengan menggunakan pengelihan dan menghubungkan garis untuk membentuk sebuah kesan. Teknik mencatat ini dikembangkan pada tahun 1970-an oleh Tony Buzan dan didasarkan pada riset tentang bagaimana cara kerja otak yang sebenarnya. Otak manusia sering kali mengingat informasi dalam sebuah bentuk dan perasaan. Peta pemikiran ini menggunakan teknik mengingat, pengelihan, dan sensorik untuk mengaitkan ide-ide. Peta ini dapat membangkitkan pikiran untuk memunculkan ide-ide dan memicu ingatan yang mudah. Teknik ini jauh lebih mudah daripada menggunakan teknik pencatatan tradisional karena akan mengaktifkan kedua belahan otak. Cara ini juga terbilang menyenangkan, menyenangkan, dan kreatif.



Kemudian menurut Gibson dan Mitchell (2010:275) bimbingan kelompok mengacu pada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi. Topik yang dibahas meliputi informasi pendidikan, pekerjaan, pribadi, atau sosial yang bertujuan untuk menyediakan bagi anggota-anggota kelompok informasi akurat yang dapat membantu mereka membuat perencanaan dan keputusan hidup yang tepat

Penerapan dalam bimbingan kelompok dilakukan peserta didik dapat mengelola penggunaan gadget dengan baik. Selain itu peserta didik dapat belajar dengan optimal melalui mind mapping dan mudah mengingat pelajaran yang telah diberikan. Maka dari itu diperlukan berbagai inovasi untuk menemukan keberhasilan suatu pembelajaran baik pada guru ataupun peserta didik. Salah satu inovasi yang dapat dilakukan merupakan dengan menerapkan teknik mind mapping (pemetaan pemikiran).

## Jenis Penelitian

104

terhadap variabel yang akan diteliti atau tidak. Menurut Sugiyono (2013: 72) penelitian eksperimen merupakan pendekatan penelitian kuantitatif yang berguna agar dapat mengetahui pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang dikendalikan. Dalam penelitian ini, akan melakukan pengujian perlakuan dengan menggunakan teknik mind mapping untuk mengelola penggunaan gadget pada peserta didik di sekolah

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimen semu (pre eksperiment design), dengan desain one group pre test-post test. Pada penelitian ini hanya mengambil satu kelompok, dan untuk mengukurnya dilakukan dua kali, yaitu sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test). One group pre-test and post-test design merupakan salah satu desain penelitian pra-eksperimen yang hanya mengambil satu kelompok subyek kemudian melakukan pengukuran sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

#### **Prosedur Penelitian**

Adapun prosedur pelaksanaan penelitian merupakan sebagai berikut:

1. Menentukan sekolah yang akan diambil sampel untuk dilakukan penelitian
2. Memilih satu kelompok yang digunakan sebagai subyek penelitian, yaitu kelas XI IPS 3 SMA Negeri 3 Tuban
3. Memberikan pre-test kepada peserta didik dengan menggunakan instrumen angket untuk mengukur intensitas penggunaan gadget peserta didik sebelum diberikan
4. Memberikan materi saat treatment dalam bimbingan kelompok dengan topik bahaya penggunaan gadget dan keterampilan belajar dengan menggunakan teknik mind mapping
5. Memberikan post-test dengan kembali memberikan angket untuk mengukur intensitas penggunaan gadget peserta didik di sekolah setelah diberikan teknik mind mapping
6. Memberikan jurnal harian penggunaan gadget kepada subyek dan untuk memantau perkembangan peserta didik selama penelitian
7. Membandingkan hasil dari pre-test dan post-test untuk mengetahui apakah penggunaan teknik mind mapping dapat meningkatkan kemampuan mengelola penggunaan gadget pada peserta didik
8. Menghitung hasil pre-test dengan menerapkan statistik rumus uji tanda untuk menentukan

hasil yang signifikan atau tidak antara sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan

#### **Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian yang akan dilakukan merupakan di SMA Negeri 3 Tuban yang beralamat di Jalan Manunggal Nomor 14 Tuban.

#### **Populasi dan Sampel**

Menurut Sugiyono (2012: 80) Populasi merupakan wilayah yang terdiri atas obyek/subyek yang memiliki kualitas serta karakteristik tertentu dan dapat ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Kemudian menurut Arikunto (2010: 173) Populasi merupakan keseluruhan dari subjek penelitian. Apabila seseorang akan melakukan penelitian ke seluruh elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa populasi merupakan wilayah keseluruhan subyek yang memiliki kualitas serta karakteristik untuk dijadikan sasaran penelitian. Adapun dalam penelitian yang akan dilakukan, populasinya merupakan seluruh peserta didik kelas XI IPS. Uji instrumen dilakukan pada peserta didik kelas XI IPS 1 sejumlah 32 peserta didik dan XI IPS 2 sejumlah 33 peserta didik.

Adapun dalam pengambilan sampel dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan non-probability sampling dengan teknik purposive sampling. Teknik purposive sampling menurut Sugiyono (2012: 85) merupakan teknik penentuan yang digunakan untuk memilih sampel berdasarkan pengetahuan seorang peneliti tentang populasi. Adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini merupakan peserta didik kelas XI IPS 3 yang hasil angket pengelolaan penggunaan gadget nya tidak produktif.

#### **Variabel dan Definisi Operasional**

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel bebas (independent) dan variabel terikat (dependen). Kedua variabel tersebut merupakan:

- 1) Variabel bebas (independen) merupakan variabel yang mempengaruhi variabel yang lainnya. Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah teknik mind mapping dalam bimbingan kelompok
- 2) Variabel terikat (dependen) merupakan variabel yang dipengaruhi karena adanya variabel bebas.

Adapun variabel bebas dalam penelitian ini merupakan mengelola penggunaan gadget pada peserta didik

Dapat disimpulkan dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu teknik Mind Mapping dalam bimbingan kelompok sebagai variabel bebas (X) dan mengelola penggunaan gadget pada peserta didik sebagai variabel terikat (Y).

Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah:

- 1) Teknik mind mapping dalam bimbingan kelompok

Teknik mind mapping dalam bimbingan kelompok merupakan teknik memanfaatkan keseluruhan otak dengan menggunakan pengelihatian dan garis-garis lainnya untuk membentuk sebuah kesan yang dilaksanakan dalam kelompok kecil yang terdiri antara 2-10 orang dan memiliki kesamaan masalah yang akan diselesaikan dalam kelompok secara bersama-sama

- 2) Mengelola penggunaan gadget pada peserta didik

Mengelola penggunaan gadget pada peserta didik merupakan suatu proses dalam menggunakan perangkat elektronik kecil yang memiliki berbagai fungsi dan manfaat. Proses tersebut meliputi sajian aplikasi, waktu penggunaannya, keberfungsian dan efektivitasnya.

#### Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah angket pre-test dan angket pro-test yang diberikan kepada peserta didik

**Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Angket**

| Variabel          | Indikator        | Prediktor              | Pernyataan  |             |
|-------------------|------------------|------------------------|-------------|-------------|
|                   |                  |                        | Positif     | Negatif     |
| Penggunaan gadget | Sajian Aplikasi  | a. Akses berita        | 1           | 6,7         |
|                   |                  | b. Jejaring sosial     | 8,9,11      | 15          |
|                   |                  | c. Hobi                | 18          | 21,22       |
|                   |                  | d. Hiburan             | 23,24,25,26 | 27          |
|                   | Waktu penggunaan | a. Pemanfaatan waktu   | 32,33,34    | 35,36,37,38 |
|                   |                  | b. Intensitas pengguna | 39,40       | 44          |

| Variabel               | Indikator     | Prediktor                            | Pernyataan |          |
|------------------------|---------------|--------------------------------------|------------|----------|
|                        |               |                                      | Positif    | Negatif  |
|                        | Keberfungsian | an                                   |            |          |
|                        |               | a. Pengguna an gadget                | 45,46,47   | 49,50,51 |
|                        |               | b. Pengguna an aplikasi dalam gadget | 52,53,54   | 56,57    |
|                        |               | c. Efek negatif                      | 58         | 61       |
|                        | Efek          | d. Efek positif                      | 66         | 67       |
| Jumlah item pernyataan |               |                                      | 22         | 18       |
| Total item pernyataan  |               |                                      | 40         |          |

#### Teknik Analisis Data

Dalam menganalisis data dalam sebuah penelitian dapat dilakukan menggunakan statistik parametrik dan non-parametrik. Dan dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan statistik non-parametrik karena subyek yang diteliti dalam jumlah kecil. Teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode uji tanda untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan.

Berikut adalah cara menganalisis menggunakan teknik tanda menurut Raksoatmodjo (2007:148-149) sebagai berikut:

1. Menentukan kriteria perbedaan. Apabila dalam bimbingan kelompok yang akan dilakukan mendapatkan perubahan setelah diberikan perlakuan maka dapat dinyatakan penelitian tersebut berhasil
2. Menentukan hipotesis:  
Ho : Tidak ada peningkatan kemampuan dalam mengelola gadget menggunakan teknik mind mapping dalam bimbingan kelompok sebelum dan sesudah perlakuan  
Ha : Ada peningkatan kemampuan dalam mengelola gadget menggunakan teknik mind mapping dalam bimbingan kelompok sebelum dan sesudah perlakuan

Kriteria tanda:

- a. Tanda positif (+) menunjukkan ada peningkatan dalam mengelola penggunaan gadget di sekolah dengan menggunakan teknik mind mapping
- b. Tanda negatif (-) menunjukkan tidak ada peningkatan dalam mengelola penggunaan gadget di sekolah dengan menggunakan teknik mind mapping
3. Menetapkan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$
4. Menyusun tabel yang berisi subyek, skor pre-test dan post-test, arah perbedaan, menentukan tanda positif atau negatif, dan memberikan keterangan
5. Menentukan frekuensi dari masing-masing tanda (+) dan (-). "N" menunjukkan jumlah tanda positif dan "r" menunjukkan negatif
6. Menentukan taraf signifikansi dengan tabel probabilitas binominal
7. Menentukan rumus keputusan
  - a.  $H_0$  ditolak apabila  $\alpha < p$  tabel
  - b.  $H_0$  diterima apabila  $\alpha > p$  tabel

## HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI

### Hasil

Hasil skor angket pre-test pengelolaan gadget di atas menunjukkan kondisi awal subjek sebelum mendapatkan perlakuan. Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa siswa dengan kategori tinggi (mampu mengelola penggunaan gadget) sebanyak 4 orang, kategori sedang (cukup mampu mengelola penggunaan gadget) sebanyak 22 orang dan kategori rendah (kurang mampu mengelola penggunaan gadget) sebanyak 7 orang. Dari 7 siswa dengan kategori rendah tersebut yang akan atau diberikan perlakuan berupa teknik mindmapping dalam bimbingan kelompok. Berikut ini adalah siswa yang menjadi subyek penelitian :

**Tabel 2. Subyek Penelitian**

| No. | Nama subyek | Skor | Kategori |
|-----|-------------|------|----------|
| 1   | AS          | 95   | Rendah   |
| 2   | EY          | 99   | Rendah   |
| 3   | IR          | 94   | Rendah   |
| 4   | LR          | 103  | Rendah   |
| 5   | RF          | 102  | Rendah   |
| 6   | WI          | 103  | Rendah   |
| 7   | ZM          | 94   | Rendah   |

Dalam pelaksanaan penelitian, dilakukan dalam 5 sesi pertemuan untuk memberikan perlakuan

dan penugasan kepada peserta didik yang menjadi sampel penelitian. Selain memberikan perlakuan berupa penerapan mind mapping dalam bimbingan kelompok, peserta didik juga di berikan jurnal harian selama perlakuan berlangsung, untuk memantau perkembangan peserta didik selama di rumah.

Setelah pemberian perlakuan, peserta didik kemudian diberikan angket post-test untuk mengukur keberhasilan penerapan teknik mind mapping untuk membantu siswa mengelola penggunaan gadget, adapun hasil post-test tersebut adalah :

**Tabel 3. Hasil Angket post-test**

| No. | Nama subyek | Skor Post-Tes | Kategori |
|-----|-------------|---------------|----------|
| 1   | AS          | 117           | TINGGI   |
| 2   | EY          | 117           | TINGGI   |
| 3   | IR          | 118           | TINGGI   |
| 4   | LR          | 118           | TINGGI   |
| 5   | RF          | 119           | TINGGI   |
| 6   | WI          | 106           | SEDANG   |
| 7   | ZM          | 110           | SEDANG   |

### Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis komparatif dua sampel berkorelasi dengan menggunakan statistik non-parametrik uji tanda, untuk menghitung skor sesudah dan sebelum pemberian perlakuan, maka di dapatkan hasil analisis skor angket yang diberikan pada siswa dengan pengukuran pre-test dan post-test dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4. Hasil Analisis Pre-test dan Post-test**

| N o.   | Subyek | Skor Post-test (Xa) | Skor Pre-test (Xb) | Arah Perbedaan | Selisi h (D) | Tanda | Ret       |
|--------|--------|---------------------|--------------------|----------------|--------------|-------|-----------|
| 1      | AS     | 117                 | 95                 | $X_a > X_b$    | 22           | +     | Meningkat |
| 2      | EY     | 117                 | 99                 | $X_a > X_b$    | 18           | +     | Meningkat |
| 3      | IR     | 118                 | 94                 | $X_a > X_b$    | 24           | +     | Meningkat |
| 4      | LR     | 118                 | 103                | $X_a > X_b$    | 15           | +     | Meningkat |
| 5      | RF     | 119                 | 102                | $X_a > X_b$    | 17           | +     | Meningkat |
| 6      | WI     | 106                 | 103                | $X_a > X_b$    | 3            | +     | Meningkat |
| 7      | ZM     | 110                 | 94                 | $X_a > X_b$    | 16           | +     | Meningkat |
| Jumlah |        | 805                 | 690                |                |              |       | 115       |

4. diketahui bahwa setiap subyek dalam penelitian mengalami kenaikan dalam mengelola penggunaan gadget, rata-rata perolehan hasil pre-test sebesar 98,57 sedangkan rata-rata hasil perolehan post-test sebesar 115. Selanjutnya rata-rata selisish hasil pre-test dan post-test sebesar 16,42 poin. Merujuk pada temuan Rahmawati:2017, Wicaksono:2013, Indraswari: 2013 yang ketiganya menunjukkan bahwa penerapan bimbingan kelompok dapat meningkatkan keterampilan bertanya pada siswa, meningkatkan kemampuan komunikasi

interpersonal siswa, dan meningkatkan kemampuan interaksi sosial siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa  $N=7$  ( $p$  tabel = 0,008) dan  $\alpha = 0,05$  dan dapat ditetapkan  $0,008 < 0,05$ . Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Maka hipotesis yang berbunyi penerapan teknik mind mapping dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola penggunaan gadget pada siswa kelas XI IPS di SMAN 3 Tuban diterima.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil angket kemampuan pengelolaan penggunaan gadget yang telah dilakukan sebagai *pre-test* diperoleh bahwa siswa dengan kategori tinggi (mampu mengelola penggunaan gadget) sebanyak 4 orang, kategori sedang (cukup mampu mengelola penggunaan gadget) sebanyak 22 orang dan kategori rendah (kurang mampu mengelola penggunaan gadget) sebanyak 7 orang. Dari 7 siswa dengan kategori rendah tersebut yang akan atau diberikan perlakuan berupa teknik *mindmapping* dalam bimbingan kelompok.

Dalam penelitian ini selain mengukur skor *pre-test* dan *post-test* juga didukung menggunakan jurnal aktifitas harian. Dimana jurnal diberikan kepada siswa setelah dilakukan treatment kemudian jurnal diisi oleh siswa setiap hari selama pemberian perlakuan awal hingga akhir. Dalam pengisian jurnal, siswa hanya mengisi aktifitas online diluar jam sekolah dan jurnal tersebut dikumpulkan setiap minggu setelah pemberian treatment. Tujuan pemberian jurnal harian adalah untuk memantau kegiatan online siswa agar dapat dilakuka perbaikan setiap minggunya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa  $N=7$  ( $p$  tabel = 0,008) dan  $\alpha = 0,05$  dan dapat ditetapkan  $0,008 < 0,05$ . Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Maka hipotesis yang berbunyi penerapan teknik mind mapping dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola penggunaan gadget pada siswa kelas XI IPS di SMAN 3 Tuban diterima.

## Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas dari penerapan teknik mindmapping dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan dalam mengelola penggunaan gadget pada siswa dapat diberikan saran yang ditujukan kepada pihak-pihak terkait, khususnya pelaksana dari bimbingan dan konseling itu sendiri. Saran tersebut meliputi:

1. Guru BK  
kompetensinya sehingga dapat memberikan performansi dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling yang lebih inovatif, efisien dan terbaru. Diharapkan pula teknik yang menjadi penelitian yang diambil dapat digunakan dengan lebih luas di sekolah sebagai suatu cara yang dapat digunakan untuyuk membantu siswa dalam mengelola penggunaan gadget.
2. Sekolah  
Sebagai tempat dari pelaksanaan bimbingan dan konseling diharapkan sekolah dapat terus meningkatkan dan memberikan sarana dan prasarana penunjang pelaksanaan bimbingan dan konseling, sehingga tujuan dari pelaksanaan bimbingan dan konseling itu sendiri dapat dicapai dengan maksimal.
3. Calon guru BK  
Saran yang diberikan kepada calon guru BK adalah dapat terus meningkatkan kompetensi diri dalam bimbingan dan konseling, sehingga dapat memberikan hal-hal yang lebih terbaru serta mendapatkan penemuan lainnya yang berguna bagi bimbingan dan konseling di sekolah dan bagi peserta didik/siswa itu sendiri

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA
- Buran, Anna & Andrey Filyokuv. 2015. *Mind Mapping Technique in Language Learning*. (Online) <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042815051435> diakses 26 Februari 2017
- Buzan, Tony. 2006. *Mind Maps At Work Cara Cemerlang Menjadi Bintang Di Tempat Kerja*. Jakarta: PT Gramedia
- Dahar, Ratna Wilis. 2011. *Teori-Teori Belajar & Pembelajaran*. PT GELORA AKSARA UTAMA
- Darmabrata, Galuh. 2018. *Kecanduan Smartphone, Begini Kondisi 2 Remaja di RS Jiwa Bondowoso* (Online) <http://www.liputan6.com/news/read/3230544/kecanduan-smartphone-begini-kondisi-2-remaja-di-rs-jiwa-bondowoso> diakses 2 April 2018
- DePorter, Bobbi dan Mike Hernacki. 2013. *Quantum Learning: Membiasakan Belajar Nyaman dan Menyenangkan*. Bandung: PT Mizan Pustaka.

- Fajrin, Okky Rachma. 2015. *Hubungan Tingkat Penggunaan Teknologi Mobile Gadget Dan Eksistensi Permainan Tradisional Pada Anak Sekolah Dasar*. (Online) <http://jmsos.studentjournal.ub.ac.id/index.php/jmsos/article/view/107> diakses 24 Februari 2017
- Harahab, Gabena. 2017. *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rasional Emotif Terapi Terhadap Ketergantungan Gadget Pada Peserta didik SMP Kelas VIII-2 Di Sekolah SMP N 17 Medan Tahun Ajaran 2016/2017*. Skripsi tidak diterbitkan. Medan: Universitas Negeri Medan
- Homyby, A.S. 2002. *Oxford Advanced Learner's Dictionary*: New York: Oxford University Press
- Indraswari, Fauziah Yuli. 2013. *Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Kerjasama Untuk Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Siswa Kelas X-1 SMA Negeri 3 Lamongan*. (Online) <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/3365/5649> diakses 26 April 2018
- Karunia, Nurlita Endah. (Online) <http://mendidikanakanak.blogspot.co.id/2015/12/cara-mengenalkan-gadget-secara-bijak.html> diakses 14 Mei 2017
- Kuseni, Ahmad. 2014. (Online) <http://jurnalmahapeserta.didik.unesa.ac.id/index.php/tag/8833/metode-mind-mapping> diakses 10 November 2017
- Lioni, Tara dkk. 2014. *Pengaruh Penggunaan Gadget Pada Peserta Didik Terhadap Interaksi Sosial*. (Online) <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/JKD/article/view/4220> diakses 8 Mei 2017
- Manumpil, Beauty dkk. 2015. *Hubungan Penggunaan Gadget dengan Tingkat Prestasi Peserta didik di SMA Negeri 9 Manado* (Online) <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/7646> diakses 4 September 2017
- Misterkonda. 2013 (Online) <https://misterkeydi.wordpress.com/2013/11/20/dampak-penggunaan-gadget-bagi-pelajar/> diakses 12 Mei 2017
- Nikmah, Astin. *Dampak Penggunaan Handphone Terhadap Prestasi Peserta didik*. (Online) <https://dispendik.surabaya.go.id/surabaya/abelajar/jurnal/199/5.7.pdf> diakses 24 Februari 2017
- Permendikbud 111 tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling
- Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMA). 2016. Ditjen Guru Dan Tenaga Kependidikan Kemdikbud
- Prayitno & Amti. 2004. *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- UU Sistem Pendidikan Nasional No 23 Tahun 2013
- Rahma, Arifah. 2015. *Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Aktifitas Kehidupan Peserta didik*. (Online) <http://www.e-jurnal.com/2016/03/pengaruh-penggunaan-smartphone-terhadap.html> diakses 24 Februari 2017
- Rahmawati, Nadia. 2017. *Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Keterampilan Bertanya Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Ponorogo*. (Online) <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/19866> diakses 26 April 2018
- Reksoatmodjo. 2007. *Statistik untuk Psikologi dan Pendidikan*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Rosciano, Annemarie. 2015. *The effectiveness of mind mapping as an active learning strategy among associate degree nursing students*. (Online) <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1557308715000050> diakses 26 Februari 2017
- Sativa, Rahma Lillahi. 2017. *Durasi Ideal Gunakan Gadget untuk Remaja*. (Online) <https://health.detik.com/read/2017/01/18/080251/3398677/1301/ini-durasi-ideal-gunakan-gadget-untuk-remaja> diakses 17 Oktober 2017
- Setia, Unoviana Kartika. 2016. *Ikuti Batasan Waktu Main Gadget Sesuai Usia*. (Online) <http://lifestyle.liputan6.com/read/2443922/ikuti-batasan-waktu-main-gadget-sesuai-usia> diakses 17 Oktober 2017
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Swadarma, Doni. 2013. *Penerapan Mind Mapping dalam Kurikulum Pembelajaran*. Jakarta: Kelompok Gramedia
- Wicaksono, Galih. 2013. *Penerapan Teknik Bermain Peran Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X Multimedia SMK IKIP Surabaya*. (Online) <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/in>

[dex.php/jurnal-bk-unesa/article/view/1935](http://dex.php/jurnal-bk-unesa/article/view/1935) diakses 26 April 2018

Wu, Ting-Ting dan An-Chi Chen. *Combining e-books with mind mapping in a reciprocal teaching strategy for a classical Chinese course*. (Online)  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0360131517301987> diakses 23 September 2017

