

PENINGKATAN KONTROL DIRI TERHADAP MEDIA SOSIAL MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DI SMA TAMANSISWA BINJAI

¹Fachrevi Prasetya Mulya Ginting Suka, ²Nurul Hasanah, ³Musa Sembiring

¹Mahasiswa STKIP Budidaya Binjai

¹fachreviginting@gmail.com

^{2,3}Dosen STKIP Budidaya Binjai

²nurul.psikologi07@gmail.com

³musa@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kontrol diri terhadap media sosial pada siswa Kelas XII IPS 1 SMA Taman Siswa Binjai. Jenis Penelitian ini adalah penelitian semu dengan pre dan posttest one group Design. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas XII IPS 1 dengan jumlah sebanyak 19 siswa. Instrument yang digunakan adalah skala kontrol diri siswa. Hasil analisis data menunjukkan bahwa pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kontrol diri terhadap media sosial pada siswa kelas XII SMA Taman Siswa adalah $P > 0,05$. Artinya bimbingan kelompok memberikan pengaruh terhadap kontrol diri terhadap media sosial pada siswa Kelas XII IPS 1 SMA Taman Siswa. Untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk meneliti teknik bimbingan kelompok pada variable lain seperti merokok, seks bebas, dan kecanduan gadget.

Kata kunci : kontrol diri, media social, bimbingan kelompok

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of group guidance services on self-control on social media in class XII IPS 1 SMA Taman Siswa Binjai. This research is quasi research with pre and posttest one group design. The sample of this research was students of class XII IPS 1 with a total of 19 students. The instrument used was the student's self-control scale. The results of data analysis show that the effect of group guidance services on self-control on social media in class XII SMA Taman Siswa is $P > 0.05$. This means that group guidance has an influence on self-control over social media in class XII IPS 1 SMA Taman Siswa. For further research it is recommended to examine group guidance techniques on other variables such as smoking, free sex, and gadget addiction.

Keywords: self control, social media, group counseling

I. PENDAHULUAN

Remaja merupakan suatu periode transisi dari masa anak-anak menjadi dewasa awal dan mencapai kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, 1992). Sunrock (1999) mengungkapkan remaja adalah masa transisi baik secara fisik, transisi secara intelektual serta transisi peran sosial. Dapat disimpulkan bahwa remaja adalah suatu masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa dengan batasan usia antara 10-20 tahun dengan menunjukkan kematangan fisik, psikologis, dan sosial. Dari masa peralihan

tersebut remaja menjadi relatif mandiri secara sosial.

Menurut Rice (dalam Gunarsa 2004) masa remaja adalah masa peralihan, ketika individu tumbuh dari masa anak-anak menjadi individu yang memiliki kematangan. Pada masa tersebut, ada dua hal penting menyebabkan remaja melakukan pengendalian diri. Tidak dapat dipungkiri bahwa media sosial mempunyai pengaruh yang besar dalam kehidupan seseorang. Seseorang yang awalnya kecil bisa menjadi besar dengan media sosial, atau sebaliknya.

Media sosial adalah media yang digunakan oleh konsumen untuk berbagi teks, gambar, suara, dan video informasi baik dengan orang lain maupun perusahaan dan *vice versa*. (Philip Kotler, 2016).

Saat ini berbagai jenis media sosial dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja hanya dengan menggunakan sebuah *mobile phone* (Philip Kotler, 2016). Dengan cepatnya orang bisa mengakses media sosial mengakibatkan terjadinya fenomena besar terhadap arus informasi tidak hanya di Negara-negara maju, tetapi juga di Indonesia. Karena kecepatannya media sosial juga mulai tampak menggantikan peranan media massa konvensional dalam menyebarkan berita-berita.

Munculnya situs-situs pertemanan (media sosial) yang kian digandrungi jutaan penduduk dunia ternyata juga mampu memicu pergeseran nilai-nilai sosial dalam masyarakat, khususnya remaja. Waktu yang dihabiskan untuk media sosial seringkali lebih banyak dibandingkan dengan waktu yang dihabiskan untuk belajar atau berkumpul bersama keluarga. Berbagai hal menjadi alasan media sosial begitu menarik bagi para remaja, beberapa alasannya yaitu mendapatkan perhatian. (Philip Kotler, 2016)

Pengaruh dari penggunaan media sosial sendiri sangat beragam, baik itu positif maupun dampak negatifnya. Dampak positif yang ditimbulkan antara lain dapat dengan mudah menjangkau pertemanan, dapat digunakan sebagai media promosi, sebagai media komunikasi dengan teman, dapat digunakan sebagai alternatif untuk mencari informasi baik itu berita terkini, pendidikan teknologi serta dapat memperluas jaringan pertemanan diantara siswa (Rohmadi, 2016).

Terdapat pula dampak negatif yang ditimbulkan terutama dengan terlalu sering mengakses sosial media yaitu: kurangnya sosialisasi dengan lingkungan sekitar, adanya akun palsu, adanya perilaku negatif dan menyebarkan virus (Media sosial memiliki

dampak signifikan pada sosialisasi. Banyak yang menyadari, pengguna yang mengabaikan aktifitas sosial dan kegiatan waktu luangnya. Tapi tidak mampu keluar dari jeratan dunia virtual.

Seperti siswa-siswi di sekolah Taman Siswa terdapat yang telah gagal mengontrol dirinya dalam penggunaan media sosial ini disebabkan karena mereka merasa bahwa tidak ada teman dan tidak ada dukungan dari keluarga yang memberi perhatian kepadanya dan juga disebabkan karena adanya faktor penyebab para siswa-siswi tersebut tidak dapat mengontrol diri dalam penggunaan media sosial. Selain itu karena dalam penggunaan media sosial tersebut biasanya mereka tidak pernah peduli dengan segala apapun baik dengan waktu, makan, aktivitas yang lain bahkan tugas-tugas sekolahnya karena bagi mereka bermain media sosial adalah sesuatu hal yang sangat menyenangkan dari pada melakukan segala hal yang dianggapnya tidak terlalu penting.

Adanya kontrol diri ini diharapkan remaja mampu untuk menahan gejolak emosi dan diri terhadap rangsangan yang dilakukan oleh orang-orang di sekitarnya. Kontrol diri adalah kemampuan untuk menekankan atau untuk mencegah tingkah laku yang menurut kata hati atau semauanya (Anshari, 2006). Kontrol diri adalah keyakinan individu bahwa tindakannya akan mempengaruhi perilakunya dan individu sendiri yang dapat mengontrol perilaku tersebut (Wallstons, 2002). Menurut (Chaplin, 2002) kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif.

Untuk meningkatkan kontrol diri pada remaja yaitu dengan memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling. Salah satu layanan yang dapat digunakan adalah layanan bimbingan kelompok. Keunggulan yang diberikan oleh layanan kelompok bukan hanya menyangkut aspek efisiensi. Dinamika

perubahan yang terjadi ketika layanan ini berlangsung juga akan menarik perhatian. Dalam layanan kelompok, interaksi antar individu anggota kelompok merupakan suatu yang khas, yang tidak mungkin terjadi pada layanan perorangan. Dengan interaksi sosial yang intensif dan dinamis selama layanan tersebut berlangsung, diharapkan tujuan-tujuan layanan dapat tercapai lebih mantap.

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang terus menerus dari seorang pembimbing yang telah dipersiapkan kepada individu yang membutuhkannya dalam rangka mengembangkan seluruh potensi yang dimilikinya secara optimal dengan menggunakan berbagai macam media dan teknik bimbingan dalam rangka suasana asuhan yang normatif agar tercapai kemandirian sehingga individu dapat bermanfaat baik bagi dirinya maupun bagi lingkungannya.

II. METODE PENELITIAN

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMA TAMAN SISWA BINJAI yang beralamat di Jalan Sultan Hasanuddin No. 22 Kecamatan Binjai Kota Sumatera Utara 20741. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Quasi Experimen*. Eksperimen semu sesungguhnya hampir mendekati percobaan sungguhan atau eksperimen murni., namun pada eksperimen quasi tidak mungkin memanipulasi semua variabel yang relevan. Morisson (2007) mengelompokkan quasi eksperimental design dalam beberapa bentuk (form) salah satu yang digunakan adalah one-group pretest-posttest design, yaitu adanya suatu kelompok yang diberi perlakuan/treatment dengan didahului pretest sebelum perlakuan dan posttest setelah perlakuan.

Populasi dalam penelitian adalah siswa kelas XII-IPS 1 Taman Siswa Binjai. Menurut Kenth (2008) bahwa populasi adalah seluruh koleksi orang atau unsur-unsur lain dimana peneliti akhirnya, atau populasi adalah jumlah

yang harus diamati dalam penelitian. Sedangkan menurut Sukmadinata mengemukakan bahwa populasi adalah kelompok besar wilayah menjadi lingkup penelitian kita.

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 19 siswa. Hal ini sesuai dengan pendapat Sugiyono (2010) yang memberi pengertian bahwa sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Dan Arikunto (2011), yang mengatakan bahwa “apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih. Dikarenakan populasi 19 siswa maka sampel yang akan diambil adalah keseluruhan dari populasi yaitu sebanyak 19 orang siswa dari total keseluruhan populasi

Untuk memudahkan pengumpulan data agar pekerjaan lebih mudah dan hasilnya lebih baik, lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah, penulis akan menggunakan skala. Skala digunakan karena dapat menghemat waktu dan dapat menghimpun data atau informasi yang dibutuhkan dengan waktu yang relatif singkat. Setiap responden akan menerima pertanyaan dan kemungkinan jawaban yang sama, hal ini akan memudahkan penulis untuk mengelola dan menganalisis data yang diperoleh.

Untuk menguji instrument peneliti menggunakan Uji Validitas dan uji Hasil Reliabilitas. Sedangkan untuk teknik analisa data digunakan teknik analisis dan statistik deskriptif. Data yang telah terkumpul dianalisa dengan menggunakan teknik statistik. Analisa data dilakukan dengan bantuan program komputer. Langkah-langkah analisa data sebagai berikut :

a. Uji Normalitas

Pada uji normalitas ini menggunakan teknik liliefors, uji persyaratan yang dilakukan pada penelitian ini yaitu uji normalitas ini

teknik Kolmogorov Smirnov, dilakukan dengan cara membandingkan koefisien Asymp.Sig atau Pvalue dengan taraf 0,05 (taraf signifikansi) maka :

1. Jika Asymp.Sig atau P-value lebih besar dari 0,05, maka data berasal dari populasi yang berdistribusi normal.
2. Jika Asymp.Sig atau P-value lebih kecil dan besar sama dari 0,05, maka data berasal dari populasi yang berdistribusi tidak normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas varians dilakukan dengan uji levene, untuk menentukan apakah varians dari kelompok yang di bandingkan homogen atau tidak didasarkan pada P-value. Apabila koefisien P-value lebih besar dari 0,05 maka varians dari kelompok yang dibandingkan dinyatakan tidak signifikan yang berarti bahwa varians homogens. Sebaliknya apabila koefisien P-value lebih kecil dari 0,05 maka varians dari kelompok yang dibandingkan dinyatakan signifikan yang berarti bahwa varians tidak homogen.

c. Uji Hipotesis

Pengujian hopotesis untuk melihat adanya pengaruh layanan informasi terhadap perencanaan karis siswa, dianalisis dengan menggunakan t-test (uji t) atau uji *paired sample test*, dibantu dengan menggunakan SPSS versi 20.

Rumus yang digunakan adalah :

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{s \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}} \text{ dengan } S^2 = \frac{(n_1-1)S_1^2 + (n_2-1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2}$$

Keterangan:

\bar{x}_1 : nilai rata-rata setelah perlakuan

\bar{x}_2 : nilai rata-rata sebelum perlakuan

n_1 : jumlah siswa setelah perlakuan

n_2 : jumlah siswa sebelum perlakuan

S_1^2 : Varian kelompok setelah perlakuan

S_2^2 : Varian kelompok sebelum perlakuan

S^2 : Varian gabungan

s : Simpangan baku

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah semua variabel berdistribusi normal atau tidak. Untuk mengetahui normal tidaknya jika sig>0,05 maka normal, dan jika sig <0,05 dapat dikatakan tidak normal. Hasil perhitungan yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 1 Hasil Data Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		PRE TEST	POST TEST
N		19	19
Normal	Mean	104,05	106,53
Parameters ^{a,b}	Std. Deviation	9,727	11,457
Most Extreme Differences	Absolute	,206	,289
	Positive	,126	,177
	Negative	-,206	-,289
Kolmogorov-Smirnov Z		,898	1,260
Asymp. Sig. (2-tailed)		,396	,083

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa data *pre-test* dan *post-test* dari hasil analisis memiliki nilai sig >0,05, dari hasil uji *pre-test* 0,396 dan hasil *post-test* 0,083, maka dapat disimpulkan kelompok data tersebut berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas digunakan untuk mengetahui tingkat kesamaan varians antara dua kelompok yaitu sebelum dan sesudah, untuk menerima atau menolak hopotesis dengan membandingkan sig>0,05. Hasil uji homogenitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2 Hasil Data Uji Homogenitas
Test of Homogeneity of Variances

POSTEST			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,936	3	10	,459

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa data dari hasil analisis skala Pre-test dan Post-

test memiliki nilai $\text{sig} > 0,05$ dari hasil uji pre-test dan post-test maka dapat disimpulkan kelompok data pre-test dan post-test tersebut bersifat homogen.

3. Uji Hipotesis (Uji-t)

Penguji dilakukan bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh kedua variabel tersebut. Kesimpulan penelitian dinyatakan signifikan apabila $p < 0,05$, berikut tabel perbedaan skor hasil dari pengujian tersebut

Tabel 3 Tabel Hasil Perbedaan skor pre-test dan post-test

Tabel 4 Hasil data uji Hipotesis (uji T)

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest	119,32	19	3,233	,742
	posttest	161,95	19	3,325	,763

Berdasarkan tabel nilai rata-rata yang diperoleh dari hasil penelitian pada kelompok pre-test 119,32 dan nilai rata-rata post-test 161,95 sehingga mengalami peningkatan 42, dengan jumlah N 19.

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PRETEST - POSTEST	-42,632	4,450	1,021	-44,776	-40,487	-41,760	18	,000

Berdasarkan tabel diatas, penguji hipotesis digunakan untuk melihat adanya peningkatan pada pre-test dan post-test dari Peningkatan kontrol diri dalam penggunaan media sosial melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XII IPS-1. Pengujian hipotesis berpatokan pada kolom sig (2 tailed) sebesar 0,000. Yang nilai signifikannya lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), yang artinya dapat disimpulkan terdapat peningkatan skor pada kelompok pre-test dan post-test dari Peningkatan kontrol diri dalam penggunaan media sosial melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XII IPS-1

Berdasarkan hasil uji *paired sampel statistic* diketahui rata-rata *pre-test* 119,32 dan *post-test* 161,95, dengan jumlah N 19, Serta nilai signifikannya kurang dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa peningkatan sangat signifikan atau terdapat peningkatan layanan

Bimbingan kelompok studi lanjut terhadap kontrol diri dalam penggunaan media sosial siswa SMA Taman Siswa Binjai.

Hasil penelitian dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian yang mana hipotesis penelitian adalah :

Ho : Tidak ada pengaruh signifikan dari Bimbingan Kelompok terhadap Peningkatan Kontrol diri dalam penggunaan media sosial pada siswa kelas XII IPS-1 SMA Tamansiswa Binjai Tahun Pelajaran 2020/2021

Ha : Ada pengaruh signifikan dari Bimbingan Kelompok terhadap Peningkatan Kontrol diri dalam penggunaan media sosial pada kelas XII IPS-1 SMA Tamansiswa Binjai Tahun Pelajaran 2020/2021

Maka dari itu Ho ditolak Ha diterima dikarenakan nilai hasil uji-t $P < 0,05$ yaitu ($0,00 < 0,05$) jadi berdasarkan hasil kesimpulan terdapat pengaruh signifikan dari Layanan Bimbingan kelompok terhadap Peningkatan

kontrol diri dalam penggunaan media sosial pada siswa kelas XII IPS-1 SMA Tamansiswa Binjai Tahun Pelajaran 2020/2021.

Artinya sebelum dilakukan Layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan kontrol diri dalam penggunaan media sosial, siswa memiliki kontrol diri yang rendah tetapi setelah diberikan layanan bimbingan kelompok terhadap kontrol diri, siswa mengalami peningkatan yaitu dapat memiliki kontrol diri yang lebih baik.

Penelitian sejenis juga dilakukan Rizka Aristyana Mirawan (2017) dengan judul Peningkatan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan media Sosial Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management pada Siswa MTs Nu Tamrinut Thullab Undaan Kudus. Hasil penelitian ini adalah Terjadi Peningkatan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial mulai dari Pra Siklus skor rata-rata 11 kategori kurang, Siklus I skor rata-rata 14 masih dalam kategori Kurang dan Siklus II skor rata-rata 22 dalam kategori Baik. Hasil penelitian aktivitas siswa pada Siklus I skor rata-rata 58 (Cukup) dan pada Siklus II skor rata-rata 81 (Baik). Dengan demikian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management Strategi Ganjar Diri dapat meningkatkan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Media Sosial.

Penelitian lain yang juga dilakukan Sys Maf'qahul Umi,dkk. (2018) dengan judul Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Terhadap Kontrol Diri Siswa Dalam Penggunaan Handphone Kelas Xi SMA Mardisiswa. Hasil analisis skala kontrol diri dalam penggunaan *handphone* pada kelompok eksperimen dengan menggunakan uji-*t* hasil *post-test* menunjukkan rata-rata kelompok eksperimen sebesar 70,2 dan kelompok kontrol 49. Sehingga terjadi peningkatan rata-rata pada kelompok eksperimen sebesar 21,2. Pada penghitungan uji-*t* diperoleh hasil $t_{hitung} (7,46) > t_{tabel} (2,048)$, maka hipotesis kerja (H_a) diterima dan

hipotesis nihil (H_o) ditolak. Disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* berpengaruh terhadap kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* kelas XI SMA Mardisiswa.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang sangat signifikan antara layanan bimbingan kelompok dengan Peningkatan kontrol diri dalam penggunaan media sosial, hal ini dibuktikan dengan nilai hasil koefisien korelasi yang menunjukkan angka 161,95 dengan sig 0,05 dimana $p < 0,05$. Artinya semakin tinggi layanan bimbingan kelompok maka semakin baik kontrol diri siswa tersebut. Sebaliknya, semakin rendah layanan bimbingan kelompok maka kontrol diri pada siswa semakin rendah.

Penelitian yang dilakukan oleh Anisha Julianti (2017) dengan judul Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Self Control Dalam Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Kelas Vii 9 Di Mts Al-Jam'iyatul Washliyah Tembung, berkesimpulan bahwa pada hasil prasiklus diperoleh persentase 40% dan mengalami peningkatan 20% di siklus I dengan hasil persentase 60% dan di siklus II layanan 6 yang diberikan oleh peneliti mengalami peningkatan 30% dan mampu mencapai persentase 90%. Hal ini menunjukkan bahwa Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan self controlsiswa mempunyai pengaruh yang signifikan dalam mengurangi perilaku agresif melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII-9 MTs Al-Jam'iyatul Washliyah Tembung.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Setelah melihat hasil penelitian khususnya bagi peningkatan kedisiplinan siswa, maka diharapkan pihak sekolah terutama konselor sekolah atau guru bk sekolah untuk menindaklanjuti dan meningkatkan penggunaan layanan bimbingan kelompok sesuai dengan kebutuhan siswa. Dari hasil analisis penelitian ini membuktikan bahwa perlunya kerja maksimal guru bk untuk memberikan bimbingan dengan layanan bimbingan kelompok sehingga hasilnya dapat membantu siswa dalam meningkatkan kontrol diri dalam penggunaan media sosial.

2. Bagi Siswa

Diharapkan siswa agar lebih terbuka terhadap konselor atau guru bk sekolah. Keterbukaan ini akan lebih membantu konselor atau guru bk sekolah untuk memberikan layanan bimbingan konseling, sehingga benar-benar mencapai sasaran

3. Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti lain yang tertarik meneliti tentang layanan bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan siswa diharapkan untuk mencari teori yang lebih baik dan diharapkan juga untuk memperhatikan variabel lainnya yang memiliki hubungan yang lebih kuat dengan variabel yang hendak diteliti, serta dapat melakukan uji coba skala dengan jumlah item yang lebih banyak lagi, dengan responden berbeda dan jumlah responden yang lebih banyak sehingga tidak banyak item yang gugur.

DAFTAR PUSTAKA

Anshari, H.M. H. 2006. *Kamus psikologi*. Surabaya: Usaha Nasioanal.

Arikunto, Suharsimi. 2011. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik..* Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Chaplin. J.P. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Cetakan Keenam. Penerjemah : Kartiko, K. Jakarta : PT. Raja Grafiika Persada.

Gunarsa, S.D. 2004. *Dari Anak Sampai Usia Lanjut*. Jakarta: PT. BPK. Gunung Mulia.

Julianti, Anisha, (2017) *Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Sef Control Dalam Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Kelas Vii 9 Di Mts Al-Jam''iyatul Washliyah Tembung*. Skripsi. Medan : Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UINSU

Kotler, Philip dan Kevin Lane Keller. 2016. *Marketing Management15thEdition*. New Jersey: Pearson Pretice Hall, Inc.

Mirawan, Rizka Aristyana. 2017. *Peningkatan Kontrol Diri Terhadap Penggunaanmedia Sosial Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management pada Siswa MTs Nu Tamrinut Thullab Undaan Kudus*. Skripsi. Kudus: FKIP Universitas Mulia Kudus

Rohmadi, Arif. 2016. *Tips Produktif Ber-Social Media*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

Sugiyono. 2010, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Penerbit Alfabeta.

Umi, Sys Maf'qul,dkk. 2018. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Terhadap Kontrol Diri Siswa Dalam Penggunaan Handphone Kelas XI SMA Mardisiswa*. Jurnal Empati. Vol.5, No. 1