



Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik yang Kecanduan *Smartphone* di SMAN 1 Linggo Sari Baganti

Aulia Putri Anjani^{1*}, Rici Kardo², Mori Dianto³

¹⁻³ Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas PGRI Sumatera Barat, Indonesia

Email: auliaputrianjani004@gmail.com¹, ricikardo66@gmail.com², moridianto25@gmail.com³

*Penulis Korespondensi: auliaputrianjani004@gmail.com

Abstract. *This study was motivated by the rising use of smartphones among students; excessive use can lead to addiction and impact the educational process, particularly learning motivation. The study aimed to: 1) Determine the learning motivation levels of students addicted to smartphones prior to receiving group guidance services (pre-test). 2) Determine the learning motivation levels of students addicted to smartphones after receiving group guidance services (post-test). 3) Analyze the effectiveness of group guidance services in improving the learning motivation of students addicted to smartphones at SMAN 1 Linggo Sari Baganti. An experimental method was employed. The study population consisted of 35 students, with a sample of 12 students selected using purposive sampling a technique involving specific selection criteria. A Likert-scale questionnaire served as the research instrument, and the t-test was used for data analysis. The results showed that: 1) Before the group guidance intervention, students' smartphone addiction levels were high, while their learning motivation was in the "fairly high" category; 2) After the intervention, both smartphone addiction and learning motivation levels fell into the "low" category; 3) There was a significant difference in smartphone addiction and learning motivation levels between the pre-test and post-test stages. This study provides valuable insights for students, helping them modify or eliminate excessive smartphone usage habits. Furthermore, students demonstrated changes in learning behaviors, such as improved time management and concentration. Following this study, guidance counselors can utilize group guidance to address smartphone addiction and learning motivation issues, while the school can facilitate the necessary infrastructure and resources for guidance and counseling services..*

Keywords: *Group Guidance; Implementation of Services; Learning Motivation; Smartphone Addiction; Students.*

Abstrak. Penelitian ini dilatar belakangi oleh meningkatnya penggunaan *smartphone* di kalangan peserta didik yang apabila digunakan secara berlebihan dapat berkembang menjadi kecanduan dan berdampak terhadap proses pendidikan, khususnya motivasi belajar. Tujuan dari penelitian untuk: 1) Mengetahui tingkat motivasi belajar peserta didik yang mengalami kecanduan *smrtphone* sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok (*pretes*). 2) Mengetahui tingkat motivasi belajar peserta didik yang mengalami kecanduan *smartphone* setelah diberikan layanan bimbingan kelompok (*postes*). 3) Menganalisis efektivitas penerapan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik yang mengalami kecanduan *smrtphone* di SMAN 1 Linggo Sari Baganti. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen. Populasi penelitian ini melibatkan 35 orang peserta didik. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 12 orang peserta didik. Teknik pengambilan sampel ini dilakukan dengan teknik *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Instrumen penelitian berupa angket skala *likert* dan teknik analisis data yang digunakan adalah uji-t. Hasil penelitian ini menunjukkan : 1) Motivasi dan kecanduan *smrtphone* peserta didik sebelum pelaksanaan bimbingan kelompok berada pada kategori cukup tinggi, 2) Motivasi dan kecanduan *smrtphone* peserta didik sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok berada pada kategori rendah 3) Terdapat Motivasi dan kecanduan *smrtphone* peserta didik sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan perlakuan bimbingan kelompok. Penelitian ini menambah wawasan penting bagi peserta didik untuk dapat mengubah dan menghilangkan perilaku penggunaan *smrtphone* secara berlebihan Selain itu, peserta didik menunjukkan perubahan dalam perilaku belajar, seperti lebih mampu mengatur waktu dan meningkatkan konsentrasi. Setelah melakukan penelitian ini guru BK dapat memanfaatkan bimbingan kelompok untuk mengurangi motivasi belajar dan kecanduan *smrtphone* peserta didik, dan sekolah turut serta memfasilitasi sarana prasarana layanan bimbingan dan konseling.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok; Kecanduan *Smartphone*; Motivasi Belajar; Penerapan Layanan; Peserta Didik.

1. LATAR BELAKANG

Pendidikan yang benar serta dilaksanakan sesuai dengan ketentuan yang berlaku akan menjadikan peserta didik mampu berfikir dengan jernih, bersikap kritis dan bertanggung jawab dalam mengambil Keputusan. Melalui proses pembelajaran yang terarah peserta didik tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga dapat menentukan karakter, etika, dan keterampilan sosial. Namun pada kenyataannya perkembangan teknologi khususnya penggunaan smartpone yang semakin masif telah terbawa tantangan baru dalam dunia Pendidikan, kecanduan smartphone pada peserta didik sering kali menyebabkan menurunnya motivasi belajar, kurangnya konsentrasi saat pembelajaran, serta berkurangnya interaksi social secara langsung (Ardiyantoro et al., 2026).

Menurut Prayitno (2011:14). Namun realita yang terjadi walaupun ada guru pembimbing di sekolah masing-masing dan sudah melaksanakan proses konseling tetapi masih banyak peserta didik yang menjadikan smartphone bukan hanya sebagai sumber informasi dan alat komunikasi tetapi juga sebagai sumber untuk mencari sesuatu yang berbau porno, hal inilah yang menjadikan makna yang ada pada teknologi menjadi hanya sebagai pencarian informasi yang masih sangat sederhana, padahal dengan adanya teknologi informasi justru menjadikan seseorang semakin tahu akan perkembangan yang ada, tidak hanya bersifat lokal, namun mampu untuk menjangkau lebih jauh lagi. Kondisi tersebut tentu dapat memberikan pengaruh terhadap proses belajar peserta didik, terutama dalam menumbuhkan dan mempertahankan motivasi belajar (Hayon et al., 2026).

Motivasi yang berasal dari dalam diri seseorang, motivasi ini kerap disebut dengan istilah motivasi intrinsik sedangkan motivasi yang berasal dari luar kerap disebut sebagai motivasi ekstrinsik (A.M. Sardiman 2005:90), peserta didik yang memiliki motivasi tinggi dalam proses belajar akan menunjukkan beberapa ciri yang menjadi karakteristik tersendiri diantara peserta didik lainnya, yaitu memiliki ketekunan dalam belajar dan tugas, keuletan menghadapi kesulitan, menunjukkan ketertarikan dalam belajar, serta kemandirian dalam belajar, serta kemandirian dalam belajar. Dengan demikian, penggunaan smartphone yang tidak terkontrol dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi menurunnya motivasi belajar peserta didik.

Janju hartanti (2022:11) menjelaskan konseling kelompok merupakan pelaksanaan proses konseling yang dilakukan antara seorang konselor profesional dan beberapa klien sekaligus dalam kelompok kecil. Sementara menurut Gazda, konseling kelompok merupakan hubungan antara beberapa konselor dan beberapa klien yang berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari. Layanan konseling kelompok dapat dimaknai sebagai suatu upaya

pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalahmasalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan primadona di sekolah artinya layanan semestinya dijadikan sarana untuk meningkatkan keterampilan siswa karena pada layanan ini terdapat dinamika kelompok. Salah satu keterampilan yang penting adalah keterampilan berargumentasi, melalui bimbingan kelompok terjadi dinamika kelompok yang dapat menambah wawasan anggota kelompok untuk menjadi lebih bijaksana dalam berkomunikasi. Keterampilan berkomunikasi penting karena pada zaman modern komunikasi adalah sarana untuk menjalin persahabatan bahkan persatuan dan kesatuan bangsa. Ini sesuai dengan penelitian Purwanti (2010:155).

Ramadhani, Irfai, dan Arsyad (2020:291) menyatakan bahwa salah satu dampak negatif dari penggunaan smartphone yaitu mampu menyebabkan perilaku peserta didik kurang baik, apabila dalam penggunaannya tidak ada pengawasan yang tepat dari orang tua. Penggunaan yang berlebihan dalam penggunaan smartphone yang dilakukan peserta didik biasanya dipergunakan untuk bermain. Griffiths (2011, dalam Putri, 2018) mengungkapkan bahwa kecanduan smartphone adalah penggunaan yang terlalu lama dalam menggunakan smartphone sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari penggunanya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk potensi intelektual, emosional, sosial, spiritual, dan moral peserta didik agar mampu berkembang secara optimal. Namun, perkembangan teknologi khususnya smartphone selain memberikan manfaat, juga membawa dampak negatif apabila digunakan secara berlebihan. Salah satu dampak yang sering terjadi pada peserta didik adalah kecanduan smartphone yang dapat menurunkan motivasi belajar, mengurangi konsentrasi saat proses pembelajaran, serta menghambat interaksi sosial secara langsung. Rendahnya motivasi belajar tentu akan berdampak pada pencapaian hasil belajar peserta didik. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang tepat untuk membantu peserta didik mengatasi permasalahan tersebut. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui layanan bimbingan kelompok, karena melalui dinamika kelompok peserta didik dapat saling berbagi pengalaman, meningkatkan kontrol diri, membangun kesadaran dalam penggunaan smartphone, serta menumbuhkan kembali motivasi belajar. Dengan demikian, penerapan bimbingan kelompok diharapkan mampu menjadi solusi dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik yang mengalami kecanduan smartphone.

Berdasarkan observasi awal bulan Juli sampai Desember 2025 di SMAN 1 Linggo Sari Baganti selama pelaksanaan PLBK Sekolah melalui pengamatan, adanya peserta didik yang

mengalami kecanduan smartphone karena anak kurang pengawasan dari orang tua nya sehingga iya sulit dalam mengontrol dalam bermain smartphonenya para peserta didik sering menggunakan smartphone tanpa iya menyadari efek dari ketergantungan terhadap smartphone tersebut, peserta didik dapat menggambarkan diri mereka sebagai orang yang kecanduan. Handphone yang digunakan pun beragam, mulai dari yang hanya dapat melakukan komunikasi secara terbatas (telepon dan sms) sampai dapat mengakses internet (smartphone). Tanpa disadari penggunaan smartphone (ponsel pintar) dalam kehidupan kita telah memasuki taraf kecanduan yang luar biasa dan sebagian besar telah bergantung pada benda ini.

Dari pembahasan tersebut, bisa dilihat berdasarkan kondisi yang dikemukakan diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Penerapan bimbingan kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik yang kecanduan smartphone di SMA N 1 Linggo Sari Baganti.

2. KAJIAN TEORITIS

Bimbingan Kelompok

Menurut Lukas pangestu adityawarman, awik hidayati, dan Muhammad arief maulana (2020:169) bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang dilakukan secara berkelompok dimana sejumlah peserta didik memperoleh pembahasan dari narasumber tertentu (konselor/pembimbing) ini dapat berguna untuk peserta didik agar berguna untuk kehidupan sehari-hari baik untuk individu maupun pelajar agar dapat dengan mudah untuk mempertimbangkan dalam mengambil suatu keputusan. Sehingga dapat membantu peserta didik dalam mengambil keputusan untuk perencanaan karir dimasa depan dan dapat menyesuaikan minat dan bakatnya serta sesuai dengan cita-citanya.

Menurut Hartanti (2022:13-14) secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan. Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para peserta didik.

Motivasi Belajar

Menurut pendapat suharni (2021:175) motivasi belajar secara etimologis, motif berasal dari bahasa latin *movere* yang berarti bergerak. Motif dapat dipahami sebagai dorongan dalam diri seseorang yang mengarah pada tujuan tertentu. Berdasarkan berbagai pendapat para ahli, istilah motif dan motivasi pada dasarnya memiliki makna yang hampir sama.

Fungsi Motivasi belajar menurut suharni (2021:182) mempunyai fungsi yang penting dalam belajar, karena motivasi akan menentukan intensitas usaha belajar yang dilakukan siswa.

Kecanduan Smartphone

Menurut Halim & Dariyano (2016 : 110) *smartphone* ialah sikap atau perilaku yang sangat ketergantungan terhadap *smartphone* yang jelas hal tersebut akan menyebabkan dampak yang sangat tidak baik bagi penggunaanya. Sementara itu menurut Pandey (2019:20) yang juga mengatakan hal yang sama yaitu *smartphone* apabila seseorang tidak dapat mengatur atau tidak memiliki keinginan untuk membawa *smartphone* pada hal yang diinginkan atau pada hal yang menimbulkan nilai yang baik, dan sering kali merasa terganggu jika tidak memegang *smartphone* walaupun hanya sekejap saja dan merasa tidak nyaman jika tidak adanya *smartphone* pada dirinya.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu dan penelitian ini juga menggunakan Pre-Eksperimental Designs dengan metode One Group Pretest-Posttest Design. Populasi pada penelitian ini adalah peserta didik kelas X Fase E yang berjumlah 35 orang peserta didik, yang terdiri dari 12 jumlah peserta didik laki-laki dan 23 jumlah peserta didik perempuan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik purposive sampling. Sampel pada penelitian ini berjumlah 12 orang peserta didik kelas X Fase E di SMAN 1 Linggo Sari Baganti yang dipilih secara heterogen. Instrumen penelitian berupa angket skala *likert* dan teknik analisis data yang digunakan adalah uji-t.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan uji untuk mengukur apakah data memiliki distribusi normal sehingga dapat dipakai dalam statistic parametrik. Uji normalitas dilengkapi dengan uji statistik menggunakan uji Kolmogorov Smirnov dengan taraf signifikansi 0,05. Pengambilan keputusan berdasarkan kriteria data dinyatakan berdistribusi normal, jika nilai signifikansi $> 0,05$ sebaliknya data dinyatakan tidak berdistribusi normal, jika nilai signifikansi $< 0,05$. Untuk menguji normalitas dilakukan dengan pengolahan data dengan menggunakan program SPSS Versi 25.0 hasil uji normalitas dapat dilihat pada Tabel berikut:

Tabel 1. Uji Normalitas.

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pretest motivasi belajar	.251	12	.036	.898	12	.148
posttest motivasi belajar	.154	12	.200*	.955	12	.710

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui nilai signifikan *pre test* sebesar $0.148 > 0,05$ dan nilai signifikan *post test* sebesar $0.710 > 0,05$ dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

b. Rekapitulasi Hasil Penelitian

Penerapan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik yang kecanduan smartphone di SMA N 1 Linggo Sari Baganti dapat dilihat melalui rekapitulasi hasil penelitian sebelum dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok berikut:

Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Penelitian.

Variabel	Indikator	Jumlah Persentase (%)				
		Sangat Rendah	Rendah	Cukup Tinggi	Tinggi	Sangat Tinggi
		<i>Pretest Motivasi Belajar</i>				
	1. Mandiri dalam belajar	0,00%	0,00%	75,00 %	25,00 %	0,00%
	2. Tidak suka rutinitas monoton	0,00%	0,00%	0,00%	33,33 %	66,67 %
	3. Mempertahan	0.00%	25.00%	16.67	50,00	8.33%

Motivasi Belajar	kan pendapat			%	%	
	4. Konsisten pada keyakinan	0,00%	0,00%	8,33%	83,33%	8,33%
	5. Suka memecahkan masalah	0,00%	0,00%	58,33%	41,67%	0,00%
	Posttest Motivasi Belajar					
	1. Mandiri dalam belajar	0,00%	0,00%	0,00%	75,00%	25,00%
	2. Tidak suka rutinitas monoton	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	100%
	3. Mempertahankan pendapat	0,00%	0,00%	0,00%	33,33%	66,67%
	4. Konsisten pada keyakinan	0,00%	0,00%	0,00%	25,00%	75,00%
	5. Suka memecahkan masalah	0,00%	0,00%	8,33%	50,00%	41,67%
	Pretest Kecanduan Smartphone					
Kecanduan Smartphone	1. Kehilangan control	0,00%	8,33%	33,33%	41,67%	16,67%
	2. Konsekuensi negative	0,00%	0,00%	33,33%	66,67%	0,00%
	3. Tidak mampu berhenti	0,00%	0,00%	16,67%	75,00%	8,33%
	4. Pelarian masalah	0,00%	0,00%	33,33%	41,67%	25,00%
	5. Waktu terbuang	0,00%	0,00%	33,33%	66,67%	0,00%
	Post Test Kecanduan Smartphone					
	1. Kehilangan control	16,67%	33,33%	50,00%	0,00%	0,00%
	2. Konsekuensi negative	8,33%	58,33%	33,33%	0,00%	0,00%
	3. Tidak mampu berhenti	0,00%	58,33%	33,33%	8,33%	0,00%
	4. Pelarian masalah	8,33%	50,00%	16,67%	25,00%	0,00%
	5. Waktu terbuang	0,00%	50,00%	50,00%	0,00%	0,00%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dijelaskan data motivasi belajar *pretest* dan *posttest* memiliki peningkatan yang signifikan. Dapat dilihat pada data *pretest* menunjukkan persentase sangat rendah, rendah, cukup tinggi, tinggi, dan sangat tinggi semua kategori memiliki nilai. Pada data *pretest* terdapat indikator sangat perlu penanganan diantaranya yaitu, mempertahankan pendapat. Sedangkan Sementara itu, data *posttest* menunjukkan perubahan nilai yang positif, di mana persentase jawaban kategori cukup tinggi, tinggi, dan sangat tinggi. Data *posttest* ini memiliki perbedaan yang nyata dengan data *pretest*, di mana indikator mempertahankan pendapat sudah tidak lagi mengisi kategori rendah. Pada hasil *posttest*, tidak ada lagi peserta didik yang berada pada kategori sangat rendah maupun rendah.

Selanjutnya dapat dijelaskan data kecanduan smartphone *pretest* dan *posttest* memiliki penurunan yang signifikan. Dapat dilihat pada data *pretest* menunjukkan persentase cukup tinggi, tinggi, dan sangat tinggi semua kategori memiliki nilai. Pada data *pretest* terdapat indikator sangat perlu penanganan yaitu hampir semua indikator dari variable kecanduan smartphone. Sedangkan Sementara itu, data *posttest* menunjukkan perubahan nilai yang positif, di mana persentase jawaban kategori sangat rendah dan rendah. Data *posttest* ini memiliki perbedaan yang nyata dengan data *pretest*, di mana hampir semua indikator variable kecanduan smartphone mengisi kategori sangat tinggi, tinggi dan cukup tinggi. Pada hasil *posttest*, hampir tidak ada lagi peserta didik yang berada pada kategori sangat tinggi maupun tinggi.

PEMBAHASAN

a. Gambaran Motivasi Belajar Peserta Didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

1) Motivasi belajar peserta didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti Sebelum Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Berdasarkan hasil penelitian, motivasi belajar sebelum diberikan perlakuan kepada peserta didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti yang dijadikan sampel dalam penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat peserta didik (0,00%) yang memiliki motivasi belajar pada kategori sangat tinggi. Sebagian besar peserta didik memiliki motivasi belajar pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 8 peserta didik (66,67%). Sementara itu, sebagian kecil peserta didik memiliki motivasi belajar pada kategori cukup tinggi, yaitu sebanyak 4 peserta didik (33,33%). Selain itu, tidak terdapat peserta didik (0%) yang memiliki motivasi belajar pada kategori rendah maupun

sangat rendah.

Kondisi ini menandakan bahwa motivasi belajar peserta didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti masih bersifat fluktuatif dan memerlukan penanganan secara lebih komprehensif. Tingginya persentase kategori umum belum sepenuhnya mencerminkan kesiapan belajar yang utuh di seluruh aspek psikologis siswa.

Hasil penelitian ini didukung pendapat suharni (2021:175) motivasi belajar secara etimologis, motif berasal dari bahasa latin *movere* yang berarti bergerak. Motif dapat dipahami sebagai dorongan dalam diri seseorang yang mengarah pada tujuan tertentu. Berdasarkan berbagai pendapat para ahli, istilah motif dan motivasi pada dasarnya memiliki makna yang hampir sama. Perbedaannya hanya terletak pada cara penyampaian atau perumusan kalimatnya saja, sedangkan inti maknanya tetap sama. Oleh karena itu, dalam pembahasan ini istilah motif dan motivasi tidak dibedakan secara khusus karena keduanya sama-sama menunjuk pada dorongan yang menggerakkan perilaku individu.

2) Motivasi belajar peserta didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti Sesudah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Berdasarkan hasil penelitian, motivasi belajar sesudah diberikan perlakuan kepada peserta didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti yang dijadikan sampel dalam penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat peserta didik (0,00%) yang memiliki motivasi belajar pada kategori sangat rendah, rendah dan cukup tinggi. Sebagian kecil peserta didik memiliki motivasi belajar pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 4 peserta didik (33,33%). Sementara itu, sebagian besar peserta didik memiliki motivasi belajar pada kategori cukup tinggi, yaitu sebanyak 8 peserta didik (66,67%).

Kondisi ini menandakan bahwa motivasi belajar peserta didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti telah mengalami peningkatan secara meyakinkan dan menyeluruh di seluruh aspek psikologis belajar setelah diberikan intervensi.

Hasil penelitian ini didukung oleh (Mudjiono, 2006: 80) sebagai dorongan mental yang mampu menggerakkan dan mengarahkan perilaku seseorang, termasuk perilaku belajar. Di dalam motivasi terdapat keinginan yang berfungsi untuk mengaktifkan, mendorong, serta mengarahkan sikap dan tindakan individu agar tetap fokus pada tujuan belajar yang ingin dicapai.

Menurut Saptono (2016:203-205) Dalam proses belajar, para ahli umumnya membedakan motivasi menjadi dua jenis berdasarkan sumber dorongannya, yaitu

motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik berasal dari dalam diri individu itu sendiri, sedangkan motivasi ekstrinsik muncul karena adanya dorongan dari luar. Artinya, motivasi ekstrinsik dipengaruhi oleh rangsangan eksternal, sementara motivasi intrinsik lebih didorong oleh kesadaran dan keinginan pribadi.

b. Gambaran Kecanduan Smartphone Peserta Didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.

1) Kecanduan smartphone peserta didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti Sebelum Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Berdasarkan hasil penelitian, kecanduan smartphone sebelum diberikan perlakuan kepada peserta didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti yang dijadikan sampel dalam penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat peserta didik (0,00%) yang memiliki kecanduan smartphone pada kategori sangat tinggi, rendah dan sangat rendah. Sebagian besar peserta didik memiliki kecanduan smartphone pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 9 peserta didik (75,00%). Sementara itu, sebagian kecil peserta didik memiliki kecanduan smartphone pada kategori cukup tinggi, yaitu sebanyak 3 peserta didik (25,00%).

Hal ini mengindikasikan bahwa sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, seluruh peserta didik menghabiskan sebagian besar durasi harian mereka di depan layar smartphone hingga menyita waktu produktif untuk belajar, beristirahat, dan berinteraksi secara langsung. Ketidakmampuan dalam mengalokasikan waktu secara bijak ini menyebabkan prioritas utama mereka terabaikan. Kondisi tersebut mempertegas mendesaknya pemberian intervensi melalui layanan bimbingan kelompok untuk membantu peserta didik menyadari pentingnya manajemen waktu, menetapkan batasan durasi penggunaan gawai, serta melatih keterampilan menyusun skala prioritas agar waktu harian mereka dapat dimanfaatkan secara lebih efektif dan seimbang.

Hasil penelitian ini didukung oleh Halim & Dariyano (2016 : 110) *smartphone* ialah sikap atau perilaku yang sangat ketergantungan terhadap *smartphone* yang jelas hal tersebut akan menyebabkan dampak yang sangat tidak baik bagi penggunanya. Sementara itu menurut Pandey (2019:20) yang juga mengatakan hal yang sama yaitu *smartphone* apabila seseorang tidak dapat mengatur atau tidak memiliki keinginan untuk membawa *smartphone* pada hal yang diinginkan atau pada hal yang menimbulkan nilai yang baik, dan sering kali merasa terganggu jika tidak memegang *smartphone* walaupun hanya sekejap saja dan

merasa tidak nyaman jika tidak adanya *smartphone* pada dirinya.

2) Kecanduan *smartphone* peserta didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti Sesudah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Berdasarkan hasil penelitian, kecanduan *smartphone* sesudah diberikan perlakuan kepada peserta didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti yang dijadikan sampel dalam penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat peserta didik (0,00%) yang memiliki kecanduan *smartphone* pada kategori sangat rendah, tinggi dan sangat tinggi. Sebagian besar peserta didik pada kategori rendah (75,00%) dan cukup tinggi (25,00%).

Berdasarkan analisis hasil secara umum, kecanduan *smartphone* peserta didik berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 9 peserta didik (75,00%). Namun, jika kita melihat lebih teliti pada setiap indikatornya, kecanduan *smartphone* mereka menurun setelah melakukan bimbingan kelompok. Hal ini terbukti dari masih banyaknya peserta didik yang mendapat nilai rendah pada indikator tertentu.

Hasil penelitian ini didukung oleh Kecanduan game online pada siswa dapat berdampak terhadap rendahnya hasil belajar, karena semakin tinggi tingkat kecanduan game online maka semakin rendah hasil belajar siswa, yang ditunjukkan oleh adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecanduan game online dengan hasil belajar (Suryadi & Dianto, 2018).

c. Gambaran Penerapan Layanan Bimbingan kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik yang Kecanduan Smartphone di SMA N 1 Linggo Sari Baganti.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik yang mengalami kecanduan *smartphone* di SMA N 1 Linggo Sari Baganti. Pada variabel motivasi belajar, keberhasilan ini terlihat dari peningkatan kategori responden yang signifikan; sebelum pelaksanaan bimbingan kelompok (*pretest*), tidak ada seorang pun peserta didik (0%) yang berada pada kategori Sangat Tinggi, mayoritas berada pada kategori Tinggi (66,67%) dan Cukup Tinggi (33,33%). Namun setelah diberikan perlakuan (*posttest*), terjadi peningkatan nyata di mana sebagian besar peserta didik bergeser mencapai kategori Sangat Tinggi (66,67%) dan selebihnya berada pada kategori Tinggi (33,33%), serta tidak ada lagi peserta didik pada kategori sedang atau rendah. Perubahan ini menunjukkan bahwa peserta didik telah mampu mengembangkan kemandirian, konsistensi keyakinan, serta semangat belajar yang lebih terarah melalui dinamika

kelompok yang terbangun.

Peningkatan motivasi belajar ini sejalan dengan penurunan tingkat kecanduan *smartphone* peserta didik. Sebelum perlakuan, mayoritas peserta didik berada pada tingkat kecanduan Tinggi (75,00%) dan Cukup Tinggi (25,00%). Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok, tingkat kecanduan *smartphone* menurun drastis menjadi kategori Rendah (75,00%) dan Cukup Tinggi (25,00%), serta tidak ada lagi peserta didik yang berada pada kategori tinggi maupun sangat tinggi. Hasil uji *paired sample t-test* memperkuat temuan ini, di mana diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ baik pada variabel motivasi belajar ($t \text{ hitung} = -18,653 > (t \text{ table}) = (2,201)$) maupun kecanduan *smartphone* ($t \text{ hitung} = 31,681 > (t \text{ table}) = (2,201)$). Hal ini mengonfirmasi adanya perbedaan yang sangat signifikan pada tingkat motivasi belajar dan kecanduan *smartphone* peserta didik sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan motivasi belajar sekaligus mereduksi kecanduan *smartphone* peserta didik di SMA N 1 Linggo Sari Baganti. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan kategori motivasi belajar dan penurunan kecanduan *smartphone* peserta didik setelah perlakuan, serta hasil uji statistik yang menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan mengenai Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik yang Kecanduan *Smartphone* di SMAN 1 Linggo Sari Baganti, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut, Gambaran Motivasi belajar peserta didik di SMAN 1 Linggo Sari Baganti sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok berada pada kategori tinggi (66,67%) dan cukup tinggi (33,33%). Gambaran Tingkat kecanduan *smartphone* peserta didik sebelum perlakuan berada pada kategori tinggi (75,00%) dan cukup tinggi (25,00%), di mana peserta didik mengalami permasalahan serius pada indikator ketidakmampuan berhenti, konsekuensi negatif, serta pemborosan waktu. Gambaran motivasi belajar peserta didik sesudah menerima layanan bimbingan kelompok mengalami peningkatan yang signifikan hingga berada pada kategori sangat tinggi (66,67%) dan tinggi (33,33%). Gambaran tingkat kecanduan *smartphone* peserta didik sesudah perlakuan mengalami penurunan yang drastis hingga berada pada kategori rendah (75,00%) dan cukup tinggi (25,00%), serta tidak ada lagi peserta didik pada kategori

tinggi maupun sangat tinggi. Penerapan layanan bimbingan kelompok terbukti sangat efektif dalam meningkatkan motivasi belajar sekaligus mereduksi tingkat kecanduan *smartphone* peserta didik di SMAN 1 Linggo Sari Baganti.

DAFTAR REFERENSI

- A.M. Sardiman. (2005). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*.
- Ardiyantoro, B., et al. (2026). Pelatihan pembuatan reed diffuser berbasis limbah kulit jeruk peras untuk mendukung ekonomi sirkular di SMA Islam 1 Surakarta. *Jurnal Pengabdian Bersama Masyarakat Indonesia*, 4(3).
<https://doi.org/10.59031/jpbmi.v4i3.843>
- Griffiths. (2011). *Konsep kecanduan smartphone*.
- Halim, & Dariyano. (2016). Ketergantungan smartphone pada individu. hlm. 110.
- Hartanti, J. (2022). *Bimbingan kelompok*. hlm. 11–14, 20.
- Hayon, M. B., et al. (2026). Pemanfaatan media pembelajaran berbasis teknologi digital dalam pembelajaran PAK untuk meningkatkan prestasi belajar peserta didik di SMPK Swadaya Tuakepa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Kebudayaan Dan Agama*, 4(3).
<https://doi.org/10.59024/jipa.v4i3.1839>
- Janju Hartanti. (2022). *Konseling kelompok*.
- Mudjiono. (2006). *Belajar dan pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta. hlm. 80.
- Pandey. (2019). Perilaku penggunaan smartphone. hlm. 20.
- Prayitno. (2011). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Purwanti. (2010). *Bimbingan kelompok dan keterampilan berkomunikasi*.
- Ramadhani., Irfai., & Arsyad. (2020). *Dampak penggunaan smartphone terhadap perilaku peserta didik*.
- Saptono. (2016). Motivasi belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. hlm. 203–205.
- Sardiman, A. M. (2016). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Suharni. (2021). Motivasi belajar. hlm. 175, 182.