

**STRATEGI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
DALAM MEMBENTUK KEDISIPLINAN BERMEDIA SOSIAL
SISWA DI MAN REJANG LEBONG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat - Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana (S.1) Ilmu Tarbiyah
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



OLEH :
ANGGUN HANIS TIANA
22641005

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS TARBIYAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI IAIN CURUP
2025/2026**

PERSETUJUAN SKRIPSI

Hal : Pengajuan Skripsi

Kepada Yth. Dekan Fakultas Tarbiyah

Di_

IAIN Curup

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah mengadakan pemeriksaan dan perbaikan seperlunya maka kami berpendapat bahwa skripsi saudara Anggun Hanis Tiana mahasiswa IAIN Curup yang berjudul **"Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Membentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial Siswa Di MAN Rejang Lebong ."**

Sudah dapat diajukan dalam sidang munaqosah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup. Demikian surat permohonan ini kami ajukan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

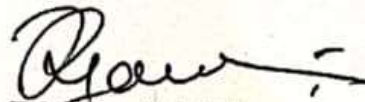
Curup, Juni 2026

Mengetahui,
Dosen Pembimbing I



Dr. Dina Hajja Ristianti, M.Pd.,Kons
NIR/198210022006042002

Mengetahui,
Dosen Pembimbing II



Febriansyah, M.Pd
NIR/199002042019031006

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : ANGGUN HANIS TIANA

NIM : 22641005

Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidika Islam

Fakultas : Tarbiyah

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini bukan merupakan karya yang sudah pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar sarjana Strata 1 di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, semoga dapat dipergunakan sebagai semestinya.

Curup

2026

Penulis



ANGGUN HANIS TIANA

NIM. 22641005

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wa

barakatuh,

Alhamdulillahirabbil ‘alamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala nikmat yang telah diberikan, berupa nikmat kesehatan, iman, takwa, serta rahmat dan hidayah-Nya. Dengan segala karunia tersebut, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, “Allahumma shalli ‘ala Muhammad wa ‘ala ali Muhammad,” sebagai suri teladan bagi seluruh umat manusia dalam mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat, serta kepada keluarga, sahabat, dan para pengikut beliau hingga akhir zaman.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis memperoleh banyak pengalaman, pelajaran, serta pengetahuan yang berharga. Penulis juga mendapatkan bantuan, bimbingan, dorongan, dan motivasi dari berbagai pihak, baik secara moral maupun materil. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Idi Warsah, M.Pd.I. selaku Rektor IAIN Curup, Ibu Dr. Eka Apriani, M.Pd. selaku Wakil Rektor I IAIN Curup, Bapak Dr. Sakut Ansori, S.Pd.I., M.Hum. selaku Wakil Rektor II IAIN Curup, serta Bapak Dr. Sagiman, M.Kom. selaku Wakil Rektor III IAIN Curup.
2. Ibu Dr. Bakti Komalasari, S.Ag., M.Pd. selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Curup, Bapak Dr. Muhammad Taqiyuddin, S.Ag., M.Pd.I. selaku Wakil Dekan I Fakultas Tarbiyah IAIN Curup, serta Ibu Dr. Dina Hajja Ristianti, M.Pd. selaku Wakil Dekan II Fakultas Tarbiyah IAIN Curup.

3. Ibu Syaripah, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam IAIN Curup.
4. Ibu Ratih selaku staf Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.
5. Bapak Dr. Syamsul Rizal, S.Ag, S.Ip.,M.Pd selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan selama masa perkuliahan.
6. Ibu Dr. Dina Hajja Ristianti, M.Pd selaku Dosen Pembimbing I dan Bapak Febriansyah, M.Pd selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Seluruh dosen, staf, dan karyawan IAIN Curup atas segala bantuan yang telah diberikan.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa yang akan datang.

Curup, 2026
Penulis

ANGGUN HANIS TIANA
NIM: 22641005

MOTTO

“Habes gelap terbitlah terang.” — R.A. Kartini

***“Skripsi ini menjadi bukti bahwa saya tidak pernah menyerah,
karena di balik setiap ujian yang mengajarkan kesabaran,
saya percaya ada takdir untuk menjadi wanita yang bahagia
dan beruntung.”***

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan ridhanya. Setiap langkah dan keberhasilan yang penulis capai tidak terlepas dari kehendaknya. Dengan hati yang tulus, skripsi ini penulis persembahkan sebagai wujud terima kasih, hormat, dan kasih sayang kepada semua pihak yang telah mendukung dan kebersamai perjalanan studi ini. Penulis persembahkan kepada:

1. Dengan penuh rasa syukur, karya sederhana ini kupersembahkan kepada Allah Swt. atas segala rahmat, kasih sayang, petunjuk, kekuatan, serta kemudahan yang telah engkau limpahkan dalam setiap langkah perjalanan hidupku. Tiada daya dan upaya selain dengan pertolonganmu. Semoga karya ini menjadi bagian dari ikhtiar yang bernilai ibadah dan memberikan manfaat bagi banyak orang.
2. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad saw., suri teladan terbaik sepanjang masa. Terima kasih atas cahaya Islam, ilmu, dan akhlak mulia yang engkau wariskan kepada umat. Semoga kami senantiasa mampu meneladani perjuangan, kesabaran, dan keikhlasanmu dalam menjalani kehidupan, serta memperoleh syafaatmu di yaumul akhir. Aamiin.
3. Kepada Ayahku tercinta, Tansirudin. Dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis persembahkan karya ini kepada ayah yang senantiasa menjadi sosok kuat dan tidak pernah lelah berjuang demi masa depan keluarga. Kerja keras, pengorbanan, serta keteguhan hati yang ayah tunjukkan menjadi sumber inspirasi dan semangat bagi penulis dalam menempuh pendidikan hingga mencapai tahap ini. Doa, nasihat, dan dukungan yang selalu diberikan menjadi

kekuatan yang tak ternilai. Terima kasih atas setiap tetes keringat dan perjuangan yang tak pernah ayah keluhkan. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan, keberkahan, dan membalas segala kebaikan ayah dengan balasan yang terbaik.

4. Kepada Ibuku tercinta, Yuliana. Dengan segala kerendahan hati, penulis mempersembahkan karya ini kepada ibu yang penuh kasih sayang dan kesabaran. Sejak kecil hingga dewasa, ibu telah membimbing, merawat, dan mendidik penulis dengan penuh keikhlasan. Doa yang selalu ibu panjatkan, serta cinta dan perhatian yang tiada henti, menjadi kekuatan utama dalam setiap langkah penulis untuk meraih cita-cita. Terima kasih atas cinta yang tulus tanpa batas dan doa yang tak pernah terputus. Terimakasih karena telah menjadi ibu yang sangat luarbiasa istimewa Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan, kebahagiaan, dan keberkahan dalam setiap langkah ibu.
5. Untuk saudariku tercinta, Rani Rahma Diana. Terima kasih atas kehadiranmu sebagai sosok kakak yang penuh kebaikan dan kepedulian. Engkau selalu ada dalam setiap keadaan, membantu tanpa diminta, setia mendengarkan setiap keluh kesah, serta tidak pernah lelah memberikan semangat dan dukungan kepada penulis. Semoga segala kebaikan dan ketulusanmu dibalas oleh Allah SWT dengan keberkahan, kebahagiaan, dan kesuksesan dalam setiap langkahmu.
6. Persembahan ini juga penulis tujukan untuk diri sendiri Anggun Hanis Tiana yang telah berjuang dan bertahan hingga sampai pada titik ini. Terima kasih karena tidak menyerah meskipun harus melewati banyak masa sulit, tekanan, dan tangis dalam prosesnya. Semua perjuangan, rasa lelah, serta air mata yang

telah dilalui menjadi bagian dari perjalanan berharga untuk terus bangkit dan berkembang menjadi pribadi yang lebih kuat dan bahagia.

7. Teruntuk orang-orang baik yang selalu hadir memberikan dukungan, semangat, bantuan dan kebaikan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini yaitu sahabat seperti keluarga ditanah rantau ini, Elisa, Ayu Sukevi, Tiara Bunga Pradini, dan Seli Septa Suganda. Terima kasih atas doa, perhatian, bantuan, serta kebersamaan yang membuat kita saling menguatkan dan mendukung dalam melewati berbagai kesulitan bersama. Semoga jalinan silaturahmi ini tetap terjaga dengan baik selamanya. Dan juga terimakasih untuk teman-teman kuliahku Diah, Akses, Delvi, Wulan yang senantiasa saling menghibur dan saling membantu semoga kita menjadi orang yang sukses kedepannya, Aamiin.
8. Untuk keluarga besarku yang senantiasa mendoakan, memberikan semangat, dukungan, serta motivasi kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik
9. Bapak dan ibu dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam IAIN Curup atas ilmu, motivasi, doa, serta dukungan yang telah diberikan selama lebih kurang delapan semester dan empat tahun perkuliahan. Semoga segala kebaikan, ilmu, dan ketulusan yang telah diberikan menjadi amal jariyah serta senantiasa mendapatkan keberkahan, kesehatan, dan kebahagiaan dari Allah Swt.
10. Kepada teman seperjuangan prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam angkatan 2022 Terimakasih atas dukungan dan kerjasamanya selama menempuh pendidikan dan juga menyelesaikan dalam menyusun skripsi ini.

ABSTRAK

ANGGUN HANIS TIANA NIM. 22641005 “Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Membentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial Siswa Di Man Rejang Lebong.” Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI), Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Negeri (Iain) Curup.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh rendahnya kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial yang ditandai dengan kurangnya kemampuan dalam mengelola waktu, mengontrol diri, serta mematuhi aturan penggunaan media sosial di lingkungan sekolah. Kondisi tersebut berdampak pada menurunnya konsentrasi belajar dan munculnya perilaku indisipliner. Oleh karena itu, diperlukan peran strategis layanan Bimbingan dan Konseling (BK) dalam membentuk kedisiplinan bermedia sosial siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong, dan mengetahui strategi layanan BK dalam mengatasi ketidakdisiplinan siswa dalam bermedia sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan jenis penelitian studi kasus. Subjek penelitian terdiri dari siswa kelas XI, guru BK, wali kelas, guru mata pelajaran serta teman sebaya sebagai informan pendukung. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, serta diuji keabsahannya melalui triangulasi sumber dan metode. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial masih tergolong rendah, yang ditandai dengan penggunaan media sosial saat pembelajaran berlangsung, kurangnya pengelolaan waktu, serta rendahnya kontrol diri terhadap aturan sekolah, kemudian strategi layanan BK diawali dengan *need assessment* untuk mengidentifikasi kebutuhan siswa, kemudian dilaksanakan melalui layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu, layanan responsif, serta dukungan sistem yang melibatkan guru dan orang tua, sehingga mampu meningkatkan kesadaran, kontrol diri, dan tanggung jawab siswa dalam bermedia sosial. Dengan demikian, layanan Bimbingan dan Konseling memiliki peran penting dalam membentuk kedisiplinan bermedia sosial siswa melalui pendekatan yang sistematis, preventif, dan kuratif.

Kata kunci: *Bimbingan dan Konseling, Kedisiplinan, Media Sosial, Siswa*

ABSTRACT

ANGGUN HANIS TIANA NIM. 22641005 “*Guidance And Counseling Service Strategies In Developing Students’ Discipline In Using Social Media At Man Rejang Lebong.*” Undergraduate Thesis, Islamic Educational Guidance and Counseling Study Program (BKPI), Faculty of Tarbiyah, State Islamic Institute (IAIN) Curup.

This study is motivated by the low level of students’ discipline in using social media, which is indicated by their lack of ability to manage time, control themselves, and comply with school regulations regarding social media usage. This condition has an impact on decreased learning concentration and the emergence of undisciplined behavior. Therefore, the strategic role of Guidance and Counseling (GC) services is needed to develop students’ discipline in using social media. This study aims to identify the forms of students’ discipline in using social media at MAN Rejang Lebong and to analyze the strategies of Guidance and Counseling services in overcoming students’ lack of discipline in social media use. This research employs a qualitative approach. The research subjects consist of eleventh grade students, Guidance and Counseling teachers, homeroom teachers, subject teachers, and peers as supporting informants. Data collection techniques include interviews, observations, and documentation. Data analysis is conducted through data reduction, data display, and conclusion drawing, and the validity of the data is ensured through source triangulation. The results show that students’ discipline in using social media is still relatively low, as indicated by the use of social media during learning activities, poor time management, and low self-control and compliance with school rules. The strategies of Guidance and Counseling services begin with a need assessment to identify students’ needs, followed by the implementation of various services, including information services, group guidance, individual counseling, responsive services, and system support involving collaboration with teachers and parents. These services have been proven to improve students’ awareness, self-control, and responsibility in using social media. Thus, Guidance and Counseling services play an important role in developing students’ discipline in social media use through systematic, preventive, and curative approaches.

Keywords: *Guidance and Counseling, Discipline, Social Media, Students*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iv
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN TEORI.....	9
A. Landasan Teori	9
1. Layanan Bimbingan Konseling (BK).....	9
2. Kedisiplinan Siswa	14
3. Media Sosial dan Kecanduan Media Sosial	21
4. Dampak Media Sosial Terhadap Kedisiplinan	28
5. Upaya layanan BK dalam Membantu Kesiapan Penggunaan Media ..	32
B. Penelitian Yang Relevan	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	41
A. Jenis Penelitian	41
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	41
C. Subjek Penelitian	42
D. Jenis Data	43
E. Instrumen Pengumpulan Data.....	44
F. Definisi Operasional.....	49
G. Metode Analisis Data	50
H. Teknik Keabsahan Data.....	52

BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	54
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	54
B. Hasil Penelitian.....	58
C. Pembahasan	142
BAB V KESIMPULAN	159
A. Kesimpulan	159
B. Saran	160
DAFTAR PUSTAKA	163

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kisi-Kisi Wawancara.....	47
Tabel 2 Kisi-Kisi Observasi	48
Tabel 3 Kisi-Kisi Dokumentasi.....	50
Tabel 4 Ringkasan Hasil Penelitian Strategi Layanan BK dalam Membentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial	146

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi membawa manusia ke dalam era digital. Media sosial, sebagai platform yang beroperasi secara daring, saat ini bukan sekadar alat komunikasi tambahan, tapi telah menjadi ruang hidup baru. Pengguna dapat dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan konten melalui jejaring sosial seperti Instagram, TikTok, Facebook, Wiki, dan dunia virtual. Di satu sisi, media sosial bisa dimanfaatkan sebagai alat pendukung pembelajaran, namun di sisi lain penggunaannya yang tidak terkontrol berpotensi menimbulkan berbagai masalah perilaku.¹

Dalam bidang pendidikan, meningkatnya penggunaan media sosial oleh pelajar memberikan pengaruh terhadap cara mereka belajar dan disiplin diri. Akses yang mudah sering kali membuat pelajar kesulitan dalam mengelola waktu, menahan diri, dan lebih memilih untuk mengabaikan kewajiban akademis. Disiplin saat berinteraksi dengan media sosial tidak hanya berhubungan dengan lamanya waktu penggunaan, tetapi juga mencakup kemampuan mengendalikan diri, mematuhi aturan sekolah terkait penggunaan gawai, serta menggunakan media sosial dengan cara yang bertanggung jawab.²

¹ Sankist Herdiyani et al, *Peranan Media Sosial Dalam Mengembangkan Suatu Bisnis Literature Review*. Jurnal Administrasi Bisnis Vol.18 No. 2 2022.

² Azizah Padmasari, Desy Safitri, Sujarwo, *Penggunaan Media Sosial Sebagai Distraksi Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 67 Jakarta*. Jurnal Pendidikan Tambusai Vol. 9 No. 2 2025.

Di Indonesia, menurut informasi dari asosiasi penyelenggara Jasa Internet Indonesia, total pengguna internet mencapai 171,17 juta orang, yang setara dengan 64,8% dari keseluruhan jumlah penduduk. Di antara angka tersebut, kelompok usia remaja, terutama di rentang usia 15 hingga 19 tahun, adalah yang paling banyak menggunakan internet dengan persentase tertinggi. Selain itu, laporan dari APJII juga menunjukkan bahwa rata-rata durasi penggunaan media sosial masyarakat Indonesia mencapai sekitar enam jam per hari, serta sebanyak 76,67% pengguna mengakses internet hingga tiga kali dalam satu jam.³

Oleh sebab itu, tingginya tingkat penggunaan media sosial tersebut memerlukan adanya pengendalian diri yang baik dari para pengguna, khususnya kalangan siswa. Sejalan dengan hal tersebut, kedisiplinan bermedia sosial dalam penelitian ini dijelaskan sebagai kemampuan siswa untuk menggunakan media sosial secara bertanggung jawab yang mencakup dengan indikator yaitu manajemen waktu, kontrol diri, kejelasan tujuan penggunaan, mampu mengendalikan emosi dan kepatuhan terhadap aturan. Ketiga indikator ini menjadi fokus utama dalam upaya pembentukan kedisiplinan siswa.

Kedisiplinan dalam penggunaan media sosial adalah elemen krusial yang harus dimiliki oleh pelajar di zaman *digital* ini. Ketidakdisiplinan dalam bermedia sosial dapat menyebabkan munculnya pelanggaran peraturan sekolah, mengurangi fokus dalam belajar, serta mengganggu kegiatan pembelajaran. Oleh sebab itu, pengembangan kedisiplinan dalam bermedia

³ Lira Aisafitri and Kiayati Yusriyah, *Kecanduan Media Sosial (Fomo) Pada Generasi Milenial*. Jurnal Ilmu Komunikasi Vol. 4 No. 1 2021.

sosial menjadi hal penting yang perlu mendapatkan perhatian dalam dunia pendidikan, khususnya dalam membentuk karakter siswa yang bertanggung jawab dan beretika di ruang *digital*.⁴

Dalam hal ini, guru Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki peran penting dalam membantu siswa membentuk kedisiplinan bermedia sosial. Sejalan dengan hal tersebut, Nurfebrianti dalam jurnal Mohammad Fani menegaskan bahwa kedisiplinan tidak terbentuk secara instan, melainkan melalui proses panjang yang harus ditanamkan sejak awal, baik dalam lingkungan keluarga maupun sekolah.⁵ Guru Bimbingan dan Konseling dapat mengembangkan disiplin melalui berbagai layanan, seperti layanan informasi, konseling individual, bimbingan kelompok, layanan responsif, serta layanan penguasaan konten.⁶

Berbagai penelitian sebelumnya umumnya berfokus pada kedisiplinan belajar siswa secara umum dan belum secara khusus mengkaji kedisiplinan dalam penggunaan media sosial. Padahal, penggunaan media sosial yang tidak terkendali dapat berdampak pada menurunnya disiplin, tanggung jawab akademik, dan kontrol diri siswa. Di sisi lain, kajian mengenai strategi layanan Bimbingan dan Konseling (BK) dalam membentuk kedisiplinan bermedia sosial siswa, khususnya melalui pendekatan BK komprehensif di lingkungan madrasah, masih sangat terbatas. Kondisi ini menunjukkan perlunya penelitian yang mengkaji secara mendalam bagaimana layanan BK komprehensif yang

⁴ Ibid.

⁵ Pudali Arodani et al, *Analisis Faktor Kedisiplinan Siswa Di Lingkungan Sekolah Dasar*. Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Ilmu Pendidikan Vol. 6 No. 2 2025.

⁶ Mohammad Fani et al, *Layanan Bimbingan Dan Konseling Untuk Membentuk Karakter Disiplin Siswa*. Jurnal Fokus Konseling Vol. 6 No. 2 2020.

meliputi layanan dasar, layanan responsif, perencanaan individual, dan dukungan sistem diterapkan dalam membentuk kedisiplinan bermedia sosial siswa. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan gambaran empiris mengenai strategi layanan BK komprehensif dalam membentuk kedisiplinan bermedia sosial siswa di MAN Rejang Lebong serta memperkaya pengembangan layanan BK di lingkungan madrasah.

Sebagai madrasah unggulan di daerah, MAN Rejang Lebong menghadapi tantangan tersendiri. Di satu sisi, para siswa diharapkan memiliki perilaku yang baik sebagai cerminan karakter keagamaan, sementara di sisi lain, tingginya penggunaan smartphone di lingkungan sekolah, baik untuk keperluan belajar maupun pribadi, memerlukan penguatan disiplin dalam penggunaan media sosial. Adanya kesenjangan antara nilai-nilai yang diharapkan dengan perilaku siswa di media sosial, seperti penggunaan bahasa yang kurang sopan serta kurangnya pengelolaan waktu, menjadi alasan penting perlunya pembinaan yang lebih terarah.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal dengan guru BK di MAN Rejang Lebong pada tanggal 5 Juni 2025, ditemukan bahwa sebagian siswa masih menunjukkan perilaku bermedia sosial yang kurang disiplin. Hal ini terlihat dari masih adanya pelanggaran terhadap aturan penggunaan gawai di sekolah, dengan rata-rata 8–10 siswa dari 34 siswa dalam satu kelas yang kedapatan menggunakan smartphone saat pembelajaran berlangsung tanpa izin. Selain itu, keterlambatan siswa akibat penggunaan media sosial pada malam hari. Komentar atau postingan kurang santun di media sosial juga dilaporkan oleh guru mata pelajaran atau teman-teman di kelas.

Mengingat hal tersebut, diperlukan strategi yang jelas melalui layanan Bimbingan dan Konseling untuk mendukung siswa dalam membentuk kedisiplinan saat menggunakan media sosial. Upaya ini tidak hanya bertujuan agar siswa mampu menggunakan media sosial secara bijak, tetapi juga agar mereka dapat membangun sikap tanggung jawab, kontrol diri, serta kepatuhan terhadap norma yang berlaku dalam kehidupan sehari-hari.⁷

Pentingnya penelitian ini terletak pada beberapa faktor. Pertama, dari segi teori, penelitian ini akan menambah wawasan dalam bidang bimbingan dan konseling, terutama dalam menghadapi tantangan era digital. Kedua, secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi panduan bagi guru BK di MAN Rejang Lebong, maupun madrasah lain, dalam merumuskan strategi layanan yang efektif untuk membentuk kedisiplinan bermedia sosial. Ketiga, penelitian ini penting karena madrasah memiliki ciri khas tersendiri dengan nilai-nilai Islam yang harus diinternalisasikan dalam setiap elemen pembentukan karakter, termasuk dalam penggunaan media sosial.

Berdasarkan dari fenomena dan permasalahan tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Membentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial Siswa di MAN Rejang Lebong”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan hasil observasi penelitian yang dilakukan di MAN Rejang Lebong, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini yaitu:

⁷ Liza Marini, Wiwin Hendriani, and Pramatiya Yogi Wulandari, *Gambaran Problematic Smartphone Use Pada Remaja*. Jurnal Psikobuletin Vol. 5 No. 1 2024.

1. Penggunaan media sosial oleh siswa yang belum menunjukkan kedisiplinan dalam aspek pengelolaan waktu, kontrol diri, dan kepatuhan terhadap aturan. Penggunaan media sosial berpengaruh terhadap sikap, perilaku, serta kemandirian siswa dalam menjalani aktivitas di lingkungan MAN Rejang Lebong.
2. Pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling dalam membentuk kedisiplinan bermedia sosial siswa belum sepenuhnya optimal, sehingga masih diperlukan penguatan strategi layanan Bimbingan dan Konseling yang terarah dalam mengembangkan pengelolaan waktu, kontrol diri, dan kepatuhan terhadap aturan penggunaan media sosial.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Penelitian ini difokuskan pada siswa kelas XI MAN Rejang Lebong yang menunjukkan perilaku kurang disiplin dalam bermedia sosial, khususnya dalam aspek pengelolaan waktu, kontrol diri, dan kepatuhan terhadap aturan penggunaan media sosial. Selain itu, penelitian ini juga dibatasi pada peran guru Bimbingan dan Konseling dalam memberikan layanan untuk membentuk kedisiplinan bermedia sosial siswa tersebut.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis merumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana bentuk kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong?

2. Bagaimana strategi layanan Bimbingan dan Konseling (BK) mengatasi siswa yang tidak disiplin dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bentuk kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial di man Rejang Lebong
2. Untuk mengetahui strategi layanan Bimbingan dan Konseling (BK) mengatasi siswa yang tidak disiplin dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian merupakan hasil dari suatu penelitian yang dilakukan, baik bagi peneliti maupun orang lain serta dalam rangka pengembangan ilmu, adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat meperkaya keilmuan dibidang Bimbingan dan Konseling, khususnya mengenai strategi penanganan masalah kedisiplinan siswa dalam penggunaan media sosial di lingkungan sekolah Madrasah.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan, pengalaman lapangan, dan kemampuan dalam menerapkan

teori Bimbingan dan Konseling secara nyata, khususnya dalam memecahkan masalah tentang kedisiplinan siswa di era digital yang berkaitan dengan penggunaan media sosial.

b. Bagi sekolah (MAN Rejang Lebong)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam merumuskan kebijakan dan tata tertib penggunaan teknologi informasi di sekolah, guna menciptakan lingkungan madrasah yang disiplin, kondusif bagi proses pembelajaran, serta mendukung pembentukan karakter siswa yang bertanggung jawab dalam bermedia sosial.

c. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK)

Sebagai bahan evaluasi dan rujukan dalam menyusun strategi layanan BK yang lebih efektif dan adaptif dalam membentuk kedisiplinan siswa, khususnya dalam aspek pengelolaan waktu, kontrol diri, dan kepatuhan terhadap aturan penggunaan media sosial.

d. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa meningkatkan kesadaran diri, kontrol diri, serta kedisiplinan dalam menggunakan media sosial secara bijak, sehingga mampu mendukung aktivitas belajar dan tanggung jawab sebagai pelajar.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Layanan Bimbingan Konseling (BK)

a. Pengertian Layanan Bimbingan dan Konseling

Bimbingan dan konseling merupakan proses bantuan terhadap individu untuk mencapai pemahaman diri dan pengarahan diri yang dibutuhkan untuk melakukan penyesuaian diri secara maksimum kepada sekolah (dalam hal ini termasuk madrasah), keluarga, dan masyarakat.⁸

Sementara itu Prayitno mengemukakan, bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mandiri dan bisa berkembang secara optimal, dalam bimbingan pribadi, sosial, belajar maupun karier melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan norma-norma yang berlaku.⁹

Pendapat serupa juga dikemukakan oleh Hikmawati yang menekankan “Layanan Bimbingan dan konseling adalah bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bidang pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kemampuan belajar dan

⁸ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis integrasi)*, Jakarta. PT Raja Grafindo Persada, 2007. Hlm 17

⁹ Ibid.

perencanaan karier melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan norma-norma yang berlaku”.¹⁰

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan dan konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan secara terencana dan berkelanjutan oleh guru BK atau konselor kepada peserta didik, baik secara individu maupun kelompok, guna membantu mereka mengatasi permasalahan, mengembangkan potensi diri, serta mencapai kemandirian dalam berbagai aspek kehidupan.

Secara konseptual, layanan bimbingan dan konseling tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada upaya pencegahan dan pengembangan. Layanan ini mencakup berbagai bentuk kegiatan seperti layanan informasi, konseling individual, bimbingan kelompok, dan layanan penguasaan konten yang dirancang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Dengan demikian, layanan BK memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku positif dan membantu siswa menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan, termasuk dalam menghadapi perkembangan teknologi digital dan membentuk kedisiplinan dalam menggunakan media sosial.

Bimbingan dan Konseling dalam perspektif Islam merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu mengembangkan potensi dirinya, mengatasi permasalahan, serta

¹⁰ Akuardin Harita, Bestari Laia, and Sri Florina L Zagoto, *Peranan Guru Bimbingan Konseling Dalam Pembentukan Karakter Disiplin Siswa*. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Vol. 2 No. 1 2022.

menjalani kehidupan sesuai dengan ajaran Al-Qur'an dan As-Sunnah. Tujuan bimbingan dan konseling Islam tidak hanya membantu individu menyelesaikan masalah, tetapi juga membentuk pribadi yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, dan bertanggung jawab terhadap setiap perilakunya.¹¹

Landasan pelaksanaan bimbingan dan konseling dalam Islam dapat ditemukan dalam firman Allah Swt. pada Surah Al-Ma'idah ayat 2:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

Artinya:

“Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaan-Nya.”¹²

b. Tujuan dan Fungsi Layanan Bimbingan dan Konseling

Secara umum, layanan bimbingan konseling bertujuan untuk membantu siswa mencegah dan menangani berbagai masalah yang mungkin mempengaruhi atau dialami oleh siswa. Tujuan umum ini selanjutnya dijabarkan menjadi tujuan khusus sebagai berikut.

- 1) Membantu siswa dalam menyelesaikan masalah yang timbul dalam mencapai tugas-tugas perkembangan mereka.
- 2) Memberikan langkah-langkah pencegahan terhadap masalah yang berpotensi mengganggu pencapaian tugas perkembangan siswa.

¹¹ Daulay, M. *Implementasi Bimbingan Konseling Islam dalam Stres*. Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Vol 3 No. 2 2021

¹² Nurhana, H. dan Asikin, *Nilai Pendidikan Terhadap Amar Ma'ruf Nahi Munkar dalam QS Ali Imran 104 dan 110*. Jurnal Riset Pendidikan Agama Islam, Vol. 4 No. 1 2024

- 3) Membantu siswa memahami diri mereka sendiri, termasuk potensi dan kelemahan yang dimiliki.
- 4) Membantu siswa memahami diri mereka sendiri dan lingkungan sekitar mereka.
- 5) Membantu siswa merencanakan dan mengembangkan program akademik atau program lain sesuai kebutuhan, kemampuan, dan kondisi lingkungan yang ada.
- 6) Membantu siswa mengenali dan mengembangkan keterampilan pribadi yang bermanfaat bagi kehidupan mereka di masyarakat.
- 7) Membantu siswa menyesuaikan diri dengan lingkungan belajar
- 8) Membantu siswa menemukan cara belajar yang efektif
- 9) Membantu siswa mengatasi masalah pribadi dan sosial yang ditemui.¹³

Prayitno dan Erman Amti menyatakan bahwa tujuan bimbingan dan konseling adalah membantu individu mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan, potensi, serta tuntutan lingkungan. Tujuan tersebut kemudian dijabarkan ke dalam tujuan yang lebih spesifik, seperti membantu siswa memahami diri, mengembangkan potensi, menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta mengatasi masalah pribadi, sosial, belajar, dan karier.¹⁴

Selain memiliki tujuan, layanan bimbingan dan konseling juga memiliki fungsi yang mendukung pelaksanaannya. Secara umum, fungsi BK meliputi fungsi pencegahan, pemahaman, pengentasan, pemeliharaan

¹³ Ibid.

¹⁴ Ibid.

dan pengembangan, serta penyaluran. Fungsi pencegahan bertujuan menghindarkan siswa dari berbagai permasalahan yang dapat menghambat perkembangan. Fungsi pemahaman membantu siswa mengenali diri dan lingkungannya secara lebih baik. Fungsi pengentasan berfokus pada penyelesaian masalah yang dialami siswa. Fungsi pemeliharaan dan pengembangan bertujuan mempertahankan serta mengembangkan potensi positif yang dimiliki siswa, sedangkan fungsi penyaluran membantu siswa mengarahkan bakat, minat, dan kemampuannya secara tepat.¹⁵

Dari beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa tujuan layanan bimbingan dan konseling tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga mencakup upaya pencegahan dan pengembangan potensi peserta didik secara menyeluruh. Dengan kata lain, layanan BK berfungsi membantu siswa menjadi individu yang mandiri, mampu mengambil keputusan, serta memiliki kesiapan dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan.

Kemudian dalam konteks penelitian ini, tujuan dan fungsi layanan bimbingan dan konseling berkaitan erat dengan upaya membentuk kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial. Fungsi pencegahan dapat dilakukan melalui pemberian pemahaman tentang penggunaan media sosial yang bijak, fungsi pengentasan membantu siswa mengatasi perilaku penggunaan media sosial yang berlebihan, sedangkan fungsi pemeliharaan dan pengembangan berperan dalam menumbuhkan kebiasaan disiplin, seperti pengelolaan waktu dan kontrol diri. Dengan demikian, keberhasilan

¹⁵ Apriani Anggi, Hasanahti Melina, Batubara Yusmaini Ayu, Farhanah Jihan, *Bimbingan Dan Konseling Bagi Peserta Didik*. Jurnal Al-Mursyid Vol. 4 No. 1 2022.

pelaksanaan fungsi-fungsi BK sangat menentukan terbentuknya perilaku disiplin siswa dalam penggunaan media sosial.

Hal ini sejalan dengan firman Allah dalam surah Al-Isra ayat 36:

وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا

Artinya:

“Janganlah kamu mengikuti sesuatu yang tidak kamu ketahui.

Sesungguhnya pendengaran, penglihatan, dan hati, semua itu akan dimintai pertanggungjawaban.”

2. Kedisiplinan Siswa

a. Pengertian Disiplin

Kedisiplinan merupakan salah satu aspek penting dalam pembentukan perilaku siswa yang berkaitan erat dengan motivasi dalam diri individu.¹⁶ Secara umum, disiplin diartikan sebagai sikap patuh dan taat terhadap aturan, norma, dan tata tertib yang berlaku.¹⁷ Battuta menyatakan bahwa disiplin merupakan fondasi dari sikap moral yang memungkinkan siswa menjalani kehidupan belajar yang tertib dan terarah.

Sejalan dengan itu, Nurfebrianti menegaskan bahwa kedisiplinan tidak terbentuk secara instan, melainkan melalui proses panjang yang harus ditanamkan sejak dini, baik dalam lingkungan keluarga maupun sekolah.¹⁸ Sementara Sinungan mendefinisikan disiplin sebagai sikap kejiwaan dari seseorang atau sekelompok orang yang senantiasa

¹⁶ Subaidi, *Manajemen Kesiswaan Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik*. Jurnal of Education and Teaching Vol. 4 No. 2 2023.

¹⁷ Fitria Nindy Lestari, Wisda Miftakhul'Ulum, *Analisis Bentuk Kedisiplinan Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Belajar Dengan Motivasi Belajar Siswa Kelas IV Sdn I Gondosuli Gondang*. Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara Vol. 5 No. 2 2020.

¹⁸ Ibid.

berkehendak untuk mengikuti/mematuhi segala aturan/keputusan yang telah ditetapkan.

Selain itu, disiplin berkaitan erat dengan perilaku dan kinerja seseorang. Mathis dan Jackson menekankan bahwa disiplin yang efektif seharusnya diarahkan pada perilaku, karena tujuan utama dari penerapan disiplin adalah untuk meningkatkan kinerja. Dalam konteks pendidikan, hal ini berarti bahwa kedisiplinan siswa berperan dalam membentuk perilaku belajar yang lebih baik, seperti tepat waktu, fokus, dan bertanggung jawab terhadap tugas.¹⁹

Lebih lanjut, Elly mengemukakan disiplin merupakan suatu sikap yang menunjukkan kesediaan untuk menepati atau mematuhi ketentuan, tata tertib, nilai serta kaidah-kaidah yang berlaku. Disiplin mengandung asas taat, yaitu kemampuan untuk bersikap dan bertindak secara konsisten berdasar pada suatu nilai tertentu. Dalam proses belajar mengajar, kedisiplinan dapat menjadi alat yang bersifat preventif untuk mencegah dan menjaga hal-hal yang dapat mengganggu dan menghambat proses belajar.²⁰

Dalam perspektif pendidikan, disiplin memiliki fungsi penting sebagai upaya preventif untuk mencegah terjadinya pelanggaran yang dapat mengganggu proses belajar mengajar. Disiplin membantu menciptakan suasana belajar yang kondusif, tertib, dan terarah sehingga

¹⁹ Muhammad Nurjamaludin, *Hubungan Disiplin Dan Motivasi Kerja Dengan Kinerja Guru Dalam Mengajar IPS Di Madrasah Ibtidaiyah Kabupaten Garut*, Jurnal Pedagogik Pendidikan Dasar Vol. 7 No. 14 2020.

²⁰ Ahmad Pujo Sugiarto, Padmi Dhyah Yulianti, *Faktor Kedisiplinan Belajar Pada Siswa Kelas X SMK Larenda Brebes*. Jurnal Mimbar Ilmu Vol. 24 No. 2 2019.

tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal. Selain itu, dalam perspektif pendidikan karakter, kedisiplinan merupakan bagian dari pembentukan sikap tanggung jawab, integritas, dan etika pada siswa.²¹

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan adalah sikap sadar dan kemauan individu untuk mematuhi aturan, norma, dan tata tertib yang berlaku, yang tercermin dalam perilaku tertib, teratur, dan bertanggung jawab. Kedisiplinan tidak terbentuk secara instan, melainkan melalui proses pembiasaan, bimbingan, dan penguatan yang berkelanjutan sehingga menjadi bagian dari karakter siswa.

Kedisiplinan siswa menjadi aspek penting yang perlu dibina, terutama dalam konteks penggunaan media sosial dan aktivitas belajar di sekolah. Kurangnya kedisiplinan dapat berdampak pada perilaku seperti keterlambatan, kurangnya fokus belajar, dan pelanggaran tata tertib. Oleh karena itu, diperlukan upaya pembinaan yang sistematis, salah satunya melalui layanan bimbingan dan konseling.

b. Cara Meningkatkan Kedisiplinan

Meningkatkan kedisiplinan siswa merupakan proses pembinaan yang bertujuan membentuk perilaku sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku. Proses ini tidak hanya bergantung pada pemberian aturan, tetapi juga melibatkan keteladanan, pembiasaan, dan dukungan lingkungan.

Beberapa cara yang dapat dilakukan antara lain memberikan teladan, di mana guru harus menjadi contoh dalam bersikap disiplin; menetapkan

²¹ Moch Rizal Maulana, Rahmat Sofan Razaqi, and Firman Jaya, *Implementasi Absensi Digital Berbasis Appsheet Terhadap*. Jurnal Teknik Mesin Elektro Dan Ilmu Komputer Vol. 5 No. 3 2025.

aturan yang jelas, agar siswa memahami batasan perilaku yang diperbolehkan; serta menerapkan aturan secara konsisten, sehingga siswa terbiasa mematuhi tata tertib. Selain itu, diperlukan ketegasan yang mendidik, yaitu memberikan sanksi secara adil tanpa bersifat kasar, serta menciptakan lingkungan belajar yang kondusif agar siswa merasa nyaman dan terdorong untuk disiplin. Kerja sama antara sekolah dan orang tua juga penting agar pembinaan disiplin berjalan selaras di kedua lingkungan.²²

Sobri menyatakan bahwa peningkatan kedisiplinan siswa merupakan proses pembinaan untuk membantu siswa berperilaku sesuai aturan serta membentuk karakter yang bertanggung jawab dan mandiri. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui beberapa langkah, yaitu menetapkan aturan yang jelas, menerapkan aturan secara konsisten, memberikan contoh yang baik sebagai teladan, serta menciptakan lingkungan kelas yang positif dan kondusif.²³

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa peningkatan kedisiplinan siswa dilakukan melalui keteladanan, kejelasan aturan, konsistensi, ketegasan, lingkungan yang mendukung, serta kerja sama dengan orang tua. Upaya ini merupakan proses yang berkelanjutan dalam membentuk karakter disiplin siswa.

Peningkatan kedisiplinan siswa berkaitan dengan peran layanan bimbingan dan konseling dalam memberikan pembinaan, pengawasan, serta penguatan perilaku, khususnya dalam penggunaan media sosial.

²² Shinta Aini, *Strategi Peningkatan Kedisiplinan Siswa Melalui Program Pembinaan Karakter Di Sekolah*. Jurnal Pengebdian Kepada Masyarakat Vol. 04 No. 01 2024.

²³ Nur Wahyuni, Wanda Mulcia Sari, *Strategi Pengelolaan Kelas Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan Dan Kependidikan Vol. 8 No. 1 2023.

Dengan pendekatan yang terarah, kedisiplinan siswa dapat berkembang secara lebih optimal.

c. Indikator Kedisiplinan

Wibowo mengatakan indikator disiplin antara lain;

- 1) Masuk sekolah tepat waktu, mengakhiri belajar dan pulang belajar sesuai jadwal, memakai segaram sekolah
- 2) Sesuai peraturan, membuat surat pemberitahuan apabila tidak masuk sekolah, mengikuti kegiatan
- 3) Pembelajaran dengan baik dan aktif, mengikuti dan melaksanakan ekstrakurikuler yang ditentukan sekolah,
- 4) Mengerjakan tugas sekolah, menjalankan piket kelas sesuai jadwal, dan mengatur waktu belajar.²⁴

Hurlock mengemukakan indikator disiplin belajar disekolah memiliki indikator sebagai berikut :

- 1) Patuh dan taat terhadap taat tertib belajar di sekolah.
- 2) Persiapan belajar.
- 3) Perhatian terhadap kegiatan pembelajaran.
- 4) Menyelesaikan tugas pada waktunya.²⁵

Manshur mengemukakan berdisiplin akan membuat seseorang memiliki kemampuan untuk belajar dengan cara yang baik. Disiplin Ini akan menjadi proses pembentukan yang baik yang akan menghasilkan

²⁴ Dwi Wulan Novitasari and Muhammad Abduh, *Upaya Guru Dalam Melatih Karakter Disiplin Siswa Sekolah Dasar Berbasis Teori Behaviorisme Behaviorisme*. Jurnal Basicedu Vol. 6 No. 4 2022.

²⁵ Ahmad Syaifudin and Yandria Elmasari, *Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Motivasi Dan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas VIII SMP Plus Al Falah Rejotangan*. Jurnal of Education and Information Communication Technology Vol. 04 No. 2 2020.

seorang individu yang luhur dan juga Sangat penting bagi lembaga pendidikan untuk memiliki peraturan disiplin agar semua pekerja dapat menyelesaikan tugas dengan baik dan tepat waktu serta menjalani kehidupan yang teratur.²⁶

Kemudian Kerlinger dan Pahazur mengemukakan, umumnya disiplin yang baik terdapat apabila seseorang datang ke kantor dengan teratur dan tepat waktu, apabila mereka berpakaian serba baik pada tempat pekerjaannya, apabila mereka menggunakan bahan-bahan dan perlengkapan dengan hati-hati, apabila mereka menghasilkan jumlah dan kualitas pekerjaan yang memuaskan dan mengikuti cara-cara kerja yang ditentukan.²⁷

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa indikator kedisiplinan belajar mencerminkan kepatuhan siswa terhadap aturan, tanggung jawab, serta keteraturan dalam aktivitas akademik. Wibowo menekankan disiplin pada ketepatan waktu, ketaatan terhadap peraturan sekolah, keaktifan dalam pembelajaran dan kegiatan ekstrakurikuler, serta tanggung jawab dalam mengerjakan tugas dan mengatur waktu belajar.

d. Kedisiplinan Bermedia Sosial

Kedisiplinan bermedia sosial merupakan kemampuan individu dalam mengatur dan mengendalikan penggunaan media sosial secara sadar dan bertanggung jawab, sehingga tidak mengganggu aktivitas utama, khususnya kegiatan belajar. Disiplin ini mencakup pengelolaan waktu,

²⁶ Ibid.

²⁷ Ibid.

pengendalian diri, kejelasan tujuan penggunaan, serta kepatuhan terhadap prioritas dan tanggung jawab akademik.²⁸

Woolfolk mendefinisikan regulasi diri sebagai dasar disiplin bermedia sosial yaitu proses mengaktifkan dan mempertahankan pikiran, perilaku, dan emosi untuk mencapai suatu tujuan. Kontrol diri sebagai bentuk disiplin, Ozdemir menyebutkan bahwa regulasi diri juga dikenal sebagai kontrol diri, yaitu kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku penggunaan internet atau media sosial secara sehat.

Berdasarkan skala regulasi diri (*Self Regulation*) dalam penggunaan media sosial yang dijelaskan oleh Zimmerman dalam jurnal Amran Hasbi Adityaputra indikator disiplin bermedia sosial adalah:

sebagai berikut:

- 1.) Kemampuan Mengatur Waktu Penggunaan Media Sosial
- 2.) Kemampuan Mengendalikan Perilaku Bermedia Sosial
- 3.) Kejelasan Tujuan Penggunaan Media Sosial
- 4.) Kemampuan Mengontrol Emosi saat Bermedia Sosial
- 5.) Kepatuhan terhadap Prioritas dan Tanggung Jawab Akademik.²⁹

Selain itu, kedisiplinan bermedia sosial juga dapat dilihat dari perilaku konkret siswa, seperti mampu membatasi durasi penggunaan

²⁸ Pitriani Ramdani and Joko Suprasmanto, *Analisis Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Disiplin Waktu Belajar Mahasiswa*. Jurnal Seminar Nasional Pendidikan Dasar Dan Menengah. Vol. 03 No. 01 2023.

²⁹ Amran Hasbi Adityaputra, *Regulasi Diri Dan Kecanduan Dalam Penggunaan Media Sosial Pada Mahasiswa Generasi Z Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. Jurnal Empati Vol. 11 No. 06 2022.

media sosial saat belajar, tidak menggunakan media sosial secara berlebihan, serta mematuhi jadwal belajar yang telah ditetapkan.³⁰

Berdasarkan uraian tersebut, kedisiplinan bermedia sosial adalah kemampuan siswa mengelola penggunaan media sosial secara terkontrol dan bertanggung jawab, terutama dalam pengaturan waktu, kontrol diri, dan pemenuhan tanggung jawab akademik. Kedisiplinan ini berperan penting dalam mendukung keberhasilan belajar.

Rendahnya kedisiplinan dapat berdampak pada terganggunya konsentrasi, manajemen waktu, dan tanggung jawab belajar. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling diperlukan untuk membantu siswa membentuk perilaku bermedia sosial yang lebih disiplin melalui berbagai layanan seperti informasi, bimbingan kelompok, dan konseling individual.

3. Media Sosial dan Kecanduan Media Sosial

a. Pengertian Media Sosial

Media sosial merupakan sarana komunikasi berbasis internet yang berfungsi sebagai perantara dalam interaksi antarindividu maupun kelompok. Secara umum, media sosial memungkinkan pengguna untuk berkomunikasi, berbagi informasi, serta membangun hubungan melalui berbagai bentuk konten seperti teks, gambar, audio, dan video. Perkembangan teknologi web turut mendorong lahirnya media sosial

³⁰ Siti Rahmah, Nuril Huda, and Muhamad Sabirin, *Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Kedisiplinan Belajar Peserta Didik Madrasah Tsanawiyah*. Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Vol. 08 No. 08 2025.

sebagai ruang interaktif yang tidak hanya bersifat satu arah, tetapi juga memungkinkan partisipasi aktif dari penggunanya.³¹

Dave Kerpen menjelaskan bahwa, media sosial adalah teks, gambar, video, dan kaitan secara daring yang dibagikan diantara orang-orang dan organisasi. Kemudian menurut Rifqi Mulyawan, media sosial adalah kumpulan saluran komunikasi online yang didedikasikan untuk input, interaksi, berbagi konten, dan kolaborasi berbasis komunitas. Selain itu menurut Gramedia Literasi, media sosial dapat dipahami sebagai suatu platform digital yang menyediakan fasilitas untuk melakukan aktivitas sosial bagi setiap penggunanya.³²

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa media sosial adalah platform komunikasi berbasis internet yang memungkinkan pengguna untuk berinteraksi, berbagi, dan menciptakan informasi dalam suatu jaringan atau komunitas virtual. Media sosial tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai ruang partisipasi dan kolaborasi secara daring.

Media sosial memiliki pengaruh terhadap perilaku siswa, khususnya dalam kedisiplinan belajar. Kemudahan akses dan tingginya intensitas penggunaan media sosial dapat memberikan dampak positif maupun negatif. Jika tidak dikendalikan, penggunaan media sosial dapat mengganggu konsentrasi, manajemen waktu, dan tanggung jawab belajar siswa. Oleh karena itu, diperlukan peran layanan bimbingan dan konseling

³¹ Musyirah Rahman et al, *Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Media Pembelajaran*,. Jurnal On Education Vol 05 No. 3 2023.

³² Irene Preisilia Ilat et al, *Dampak Penggunaan Media Sosial Bagi Kesehatan Mental Remaja*. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan Vol. 9 No. 10 2023.

dalam membantu siswa menggunakan media sosial secara bijak dan bertanggung jawab.

Hal ini sejalan dengan firman Allah dalam surah Al-Hujurat ayat 6:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَن تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصْحَبُوا عَلَىٰ مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ

Artinya:

“Wahai orang-orang yang beriman, jika seorang fasik datang kepadamu membawa suatu berita penting, maka telitilah kebenarannya agar kamu tidak mencelakakan suatu kaum karena ketidaktahuan yang akhirnya menyebabkan kamu menyesali perbuatanmu itu.”

b. Jenis-Jenis Media Sosial

Media sosial memiliki beragam jenis yang berkembang sesuai dengan kebutuhan komunikasi dan interaksi pengguna di dunia digital. Kaplan dan Haenlein mengelompokkan media sosial ke dalam enam jenis utama, yaitu proyek kolaborasi (misalnya Wikipedia), blog dan microblog (seperti *Twitter*), komunitas konten (seperti *YouTube*), situs jejaring sosial (seperti *Facebook*), virtual game (seperti *World of Warcraft*), dan virtual social (seperti *Second Life*). Klasifikasi ini menunjukkan bahwa media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai ruang kolaborasi, hiburan, dan pembentukan komunitas virtual.³³

Selain itu, Arif Rahmadi membagi media sosial ke dalam beberapa bentuk yang lebih sederhana, yaitu forum, *microblog*, *social networking*, serta media berbagi foto dan video. Forum digunakan untuk diskusi dan

³³ Ibid.

berbagi informasi, *microblog* untuk menyampaikan pesan singkat, *social networking* untuk membangun relasi sosial, sedangkan media berbagi foto dan video digunakan untuk menyalurkan konten visual secara luas.³⁴

Berdasarkan pendapat tersebut, media sosial memiliki berbagai jenis sesuai fungsi dan penggunaannya, seperti kolaborasi, komunikasi, jejaring sosial, dan berbagi konten, yang secara umum berfungsi untuk memfasilitasi interaksi dan pertukaran informasi.

Beragamnya jenis media sosial memengaruhi intensitas penggunaan siswa, yang berpotensi menimbulkan distraksi dalam belajar. Oleh karena itu, pemahaman tentang jenis media sosial penting sebagai dasar dalam meningkatkan kedisiplinan siswa melalui peran bimbingan dan konseling.

c. Kecanduan Media Sosial

Kecanduan media sosial merupakan kondisi penggunaan media sosial secara berlebihan dan tidak terkontrol sehingga menimbulkan ketergantungan serta mengganggu aktivitas sehari-hari, termasuk fungsi akademik, sosial, dan kesehatan mental. Kondisi ini termasuk dalam kategori *behavioral addiction* atau kecanduan perilaku yang berkaitan dengan penggunaan teknologi berbasis internet.³⁵

Andreassen dan Pallesen menjelaskan bahwa kecanduan media sosial ditandai oleh penggunaan yang berlebihan, ketergantungan psikologis, serta munculnya gejala seperti kecemasan atau kegelisahan ketika tidak mengakses media sosial. Sejalan dengan itu, Griffiths

³⁴ Kariaman Sinaga et al, *Pelatihan Meminimalisir Efek Hoaks Media Sosial Di Desa Namo Sialang Kec. Batang Serangan Kab. Langkat-Sumut*. Jurnal Network Media Vol. 02 No. 1 2019.

³⁵ Ibid.

menyatakan bahwa kecanduan media sosial merupakan gangguan perilaku yang ditandai dengan dorongan kompulsif untuk terus menggunakan media sosial meskipun menimbulkan dampak negatif. Kuss dan Griffiths menambahkan bahwa kecanduan ini memiliki karakteristik seperti *craving* (keinginan kuat) dan *relapse* (kambuh) setelah mencoba menghentikan penggunaan.³⁶

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecanduan media sosial adalah bentuk kecanduan perilaku yang ditandai oleh penggunaan media sosial secara berlebihan, ketergantungan psikologis, serta ketidakmampuan mengontrol penggunaan meskipun berdampak negatif terhadap kehidupan individu.

Kecanduan media sosial dapat memengaruhi kedisiplinan belajar siswa, karena penggunaan berlebihan dapat mengurangi tanggung jawab akademik dan kontrol diri. Oleh karena itu, diperlukan peran bimbingan dan konseling untuk membantu siswa menggunakan media sosial secara lebih bijak dan seimbang.

d. Faktor Penyebab Kecanduan Media Sosial

Hakim dan Raj menjelaskan alasan remaja yang mengalami kecanduan media sosial dikarenakan ia tidak memperoleh kepuasan diri ketika melakukan hubungan sosial secara langsung atau *face to*

³⁶ Muhamad Ayub and Sofia Farzanah Sulaeman, *Dampak Sosial Media Terhadap Interaksi Sosial Pada Remaja*. Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling Vol. 7 No. 1 2022.

face maka dari itu individu tersebut harus bergantung pada komunikasi *online* untuk memenuhi kebutuhannya dalam berinteraksi secara sosial.³⁷

Yuwanto dalam jurnal Jamaludin mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kecanduan mengakses jejaring sosial adalah faktor sosial, dimana faktor sosial ini merupakan sarana untuk individu berinteraksi dengan orang lain, dalam faktor ini terdapat *mandatory behavior* yang artinya memuaskan kebutuhan dalam berinteraksi dengan orang lain. Orang yang kecanduan tersebut menemukan kepuasan yang tidak didapatkan di dunia nyata.³⁸

Selain faktor sosial, terdapat pula faktor psikologis, seperti rendahnya harga diri, kesepian, kecemasan, dan depresi, yang mendorong individu mencari pelarian dan validasi melalui media sosial. Faktor biologis juga berperan, terutama yang berkaitan dengan kemampuan kontrol diri. Individu dengan kontrol diri yang rendah cenderung lebih rentan mengalami kecanduan. Selain itu, stres akademik juga dapat menjadi pemicu, karena siswa menggunakan media sosial sebagai bentuk pelarian dari tekanan belajar.³⁹

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecanduan media sosial dipengaruhi oleh faktor sosial, psikologis, dan biologis yang saling berkaitan. Ketidakpuasan dalam interaksi sosial,

³⁷ Brillyan Gita Abigamika Arimbawa, Miftahul Arifin, and Siti Napisah, *Analisa Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Universitas PGRI Banyuwangi*. Jurnal Bina Ilmu Cendekia Vol. 2 No. 1 2020.

³⁸ Ibid.

³⁹ Jamaludin, Aulia Syarifah, Karyadi, *Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan Pada Mahasiswa A*. Jurnal Edu Dharma Vol. 6 No. 2 2022.

kondisi emosional, serta rendahnya kontrol diri menjadi faktor utama yang mendorong penggunaan media sosial secara berlebihan.

Faktor-faktor tersebut memengaruhi perilaku siswa dalam menggunakan media sosial sehingga berdampak pada kedisiplinan belajar. Siswa yang kecanduan cenderung kurang mampu mengontrol waktu dan tanggung jawab akademik, sehingga diperlukan peran bimbingan dan konseling untuk membantu meningkatkan kontrol diri dan pengelolaan emosi.

e. Indikator Orang Yang Mengalami Kecanduan Media Sosial

Kecanduan media sosial merupakan salah satu bentuk perilaku adiktif yang ditandai dengan ketergantungan individu terhadap penggunaan media sosial secara berlebihan. Kuss dan Griffiths mengemukakan bahwa kecanduan media sosial memiliki enam indikator utama, yaitu *salience* (dominasi pikiran), *mood modification* (perubahan suasana hati), *tolerance* (peningkatan durasi penggunaan), *withdrawal* (gejala tidak nyaman saat tidak mengakses), *conflict* (pertentangan internal maupun sosial), dan *relapse* (kegagalan mengontrol penggunaan). Seseorang dapat dikategorikan mengalami kecanduan apabila memenuhi minimal tiga dari indikator tersebut.⁴⁰

Selain itu, Young dan Rodgers menjelaskan bahwa kecanduan media sosial ditandai oleh ketidakmampuan mengontrol penggunaan, meningkatnya kebutuhan waktu akses, munculnya emosi negatif saat

⁴⁰ Intan Sugiyanto, *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Dampak Penggunaan Media Sosial Oleh Remaja Di Sman Kota Pasuruan*. Perpustakaan Universitas Airlangga, 2017, Hal 1–179.

penggunaan dibatasi, serta kecenderungan menggunakan media sosial sebagai pelarian dari masalah. Kondisi ini menunjukkan adanya ketergantungan psikologis yang berdampak pada kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecanduan media sosial adalah kondisi ketika individu tidak mampu mengendalikan penggunaan media sosial sehingga menimbulkan ketergantungan secara kognitif, emosional, dan perilaku. Hal ini ditandai dengan dominasi aktivitas media sosial dalam kehidupan individu, peningkatan intensitas penggunaan, serta munculnya dampak negatif baik secara sosial, akademik, maupun kesehatan.

Indikator kecanduan media sosial menjadi dasar untuk mengidentifikasi tingkat kedisiplinan siswa dalam menggunakan media sosial. Perilaku seperti penggunaan media sosial saat pembelajaran, sulit mengatur waktu, serta mengabaikan tugas sekolah menunjukkan adanya kecenderungan kecanduan yang berdampak pada menurunnya disiplin belajar. Oleh karena itu, peran layanan Bimbingan dan Konseling (BK) sangat penting dalam membantu siswa mengontrol penggunaan media sosial agar lebih bijak dan tidak mengganggu proses pembelajaran.

4. Dampak Media Sosial Terhadap Kedisiplinan

Media sosial merupakan sarana komunikasi digital yang memiliki pengaruh besar terhadap perilaku individu, termasuk dalam aspek kedisiplinan. Penggunaan media sosial dapat memberikan dampak positif maupun negatif, tergantung pada intensitas dan cara penggunaannya.

a. Dampak Positif

Media sosial dapat memberikan berbagai manfaat, seperti mempermudah akses informasi, mendukung proses pembelajaran, serta memperluas interaksi sosial. Dalam konteks pendidikan, media sosial dapat dimanfaatkan sebagai sarana mencari referensi, berdiskusi, dan berbagi materi pembelajaran. Selain itu, media sosial juga dapat memberikan dukungan sosial yang berdampak pada peningkatan kesejahteraan psikologis, seperti mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan rasa percaya diri.⁴¹

Sejalan dengan hal tersebut hairuni menyebutkan dampak positif media sosial antara lain mempermudah kegiatan belajar karena dapat diakses dimana saja dan oleh siapa saja, contoh adanya *Udemy*, *Zoom*, *Skill Academy* dll, Mencari dan menambah teman baru, dengan adanya media sosial seperti facebook, twitter maupun instagram pengguna hanya perlu untuk memecet tombol *add*, *follow*, *chat* ataupun *DM (Direct Message)*, menghilangkan kepenatan belajar, media sosial memiliki fitur video terbaru maupun berita terkini sehingga menjadi hiburan tersendiri sesuai dengan selera masing-masing pengguna.⁴²

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa media sosial memiliki potensi positif dalam mendukung aktivitas belajar dan perkembangan sosial siswa apabila digunakan secara bijak dan terkontrol.

⁴¹ Ibid.

⁴² Ibid.

b. Dampak Negatif

Di sisi lain, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat berdampak negatif terhadap kedisiplinan siswa. Media sosial seringkali mengalihkan perhatian dari tugas utama, sehingga siswa cenderung menunda pekerjaan, sulit berkonsentrasi, dan mengabaikan tanggung jawab akademik. Selain itu, kebiasaan penggunaan yang tidak terkontrol dapat menyebabkan gangguan pola tidur, penurunan prestasi belajar, serta berkurangnya interaksi sosial secara langsung.⁴³

Siswa yang sering menggunakan aplikasi media sosial seringkali melupakan waktu, terutama saat sedang berlangsung proses belajar mengajar di kelas. Mereka yang tercakup dalam media sosial lebih sering menghabiskan waktu di ponsel mereka daripada memperhatikan guru yang sedang dijelaskan. Hal ini disebabkan oleh kurangnya perhatian pendidik dalam menerangi siswa selama proses belajar mengajar.⁴⁴ Senada dengan Nurmadia, juga menyatakan bahwa pengguna media sosial yang mengalami kecanduan media sosial kerap memutus komunikasi dengan keluarga dan teman sebaya di dunia nyata, sehingga mengabaikan aktivitas sosial dan waktu luangnya.

Secara psikologis, penggunaan media sosial yang berlebihan juga dikaitkan dengan meningkatnya kecemasan, depresi, serta rendahnya harga diri akibat perbandingan sosial. Dalam konteks perilaku, siswa yang

⁴³ Simiyu Chrispinus Nyongesa, Catherine Kiprop, and Sammy Chumba, *Influence Social Media On Students Discipline In Secondary Schools In Kenya*. Global Journal of Arts, Humanities and Social Sciences Vol. 7 No. 9 2019.

⁴⁴ Nisfa Lailatul Izza, *Upaya Penanaman Penggunaan Media Sosial Dalam Melindungi Anak-Anak Dari Dampak Negatif Media Sosial*. Jurnal of Islamic Education Studies Vol. 8 No. 2 2023.

mengalami kecanduan cenderung menggunakan media sosial saat proses pembelajaran berlangsung, sulit mengatur waktu, dan menunjukkan perilaku indisipliner.⁴⁵

Hal ini sejalan dengan firman Allah dalam surah Al-Hujurat ayat 11:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الِالَّذِي عَلِمَ الْإِيمَانُ ۚ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Artinya:

“Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, boleh jadi mereka yang diperolok-olokkan lebih baik daripada mereka yang mengolok-olok. Jangan pula perempuan-perempuan mengolok-olok perempuan lain, boleh jadi perempuan yang diperolok-olokkan lebih baik daripada perempuan yang mengolok-olok. Janganlah kamu saling mencela dan saling memanggil dengan julukan yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah panggilan kefasikan setelah beriman. Siapa yang tidak bertobat, mereka itulah orang-orang zalim.”

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa dampak negatif media sosial lebih dominan muncul ketika penggunaannya tidak terkontrol, yang berakibat pada menurunnya kedisiplinan, baik dalam belajar maupun dalam menjalankan tanggung jawab sehari-hari.

Dalam penelitian ini, dampak media sosial menjadi variabel penting yang berkaitan langsung dengan kedisiplinan siswa. Penggunaan media

⁴⁵ Ika Rizki Ramadhani, Suyoto, *Efek Media Sosial Di Era Kemajuan Teknologi Terhadap Kedisiplinan Belajar Peserta Didik Kelas IV Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan Tambusai Vol. 8 No. 1 2024.

sosial yang tidak terkontrol dapat menyebabkan siswa kurang disiplin dalam mengatur waktu belajar, tidak fokus saat pembelajaran, serta menunda penyelesaian tugas. Sebaliknya, jika dimanfaatkan secara tepat, media sosial dapat mendukung proses belajar dan meningkatkan kedisiplinan.

Oleh karena itu, diperlukan peran layanan Bimbingan dan Konseling (BK) untuk membantu siswa mengelola penggunaan media sosial secara bijak, sehingga dampak negatif dapat diminimalisir dan kedisiplinan siswa dapat ditingkatkan.

5. Upaya layanan BK dalam Membantu Kesiapan Penggunaan Media Sosial

Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki peran penting dalam membantu siswa mengelola penggunaan media sosial secara sehat dan bertanggung jawab. Melalui pendekatan psikologis, khususnya kognitif dan afektif, layanan BK bertujuan membentuk pemahaman, sikap, serta perilaku siswa agar mampu mengontrol diri dalam menggunakan media sosial.⁴⁶

Berdasarkan Undang-undang No. 20 Tahun 2003 maka bimbingan konseling diidentifikasi sebagai sarana yang efektif dalam membantu siswa mengatasi tantangan psikologisnya. Layanan ini dapat memberikan dukungan emosional, membantu mengembangkan keterampilan sosial, dan memberikan panduan dalam pengambilan keputusan, yang semuanya berkontribusi pada kesejahteraan psikologis siswa. Beberapa fenomena yang perlu diperhatikan pada saat ini ialah diantaranya seperti; Teknologi dan

⁴⁶ Priani, *Mengatasi Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Melalui Layanan Bimbingan Konseling*. Jurnal Ilmu Bimbingan Dan Konseling Vol. 1 No. 1 2024.

Media Sosial, pada fenomena penggunaan teknologi dan media sosial yang merajalela dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja.⁴⁷

Berbagai bentuk layanan BK dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan kedisiplinan akibat penggunaan media sosial. Layanan informasi dan bimbingan klasikal berfungsi memberikan pemahaman kepada siswa mengenai penggunaan media sosial yang bijak, dampak positif dan negatif, serta cara mengatur waktu. Sementara itu, konseling individu dan konseling kelompok membantu siswa mengatasi permasalahan secara lebih mendalam, baik dari aspek emosional, sosial, maupun akademik.⁴⁸ Kemudian Winkel menambahkan layanan informasi berusaha memenuhi kekurangan informasi yang diperlukan.⁴⁹

Berbagai layanan bimbingan dan konseling juga yang dapat diberikan untuk membantu siswa dengan masalah disiplin karakter meliputi: layanan orientasi, layanan informasi, layanan penguasaan materi, layanan penempatan dan distribusi, layanan konseling individu, layanan konseling kelompok, layanan konsultasi, layanan mediasi, dan layanan advokasi.⁵⁰

Selain itu, Rosidah mengemukakan bimbingan kelompok dinilai efektif dalam menanamkan nilai-nilai positif melalui dinamika kelompok, sehingga siswa dapat saling berbagi pengalaman dan solusi terkait

⁴⁷ Dina Hajja Ristianti et al, *Implementasi Layanan Bimbingan Konseling Dalam Mewujudkan Kesejahteraan Psikologis Siswa Di SMPIT An-Nida*. Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling Islam Vol. 4 No. 2 2024.

⁴⁸ Febiyolla Usmaya, Zainal Fauzi, and Ainun Heiriyah, *Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial Di Sman 12 Banjarmasin*. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Vol. 10 No 1 2025.

⁴⁹ Febriansyah, *Peningkatan Belajar Mandiri Siswa Di Sekolah Melalui Layanan Informasi Dengan Media Sinematografi*. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam Vol. 4 No. 2 2020.

⁵⁰ Ibid.

penggunaan media sosial. Pendekatan ini tidak hanya bersifat kuratif, tetapi juga preventif dalam mencegah munculnya perilaku tidak disiplin.⁵¹

Upaya layanan BK juga perlu didukung dengan pendekatan holistik melalui kerja sama antara guru BK, guru mata pelajaran, dan orang tua. Kolaborasi ini penting untuk memberikan pengawasan, dukungan emosional, serta pembiasaan perilaku disiplin baik di sekolah maupun di rumah. Dengan demikian, penanganan masalah penggunaan media sosial tidak hanya dilakukan secara individual, tetapi juga secara sistematis.

Berdasarkan penelitian Erma, Agustina Malan, dan Ardwinner Joy Tumong, implementasi layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah mengacu pada empat komponen utama yang dikemukakan oleh Norman C. Gysbers dan Patricia Henderson, yaitu layanan dasar, perencanaan individual, layanan responsif, dan dukungan sistem. Keempat komponen tersebut saling terintegrasi dalam mendukung perkembangan peserta didik secara menyeluruh. Adapun penjelasan masing-masing komponen sebagai berikut:

1). Layanan Dasar

- Pengumpulan need assessment (kebutuhan siswa)

Guna penyusunan program layanan bimbingan dan konseling dengan menyebarkan assessment baik berupa ITP (Inventori Tugas Perkembangan) dan DCM (Daftar Cek Masalah). Untuk mengetahui permasalahan kecanduan media sosial yang dialami siswa.

- Pengelolaan media informasi

⁵¹ Tri Susilo and Drajat Edy Kurniawan, *Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas VII Di Smp IT Masjid Syuhada Yogyakarta*. Jurnal Advice Vol. 2 No. 20 2020.

Media informasi BK seperti poster, leaflet, dan papan bimbingan digunakan untuk menyampaikan edukasi secara visual agar lebih mudah dipahami dalam mengurangi kecanduan media sosial.

2). Strategi Layanan Peminatan dan Perencanaan Individual

Strategi ini dilakukan dengan memperkuat pemahaman siswa tentang dampak kecanduan media sosial, sehingga mereka terdorong menghindari perilaku negatif seperti apatis, *cyberbullying*, dan depresi.

3). Strategi Layanan Responsif

Layanan responsif merupakan bantuan segera untuk mengatasi masalah siswa, seperti kecanduan media sosial, melalui konseling individu atau kelompok agar siswa dapat menemukan solusi atas permasalahannya.

4). Strategi Dukungan Sistem

Dukungan sistem dilakukan melalui kerja sama dengan orang tua dalam mengawasi penggunaan media sosial, misalnya dengan memanfaatkan fitur *screen time* untuk membatasi akses, memantau aktivitas, dan mengontrol durasi penggunaan smartphone siswa.⁵²

Selain itu, pembentukan konsep diri positif juga menjadi fokus penting dalam layanan BK. Siswa dengan konsep diri yang baik cenderung mampu mengontrol perilaku, termasuk dalam penggunaan media sosial,

⁵² Erma, Agustina Malan, Ardwinner Joy Tumonglo, *Peran Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Yang Berprestasi Rendah*. Jurnal Pendidikan Agama Kristen Dan Katolik Vol. 3 No. 1 2026.

sehingga dapat meningkatkan kedisiplinan dalam belajar dan kehidupan sehari-hari.⁵³

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan BK berperan strategis dalam meningkatkan kedisiplinan penggunaan media sosial melalui pendekatan preventif, kuratif, dan pengembangan. Layanan ini membantu siswa memahami dampak penggunaan media sosial, mengontrol diri, serta membentuk perilaku disiplin yang lebih baik.

Dalam konteks penelitian ini, upaya layanan BK menjadi variabel penting dalam mengatasi permasalahan kedisiplinan siswa akibat penggunaan media sosial. Melalui berbagai layanan yang terarah dan sistematis, diharapkan siswa mampu menggunakan media sosial secara bijak tanpa mengganggu tanggung jawab akademiknya.

B. Penelitian Yang Relevan

Penelitian terdahulu adalah sebagai perbandingan terhadap penelitian yang ada baik mengenai kekurangan atau kelebihan yang ada sebelumnya. Beberapa peneliti sebelumnya telah melakukan penelitian tentang kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial. Penelitian yang dapat dibahas dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nurul Fadhillah Arna

Dalam penelitian Nurul Fadhillah Arna dengan judul *“Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di SMA Negeri 10 Sinjai”* menggunakan pendekatan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru Bimbingan dan Konseling memiliki peran

⁵³ Ibid.

dalam meningkatkan kedisiplinan siswa secara umum melalui berbagai layanan dan upaya pembinaan yang dilakukan di lingkungan sekolah.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang penulis lakukan terletak pada subjek penelitian, yaitu sama-sama meneliti peran guru Bimbingan dan Konseling dalam menangani permasalahan yang berkaitan dengan kedisiplinan siswa. Adapun perbedaannya terletak pada fokus kajian penelitian, di mana penelitian Nurul Fadhillah Arna berfokus pada peningkatan kedisiplinan siswa secara umum, sedangkan penelitian yang penulis lakukan lebih difokuskan pada strategi layanan Bimbingan dan Konseling dalam mengatasi ketidakdisiplinan siswa dalam bermedia sosial.⁵⁴

2. Penelitian yang dilakukan oleh Sofia Octavia Ahmad Yani

Dalam penelitian Sofia Octavia Ahmad Yani yang berjudul “*Peran Guru BK dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di SMAN 1 Sukadana Kabupaten Ciamis*” digunakan pendekatan kualitatif dengan fokus pada peran guru BK dalam meningkatkan kedisiplinan siswa secara umum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru BK berperan melalui pembinaan, arahan, dan pemberian pemahaman tentang pentingnya disiplin di sekolah.

Persamaan dengan penelitian penulis terletak pada fokus terhadap peran layanan BK dalam membentuk perilaku disiplin siswa. Perbedaannya, penelitian Sofia menekankan peningkatan kedisiplinan secara umum, sedangkan penelitian penulis lebih spesifik pada strategi

⁵⁴ Ibid.

layanan BK dalam mengatasi ketidakdisiplinan siswa dalam penggunaan media sosial di lingkungan sekolah.⁵⁵

3. Penelitian yang dilakukan oleh Alya Nisrina dan Yasintha Sari Pratiwi

Penelitian terdahulu oleh Alya Nisrina dan Yasintha Sari Pratiwi berjudul "*Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Think Pair Share (TPS) untuk Mereduksi Kecanduan Media Sosial pada Siswa Kelas IX SMP Islamic Center Samarinda Tahun Ajaran 2024/2025*" menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen dengan desain *one-group pretest-posttest*. Penelitian ini bertujuan menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik Think Pair Share (TPS) dalam mengurangi kecanduan media sosial siswa. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat kecanduan media sosial setelah lima kali pertemuan, dari kategori tinggi menjadi sedang, sehingga layanan tersebut dinilai cukup efektif.

Persamaan dengan penelitian penulis terletak pada tema yang sama, yaitu upaya mengatasi permasalahan penggunaan media sosial pada siswa melalui layanan Bimbingan dan Konseling untuk membentuk perilaku penggunaan media sosial yang lebih positif. Perbedaannya, penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen dan berfokus pada efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik TPS dalam mereduksi kecanduan media sosial, sedangkan penelitian penulis menggunakan pendekatan kualitatif dengan fokus pada strategi layanan BK dalam mengatasi ketidakdisiplinan siswa dalam bermedia sosial serta

⁵⁵ Ibid.

menekankan proses pelaksanaan layanan dan pembentukan kedisiplinan siswa.⁵⁶

4. Penelitian yang dilakukan oleh Aisya Alkestri Mallaena, Munir Yusuf, dan Hasbi Hasbi

Penelitian terdahulu oleh Aisya Alkestri Mallaena, Munir Yusuf, dan Hasbi Hasbi berjudul "*Kinerja Guru Bimbingan Konseling dan Implikasi Penerapan Sistem Poin Pelanggaran terhadap Kedisiplinan Siswa*" menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian ini bertujuan mengkaji pelaksanaan layanan BK, penerapan sistem poin pelanggaran, dan persepsi siswa terhadap kedisiplinan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kinerja guru BK belum optimal, namun terdapat upaya pengembangan melalui Tim Konselor Terpadu, serta sistem poin pelanggaran dinilai dapat membantu meningkatkan kedisiplinan siswa meskipun masih terdapat beberapa kendala.

Persamaan dengan penelitian penulis terletak pada kajian mengenai peran layanan BK dalam meningkatkan kedisiplinan siswa serta penggunaan pendekatan kualitatif. Perbedaannya, penelitian tersebut berfokus pada kinerja guru BK dan sistem poin pelanggaran untuk meningkatkan kedisiplinan secara umum, sedangkan penelitian penulis

⁵⁶ Alya Nisrina, Yasintha Sari Pratiwi, *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Think Pair Share (Tps) Untuk Mereduksi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Kelas Ix Smp Islamic Center Samarinda Tahun Ajaran 2024/2025*. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo Vol. 7 No. 1 2025.

lebih menitikberatkan pada strategi layanan BK dalam mengatasi ketidakdisiplinan siswa dalam bermedia sosial di lingkungan sekolah.⁵⁷

5. Penelitian yang dilakukan oleh Vika Tsalatsun Roghibah dan Pudji Rahmawati

Penelitian terdahulu oleh Vika Tsalatsun Roghibah dan Pudji Rahmawati berjudul “*Strategi Guru BK dalam Membangun Kedisiplinan Siswa: Studi Kasus di MAN 2 Mojokerto*” menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan tujuan mendeskripsikan strategi guru BK dalam membangun kedisiplinan siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru BK menerapkan berbagai strategi, seperti konseling individu, konseling kelompok, layanan informasi, penyuluhan klasikal, pemberian sanksi edukatif, serta kerja sama dengan wali kelas dan guru mata pelajaran. Pendekatan yang digunakan menekankan aspek preventif dan edukatif untuk menumbuhkan kesadaran dan tanggung jawab siswa.

Persamaan dengan penelitian penulis terletak pada fokus kajian mengenai strategi layanan BK dalam meningkatkan kedisiplinan siswa serta penggunaan pendekatan kualitatif. Perbedaannya, penelitian tersebut membahas kedisiplinan siswa secara umum, sedangkan penelitian penulis secara khusus mengkaji strategi layanan BK dalam mengatasi ketidakdisiplinan siswa dalam bermedia sosial dan pembentukan kedisiplinan digital di lingkungan sekolah.⁵⁸

⁵⁷ Aisya alkestri Mallaena, Munir Yusuf, and Hasbi, *Kinerja Guru Bimbingan Konseling Dan Implikasi Penerapan Sistem Poin Pelanggaran Terhadap Kedisiplinan Siswa*. Jurnal Konseling Dan Pendidikan Vol. 11 No. 3 2023.

⁵⁸ Vika Tsalatsun Roghibah and Pudji Rahmawati, *Strategi Guru BK Dalam Membangun Kedisiplinan Siswa Studi Kasus Di MAN 2 Mojokerto*. Jurnal Bimbingan Konseling Islam Vol. 7 No. 2 2025.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Menurut Sugiyono , penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) di mana peneliti adalah sebagai instrument kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.⁵⁹

Pendekatan ini umum digunakan untuk mengeksplorasi peristiwa, fenomena, atau situasi sosial. Tujuannya adalah memahami pengalaman subjek penelitian melalui deskripsi yang dituangkan dalam bentuk kata-kata dan bahasa, sesuai dengan konteks alami yang khas. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa kata-kata, gambar, dan hasil pengamatan, yang disusun langsung di lokasi penelitian tanpa disajikan dalam bentuk angka statistik.⁶⁰

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MAN Rejang Lebong, di mana peneliti tertarik untuk menganalisis strategi layanan bimbingan dan konseling dalam membentuk kedisiplinan bermedia sosial siswa. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada belum adanya penelitian sebelumnya yang secara khusus mengkaji strategi

⁵⁹ Rizal Safarudin, Martin Kustati, and Nana Sepriyanti, *Penelitian Kualitatif*. Jurnal Of Social Science Research Vol. 3 No. 2 2023.

⁶⁰ Adhi Kusumastuti and Ahmad Mustamil Khoiron, *Metode Penelitian Kualitatif* (Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo (LPSP), 2019, hlm.2-3.

layanan bimbingan dan konseling terkait kedisiplinan bermedia sosial di sekolah tersebut. Selain itu, MAN Rejang Lebong memiliki karakteristik tersendiri sebagai salah satu madrasah aliyah yang cukup berkembang di Kabupaten Rejang Lebong. Penelitian ini dilakukan di MAN Rejang Lebong. Waktu penelitian dilakukan terhitung dari tanggal 18 Februari sampai 18 April 2026.

C. Subjek Penelitian

Dalam penelitian kualitatif, istilah *informan* digunakan untuk merujuk pada subjek penelitian yang berperan sebagai sumber data. Informan adalah individu yang memberikan tanggapan, pengalaman, serta informasi yang dibutuhkan oleh peneliti. Oleh karena itu, peneliti perlu memastikan bahwa informan yang dipilih memiliki pengetahuan dan keterlibatan yang relevan dengan fokus penelitian, sehingga data yang diperoleh akurat dan dapat dipertanggungjawabkan.

Dalam konteks penelitian ini, informan dibedakan menjadi dua kategori sebagai berikut:

1. Informan Utama

Informan utama dalam penelitian ini adalah lima orang siswa kelas XI di MAN Rejang Lebong. Pemilihan informan dilakukan berdasarkan rekomendasi oleh guru BK karena menunjukkan perilaku penggunaan media sosial yang berlebihan, kemudian siswa yang pernah mendapatkan pembinaan atau layanan BK terkait penggunaan media sosial.

2. Informan Kunci

Adapun informan kunci dalam penelitian ini meliputi satu orang guru Bimbingan dan Konseling (BK), satu orang wali kelas, satu orang guru mata

pelajaran serta dua orang teman sekelas dari siswa yang menjadi informan kunci. Informan kunci ini dipilih karena memiliki keterlibatan langsung serta pengetahuan yang mendukung dalam memberikan informasi tambahan dan sebagai bentuk triangulasi data terhadap hasil wawancara dengan informan kunci.

D. Jenis Data

1. Data Primer

Sugiyono mengemukakan data primer adalah data yang diperoleh langsung dari sumber pertama, baik melalui wawancara, observasi, angket, atau eksperimen.⁶¹ Husein Umar mengemukakan, data primer merupakan data yang didapatkan secara langsung dari sumber utama, seperti yang didapatkan dari individu atau disebut responden dengan menggunakan cara yakni wawancara ataupun menggunakan kuesioner yang umum digunakan oleh para peneliti. Dalam penelitian ini data primer yang didapatkan oleh peneliti yakni hasil wawancara terstruktur dengan Guru Bimbiungan dan Konseling Pendidikan Islam.

2. Data Sekunder

Data sekunder ini biasanya dikenal sebagai data penunjang dari data primer, dimana data sekunder bertitik pada suatu informasi ataupun data yang dapat digunakan peneliti untuk pelengkap data penelitian. Penelitian ini menggunakan data sekunder yang berasal dari buku, artikel, dan dokumentasi.⁶²

⁶¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, Bandung Alfabeta. CV, 2024, hlm. 296

⁶² Undari Sulung and Mohamad Muspawi, *Memahami Sumber Data Penelitian: Primer, Sekunder, Dan Tersier*. Jurnal Edu Research Vol. 5 No. 3 2024.

E. Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan tahap krusial dalam setiap penelitian, karena inti dari penelitian adalah memperoleh data yang relevan dan akurat.

Tanpa penerapan teknik pengumpulan data yang tepat, peneliti tidak akan dapat memperoleh informasi yang sesuai dengan standar yang telah ditetapkan. Dalam penelitian ini, peneliti memilih untuk menggunakan metode-metode berikut:

1. Wawancara

Sutrisno Hadi mengungkapkan bahwa wawancara adalah alat yang sangat baik untuk mengetahui tanggapan, pendapat, keyakinan, perasaan, motivasi, serta proyeksi seseorang terhadap masa depannya, mempunyai kemampuan yang cukup besar untuk menggali masa lalu seseorang serta rahasia-rahasia hidupnya. Menurut Robert Kahn dan Channel pengertian wawancara adalah pola khusus dari interaksi dimulai secara lisan untuk tujuan tertentu, dan difokuskan pada daerah konten yang spesifik, dengan proses eliminasi dari bahan-bahan yang tidak ada hubungannya secara berkelanjutan.⁶³

Penulis memberikan kesempatan kepada narasumber untuk berbicara secara luas serta mendalam, dalam hal ini peneliti menggunakan teknik wawancara terbuka. Sebelum peneliti melakukan wawancara, peneliti telah menyiapkan daftar pertanyaan terlebih dahulu. Peneliti mengadakan wawancara dengan Guru BK guna mendapatkan informasi tentang segala hal yang berkaitan dengan kedisiplinan bermedia sosial siswa di MAN Rejang Lebong kelas XI

⁶³ Moh Fajar Saputra et al, *Peta Aset Budaya Pada Masyarakat Desa Watunonju*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Vol. 2 No. 2 2022.

Tabel 2 Kisi-Kisi Wawancara

2. Observasi

KISI-KISI WAWANCARA			
NO	Aspek	Indikator	Informan
1.	Pengelolaan waktu	Kemampuan mengatur waktu penggunaan media sosial	Siswa
2.	Pengendalian perilaku	Kemampuan mengendalikan perilaku bermedia sosial	Siswa
3.	Orientasi tujuan	Kejelasan tujuan penggunaan media sosial	Siswa
4.	Pengendalian emosi	Kemampuan mengontrol emosi saat bermedia sosial	Siswa
5.	Tanggung jawab akademik	Kepatuhan terhadap prioritas dan tanggung jawab akademik	Siswa
7.	Pengumpulan need assessment (Layanan Dasar)	Perencanaan layanan BK	Guru BK
8.	Penyediaan informasi (Layanan Dasar)	Pengelolaan media informasi	Guru BK
9.	Strategi layanan peminatan dan perencanaan individual	Layanan pengembangan siswa	Guru BK
10.	Strategi layanan responsif	Penanganan permasalahan siswa	Guru BK
11.	Strategi dukungan sistem	Kerja sama dan dukungan	Guru BK

Observasi Merupakan suatu metode yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian melalui pengamatan langsung di lapangan untuk mengetahui dan menemukan informasi yang ada. Selama berada di lapangan, peneliti melakukan observasi untuk menggambarkan situasi umum yang terjadi, kemudian mencatat secara tertulis, merekam, dan menganalisis data yang diperoleh. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis

observasi non partisipan dimana peneliti sebagai orang luar sehingga dia tidak atau hanya berperan sebagai pengamat.⁶⁴

Observasi dilakukan untuk mengamati perilaku siswa dalam penggunaan media sosial dan kedisiplinan belajar di lingkungan sekolah.

Tabel 3 Kisi-Kisi Observasi

Instrumen Penelitian Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Membentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial Siswa Di Man Rejang Lebong (Observasi)						
NO	Pertanyaan Penelitian	Aspek yang Diamati	Indikator Perilaku	Sumber/Objek	Hasil Observasi	
					Ya	Tidak
1.	Bagaimana bentuk kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong?	Pengelolaan waktu penggunaan media sosial	Siswa tidak menggunakan ponsel saat jam pelajaran berlangsung	Siswa di dalam kelas		
		Pengendalian perilaku bermedia sosial	Siswa tidak membuka aplikasi media sosial selama kegiatan pembelajaran	Siswa		
		Kejelasan tujuan penggunaan media sosial	Siswa menggunakan gawai untuk keperluan pembelajaran ketika diizinkan guru	Proses belajar mengajar		
		Pengendalian emosi saat bermedia sosial	Siswa tidak menunjukkan reaksi emosional berlebihan akibat interaksi media sosial di sekolah	Lingkungan sekolah		

⁶⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabeta, 2021, hlm. 411.

		Tanggung jawab akademik	Siswa fokus mengikuti pelajaran tanpa terdistraksi media sosial	Siswa di kelas		
2.	Bagaimana strategi layanan BK mengatasi siswa yang tidak disiplin dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong?	Identifikasi kebutuhan siswa	Guru BK melakukan pengumpulan data kebutuhan siswa terkait penggunaan media sosial	Guru BK		
		Layanan informasi BK	Guru BK menyampaikan informasi tentang penggunaan media sosial yang disiplin	Kegiatan layanan BK		
		Layanan peminatan dan perencanaan individual	Guru BK membantu siswa merencanakan pengelolaan penggunaan media sosial	Proses konseling		
		Layanan responsif	Guru BK memberikan layanan konseling kepada siswa yang bermasalah dalam penggunaan media sosial	Guru BK dan siswa		
		Dukungan sistem	Adanya kerja sama guru BK dengan wali kelas, guru mata pelajaran, dan orang tua	Lingkungan sekolah		
		Evaluasi layanan BK	Guru BK melakukan	Administrasi BK		

			tindak lanjut terhadap layanan yang telah diberikan			
--	--	--	---	--	--	--

3. Dokumentasi

Teknik pengumpulan data yang sesuai dengan hasil penelitian, seperti foto dan sumber data lain yang sesuai dengan hasil penelitian.⁶⁵ Berdasarkan pendapat diatas, jelaslah bahwa yang dimaksud dengan dokumentasi adalah metode pengambilan data digunakan dalam suatu penelitian dengan cara mencatat beberapa masalah yang sudah didokumentasikan, berupa foto-foto, hasil observasi, dan wawancara.

Dokumentasi dalam penelitian ini diperlukan sebagai data pendukung terutama untuk mengungkap data yang bersifat administratif dan data kegiatan yang bersifat dokumentasi. Dalam pendokumentasian ini, data yang diambil tentang dokumen-dokumen apa saja yang ada hubungannya dengan permasalahan yang diteliti.

Tabel 4 Kisi-Kisi Dokumentasi

No	Dokumen Sekolah	Keterangan
1	Profil MAN Rejang Lebong	Ada
2	Data Visi, Misi, Tujuan MAN Rejang Lebong	Ada
3	Foto Dengan Responden	Ada
4	Rencana Pelaksanaan Layanan Untuk Membentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial Siswa Di MAN Rejang Lebong	Ada

⁶⁵ Asfi Manzilati, *Metodologi Penelitian Kualitatif Paradigma Metode, Dan Aplikasi*, Malang Universitas Brawijaya Press 2017, hlm.24.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian kualitatif adalah penjelasan konkret mengenai konsep atau variabel penelitian sehingga dapat diamati dan dipahami secara jelas dalam konteks lapangan. Berbeda dengan penelitian kuantitatif yang biasanya menggunakan ukuran numerik, penelitian kualitatif mendefinisikan variabel melalui indikator perilaku, fenomena, atau pengalaman yang dapat ditangkap lewat observasi, wawancara, atau dokumentasi.⁶⁶ Adapun Variabel Kedisiplinan Bermedia Sosial adalah:

- Manajemen waktu, diukur dari kemampuan siswa dalam mengatur waktu penggunaan media sosial, seperti tidak menggunakannya pada saat jam belajar serta mampu membagi waktu antara belajar dan aktivitas daring.
- Kepatuhan terhadap aturan, diukur dari ketaatan siswa terhadap tata tertib sekolah terkait penggunaan gadget, seperti tidak menggunakan media sosial saat pembelajaran berlangsung tanpa izin.
- Pengendalian diri, diukur dari kemampuan siswa dalam membatasi penggunaan media sosial, tidak mengakses secara berlebihan, serta mampu menghindari konten negatif seperti hoaks dan ujaran kebencian.
- Prioritas terhadap kewajiban belajar, diukur dari kemampuan siswa dalam mendahulukan tugas dan kegiatan akademik dibandingkan penggunaan media sosial.

Kemudian Variabel Strategi Layanan BK adalah sebagai berikut:

⁶⁶ Lasmita and Mohamad Muspawi, "Literatur Review : Operasionalisasi Variabel Dalam Penelitian Pendidikan : Teori Dan Aplikasi," Jurnal Pendidikan Tambusai 8, no. 03 (2024).

Strategi layanan Bimbingan dan Konseling dalam penelitian ini merujuk pada upaya sistematis yang dilakukan guru BK dalam membantu siswa mengembangkan kedisiplinan bermedia sosial melalui empat komponen layanan berdasarkan konsep Norman C. Gysbers dan Patricia Henderson, yaitu:

- Layanan dasar, yang diukur melalui pelaksanaan need assessment (ITP dan DCM) serta penyediaan media informasi seperti poster, leaflet, dan papan bimbingan;
- Perencanaan individual, yang diukur melalui upaya membantu siswa memahami dampak penggunaan media sosial dan merencanakan perilaku yang lebih positif;
- Layanan responsif, yang diukur melalui pelaksanaan konseling individu atau kelompok dalam menangani masalah kecanduan media sosial;
- Dukungan sistem, yang diukur melalui kerja sama antara guru BK dan orang tua dalam mengawasi serta mengontrol penggunaan media sosial siswa.

G. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan upaya sistematis untuk menemukan dan mengorganisasi informasi yang diperoleh dari berbagai sumber, seperti observasi, wawancara, dan data lainnya. Dalam proses ini, peneliti memberikan pandangannya terhadap masalah yang sedang dikaji, yang kemudian disajikan sebagai penemuan yang bermanfaat bagi orang lain. Tujuan dari analisis data adalah untuk memperkecil dan membatasi temuan, sehingga menghasilkan data yang terstruktur dengan makna yang lebih dalam. Penelitian ini akan melaksanakan tiga tahap dalam analisis data, menurut model Miles and

Huberman yaitu:

1. Pengumpulan Data: Dalam penelitian kualitatif pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara mendalam dan dokumentasi. Pengumpulan data dilakukan sehari-hari, dan berbulan-bulan sehingga data yang diperoleh akan banyak.
2. Reduksi Data: Tahap ini bertujuan untuk meringkas data dan mengurutkannya ke dalam unit konsep, kategori, dan topik tertentu. Hasil dari reduksi data akan diolah sedemikian rupa sehingga menghasilkan uraian yang lebih rinci. Ini bisa berupa ikhtisar, ringkasan, matriks, atau bentuk lainnya.
3. Penyajian Data: Setelah reduksi data selesai, langkah berikutnya adalah menyajikan informasi dalam bentuk deskripsi singkat. Penyajian ini dapat diperkaya dengan menggunakan gambar, diagram, dan tabel, sehingga data yang disajikan lebih mudah dipahami dan mendukung pemahaman pembaca terhadap penelitian ini.
4. Penarikan Kesimpulan: Tahap terakhir dalam proses analisis data adalah penarikan kesimpulan. Di sini, hasil temuan akan menjelaskan objek yang sebelumnya kurang jelas menjadi lebih terang dan terperinci.⁶⁷

Dalam penelitian ini, data yang akan diperoleh adalah informasi mengenai pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di MAN Rejang Lebong.

⁶⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian*, Bandung Alfabeta, Edisi ke-3, Cetakan ke-2, 2021, hlm. 438-447.

H. Teknik Keabsahan Data

Teknik untuk memeriksa keabsahan atau validitas data dalam penelitian ini dilakukan melalui triangulasi. Triangulasi adalah metode untuk menguji keabsahan data dengan memanfaatkan sumber lain di luar data utama sebagai bahan pembandingan atau verifikasi terhadap data yang telah diperoleh sebelumnya. Artinya, teknik ini dilakukan dengan cara membandingkan dan mengevaluasi kembali tingkat kepercayaan informasi yang diperoleh melalui waktu, metode, atau alat yang berbeda, sebagaimana umum digunakan dalam penelitian kualitatif.

Selain digunakan untuk membantah tuduhan bahwa penelitian kualitatif tidak ilmiah, pemeriksaan keabsahan data juga merupakan komponen penting dari kumpulan pengetahuan yang berkaitan dengan penelitian kualitatif. Keabsahan data dilakukan untuk menguji data dan memastikan bahwa penelitian itu benar-benar penelitian ilmiah.⁶⁸

Sebuah konsep metodologis pada penelitian kualitatif yang perlu diketahui oleh peneliti kualitatif selanjutnya adalah teknik triangulasi. Model Triangulasi artinya mengulang atau klarifikasi dengan aneka sumber. Tujuan Triangulasi adalah untuk meningkatkan kekuatan teoritis, metodologis, maupun interpretatif dari penelitian kualitatif. Triangulasi diartikan juga sebagai kegiatan pengecekan data melalui beragam sumber, teknik, dan waktu.⁶⁹ Triangulasi ada berbagai macam cara, yaitu :

⁶⁸ Dedi Susanto and M Syahrani Jailani, *Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Dalam Penelitian Ilmiah*. Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora Vol. 1 No. 1 2023.

⁶⁹ Arnild Augina, *Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Pada Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan Masyarakat*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat Vol. 12 No. 3 2020.

a. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber berarti membandingkan mengecek ulang derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui sumber yang berbeda. Misalnya membandingkan hasil pengamatan dengan wawancara, membandingkan antara apa yang dikatakan umum dengan yang dikatakan secara pribadi, membandingkan hasil wawancara dengan dokumen yang ada.

b. Triangulasi Metode

Triangulasi metode adalah usaha mengecek keabsahan data, atau mengecek keabsahan temuan penelitian. Triangulasi metode dapat dilakukan dengan menggunakan lebih dari satu teknik pengumpulan data untuk mendapatkan data yang sama. Triangulasi pada prinsipnya merupakan model pengecekan data untuk menentukan apakah sebuah data benar-benar tepat menggambarkan fenomena pada sebuah penelitian.⁷⁰

⁷⁰ Elma Sutriani and Rika Octaviani, *Analisis Data Dan Pengecekan Keabsahan Data*, INA-Rxiv, 2019, hlm. 1–22.

BAB IV

TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Sejarah Singkat MAN Rejang Lebong

MAN Rejang Lebong merupakan salah satu sekolah jenjang MA berstatus Negeri yang berada di wilayah Kec. Curup Tengah, Kab. Rejang Lebong, Provinsi Bengkulu. MAN Rejang Lebong didirikan pada tanggal 25 April 1990 dengan Nomor SK Pendirian 64 Tahun 1990 yang berada dalam naungan Kementerian Agama. Dalam kegiatan pembelajaran, sekolah yang memiliki 1228 siswa ini dibimbing oleh guru-guru yang profesional di bidangnya. Operator yang bertanggung jawab adalah Eko Budianto. MAN Rejang Lebong berdiri pada tahun 1992. Pada awalnya MAN Rejang Lebong bernama MAN 2 Curup. Namun sejak dilakukannya pemekaran daerah pada tahun 2007 menjadikan Kabupaten Rejang Lebong terbagi menjadi 3 (tiga) Kabupaten yakni Kabupaten Rejang Lebong (Kabupaten Induk), Kabupaten Kepahiang, dan Kabupaten Lebong. Sehingga pada tahun tersebut MAN 2 Curup resmi berganti nama menjadi MAN Rejang Lebong. Dan dinobatkan menjadi satu-satunya Madrasah Aliyah Negeri yang ada di Kabupaten Rejang Lebong.

Kepala Madrasah yang pernah bertugas di MAN Rejang Lebong sebagai berikut:

1. Sulaiman Djas, BA, pada tahun 1992 sampai dengan tahun 1997
2. Dr. M. Sayuni, pada tahun 1994 sampai dengan tahun 1998

3. Drs.Aidi. Mukharillah.Z. pada tahun 2000 sampai dengan tahun 2007
4. Dra. Nurlela, pada tahun 2007 sampai dengan tahun 2012
5. Dr. Abdul Munir, M.Pd. pada tahun 2012 sampai dengan tahun 2017
6. H. Sadina Ali, M.Pd., pada tahun 2017 sampai dengan tahun 2020
7. H. Yusrijal, M.Pd, pada tahun 2020 sampai dengan sekarang.

2. Visi dan Misi Sekolah

a. Visi

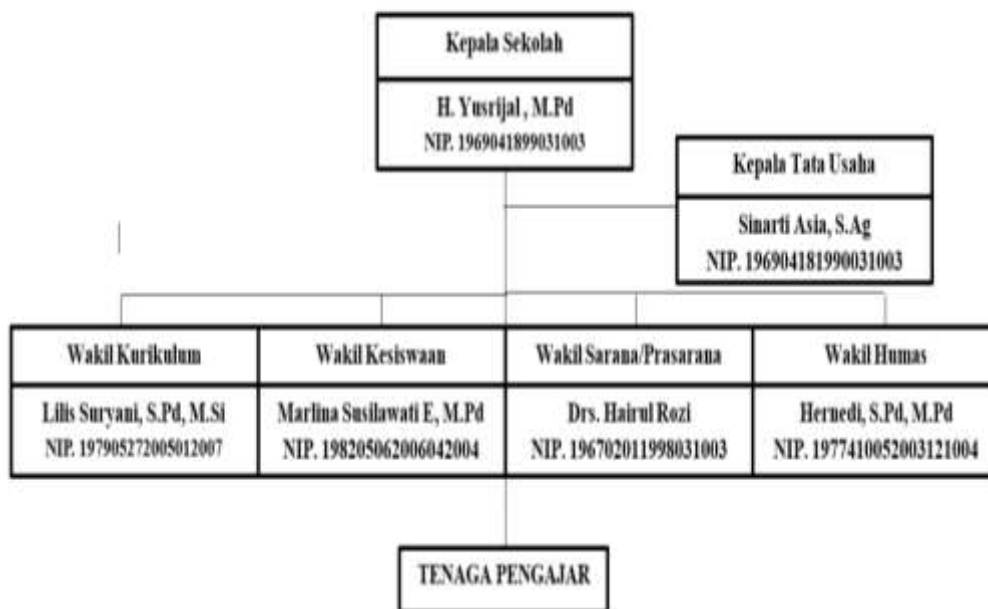
Terwujudnya Siswa/Siswi MAN Curup Yang Islami, Berakhlak Mulia, Cerdas dan Kompositif

b. Misi

- 1) Meningkatkan kualitas pemahaman dan pengamalan ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari.
- 2) Meningkatkan mutu pendidikan yang sesuai dengan tuntutan masyarakat dan perkembangan iptek dengan mengedepankan imtaq.
- 3) Menciptakan lulusan Madrasah yang berprestasi akademik mampu bersaing dan berakhlak mulia.
- 4) Menghasilkan lulusan yang terampil, mandiri dan berperan aktif dalam masyarakat.

3. Struktur Organisasi

STRUKTUR ORGANISASI/ DEWAN GURU MAN REJANG LEBONG



Sumber: Arsip MAN Rejang Lebong

4. Keadaan Guru dan Siswa

a. Keadaan Guru

Guru di MAN Rejang Lebong jika dilihat dari potensi pendidikan

Adalah sebagai berikut:

No	Status	L	P	Jml	Golongan										Total	Ket
					VI/b	IV/a	III/d	III/c	III/b	III/a	II/d	II/c	II/a			
1	PNS	11	20	31	3	8	6	2	12	-	-	-	-	31		
2	DPK		1	1	-		1	-	-	-	-	-	-	1		
3	GB	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
4	GTY	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
5	PPPK	11	22	33	-	-	-	-	-	-	-	-	-	33		
6	GTT	5	8	13	-	-	-	-	-	-	-	-	-	13		
	Jumlah	27	51	78	-	-	-	-	-	-	-	-	-	78		

Sumber: Arsip MAN Rejang Lebong

b. Guru menurut jenjang Pendidikan

No	Guru	SLTA	D1	D2	D3	S1 keg	S1 Non Keg	S2	S3	JML	KET
1	PNS	-	-	-	-	8	6	17	-	31	
2	DPK	-	-	-	-	1	-	-	-	1	
3	GB	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
4	GTY	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
5	PPPK	-	-	-	-	29	2	2	-	33	
6	GTT	-	-	-	-	10	-	3	-	13	
	Jumlah	-	-	-	-	50	-	19	-	78	

Sumber: Arsip MAN Rejang Lebong

c. Tenaga Kependidikan Menurut Status Kepegawaian

No	Status	L	P	JML	IV/b	IV/a	III/d	III/c	III/b	III/a	II/d	II/c	II/b	Total	Ket
1	PNS	2	1	3	-	-	3	-	-	-	-	-	-	3	
2	DPK	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
3	PTY	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
4	PPPK	2	4	6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	
5	PPT	10	5	15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	
	Jumlah	14	10		-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	

Sumber: Arsip MAN Rejang Lebong

d. Tenaga Kependidikan Menurut jenjang Pendidikan

No	Status	Pendidikan Terakhir							JML	KET
		SLTP	SLTA	D1	D2	D3	S1	S2		
1	PNS	-	-	-	-	-	2	1	3	
2	DPK	-	-	-	-	-	-	-		
3	PTY	-	-12	-	-	-	-	-		
4	PPPK	-	2	-	-	1	2	1	6	
5	PTT	1	8	-	-	1	5	-	15	
	Jumlah								24	

Sumber: Arsip MAN Rejang Lebong

e. Keadaan Siswa

No	kelas	Program Studi	Jumlah Rombel	Jumlah Siswa		
				L	P	Jumlah
1	X	-	10	120	227	347
2	XI	-	10	139	210	349
3	XII	-	10	112	232	344
Jumlah				371	669	1040

Sumber: Arsip MAN Rejang Lebong

B. Hasil Penelitian

1. Bentuk kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan, kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong dianalisis berdasarkan indikator kedisiplinan bermedia sosial yang meliputi kemampuan mengatur waktu penggunaan media sosial, pengendalian perilaku, kejelasan tujuan penggunaan, kontrol emosi, serta kepatuhan terhadap tanggung jawab akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kedisiplinan siswa masih bervariasi pada setiap indikator tersebut. Sebagian siswa telah mampu mengelola penggunaan media sosial secara bijak dan bertanggung jawab, namun masih terdapat siswa yang belum mampu mengontrol penggunaan media sosial sehingga berdampak pada aktivitas belajar dan kepatuhan terhadap aturan sekolah. Untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas, masing-masing indikator kedisiplinan bermedia sosial akan diuraikan sebagai berikut:

a. Layanan Dasar (Pengelolaan Waktu)

Pengelolaan waktu dalam penelitian ini difokuskan pada kemampuan siswa dalam melakukan regulasi diri melalui manajemen waktu, kontrol diri, dan kepatuhan terhadap aturan digital dalam penggunaan media sosial di sekolah. Melalui regulasi diri, siswa diharapkan mampu mengatur waktu penggunaan media sosial, mengendalikan diri agar tidak menggunakannya secara berlebihan, serta mematuhi aturan yang berlaku sehingga penggunaan media sosial tidak mengganggu kewajiban utama, terutama selama proses pembelajaran. Berdasarkan hasil wawancara peneliti di MAN Rejang Lebong Sebagian besar siswa belum mampu mengatur waktu penggunaan media sosial, seperti yang diungkapkan oleh siswa bahwa: “Ceritakan bagaimana anda membagi waktu antara belajar, aktivitas sehari-hari, dan penggunaan media sosial?”

“Dalam membagi waktu, sebelumnya saya masih belum teratur. Sepulang sekolah saya biasanya memang berniat untuk beristirahat terlebih dahulu setelah mengikuti kegiatan belajar di sekolah, tetapi kenyataannya saya justru lebih sering menggunakan HP untuk membuka media sosial. Awalnya hanya ingin melihat sebentar atau *scrolling*, tetapi lama-kelamaan menjadi menonton video dan terus menggunakan media sosial hingga tidak terasa waktu sudah banyak terbuang. Akibatnya, waktu istirahat menjadi tidak teratur dan beberapa kegiatan lain yang seharusnya dilakukan sering tertunda. Selain itu, saya juga pernah membawa HP ke sekolah dan akhirnya mendapat pembinaan dari guru BK karena melanggar aturan yang berlaku. Setelah mendapatkan arahan dan penjelasan dari guru BK mengenai pentingnya mengatur waktu serta menggunakan media sosial secara bijak, saya mulai menyadari bahwa kebiasaan tersebut dapat berdampak pada kedisiplinan dan aktivitas sehari-hari. Sekarang saya berusaha lebih disiplin dengan membatasi waktu bermain media sosial, menggunakan HP hanya pada waktu tertentu, dan lebih mengutamakan

kegiatan yang lebih bermanfaat agar penggunaan media sosial tidak lagi mengganggu rutinitas maupun aturan sekolah.”⁷¹

Kemudian, pernyataan tersebut diperjelas kembali oleh guru bimbingan dan konseling yang memberikan penjelasan lebih mendalam terkait permasalahan yang dihadapi siswa, dengan mengemukakan pendapatnya:

“Memang benar, siswa tersebut sebelumnya memiliki kesulitan dalam mengatur waktu, terutama karena penggunaan HP yang berlebihan. Ia bahkan sempat kami panggil karena melanggar aturan membawa HP ke sekolah. Namun, setelah diberikan layanan konseling dan arahan, terlihat adanya perubahan ke arah yang lebih baik, seperti mulai membatasi penggunaan media sosial dan lebih fokus pada kegiatan belajar.”⁷²

Selanjutnya, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan wali kelas, diperoleh penjelasan yang lebih rinci mengenai kondisi siswa, di mana wali kelas mengungkapkan bahwa:

“Saya melihat ada perubahan pada siswa tersebut. Dulu ia sering terlihat kurang fokus dan terkadang mengantuk di kelas karena begadang bermain HP. Namun sekarang sudah mulai lebih disiplin, lebih memperhatikan pelajaran, dan jarang terlihat menggunakan HP secara berlebihan.”⁷³

Kemudian, berdasarkan hasil wawancara dengan teman sekelas, diperoleh keterangan bahwa:

“Dulu dia memang cukup sering bermain HP, bahkan saat istirahat lebih banyak digunakan untuk membuka media sosial. Namun, sekarang kebiasaan tersebut mulai berkurang. Saat waktu luang, dia lebih sering mengobrol dengan teman atau mengerjakan tugas. Kalau menggunakan HP juga tidak selama

⁷¹ EG, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

⁷² TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

⁷³ IM, *Wawancara* Wali Kelas XI H Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

dulu. Hal ini menunjukkan adanya perubahan ke arah penggunaan media sosial yang lebih terkontrol.”⁷⁴

Selanjutnya, peneliti mengajukan pertanyaan serupa kepada siswa berikutnya, dan diperoleh informasi sebagai berikut:

“Untuk membagi waktu pada awalnya saya masih belum teratur. Sepulang sekolah seringkali malah lanjut main HP seperti *scrolling* media sosial atau nonton video sampai lupa waktu. Tugas juga sering ditunda dan dikerjakan saat sudah dekat pengumpulan. Akibatnya, aktivitas tidak terjadwal, sering begadang, bangun kesiang, dan kadang terlambat ke sekolah, tapi kemarin saya sempat mendapat teguran oleh wali kelas dan guru BK dan saya mulai mengurangnya kak.”⁷⁵

Pernyataan ini sejalan dengan guru Bimbingan dan Konseling yang memaparkan bahwa:

“Iya, siswa ini memang sempat kami tangani karena kebiasaan menggunakan HP yang cukup berlebihan. Dari laporan wali kelas, dia sering menunda tugas dan beberapa kali datang terlambat ke sekolah. Kami kemudian memanggil siswa tersebut dan memberikan bimbingan tentang pentingnya mengatur waktu dan mengurangi penggunaan media sosial. Sekarang sudah mulai ada perubahan, dia sudah berusaha mengurangi kebiasaan itu, walaupun masih perlu diingatkan.”⁷⁶

Kemudian, informasi tersebut diperkuat melalui hasil wawancara dengan wali kelas yang menyampaikan:

“Berdasarkan pengamatan kami, siswa tersebut sebelumnya sering begadang karena penggunaan HP, sehingga berdampak pada keterlambatan datang ke sekolah. Siswa juga pernah mendapatkan teguran terkait hal tersebut. Namun, setelah diberikan layanan Bimbingan dan Konseling (BK), terlihat adanya perubahan, seperti mulai mengurangi penggunaan HP pada malam hari dan lebih berusaha untuk datang tepat waktu.”⁷⁷

⁷⁴ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

⁷⁵ MZM, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

⁷⁶ TN, *Wawancara Guru BK Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

⁷⁷ IM, *Wawancara Wali Kelas XI H Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

Selain itu, untuk memperkuat data dari sudut pandang teman sebaya, peneliti juga melakukan wawancara dengan teman sekelas siswa, yang menyatakan bahwa:

“Memang dulu dia sering bercerita bahwa dirinya cukup sering bermain HP hingga larut malam, sehingga waktu istirahatnya menjadi berkurang dan terkadang berdampak pada keterlambatan datang ke sekolah. Selain itu, tugas-tugas sekolah juga sering dikerjakan ketika sudah mendekati batas waktu pengumpulan sehingga hasilnya kurang maksimal. Namun, saat ini sudah mulai terlihat adanya perubahan dalam kebiasaannya. Dia sudah tidak terlalu sering bermain HP seperti sebelumnya dan mulai lebih mampu mengatur waktu antara penggunaan media sosial dengan tanggung jawab sekolah yang dimilikinya.”⁷⁸

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa pertama, diketahui bahwa sebelum mendapatkan layanan BK, siswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu penggunaan media sosial. Siswa cenderung menggunakan HP secara berlebihan setelah pulang sekolah sehingga waktu istirahat dan aktivitas lainnya menjadi terganggu. Namun, setelah memperoleh arahan dari guru BK, siswa mulai menunjukkan perubahan dengan membatasi penggunaan media sosial, menggunakan HP pada waktu tertentu, serta lebih memprioritaskan kegiatan yang bermanfaat.

Setelah itu penulis bertanya kepada siswa berikutnya mengenai hal yang serupa, didapatkan informasi sebagai berikut:

“Kalau saya memang dulu sering terlambat datang ke sekolah karena bangun kesiangan, kak. Biasanya itu terjadi karena malam harinya saya sering bermain game online bersama teman-teman sampai larut. Akibatnya, waktu istirahat jadi berkurang dan saya sulit bangun tepat waktu di pagi hari. Kondisi itu juga beberapa kali membuat saya mendapatkan teguran atau hukuman dari sekolah. Namun, sekarang saya mulai berpikir untuk mengurangi kebiasaan

⁷⁸ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

tersebut karena saya tidak ingin terus-menerus terlambat dan menerima hukuman. Saya juga mulai mencoba mengatur waktu bermain agar tidak mengganggu kegiatan sekolah dan tanggung jawab sebagai siswa.”⁷⁹

Selanjutnya, untuk menguatkan data tersebut, peneliti melakukan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling yang menyampaikan:

Memang benar, siswa ini termasuk yang beberapa kali terlambat ke sekolah. Dari hasil layanan yang kami lakukan, salah satu penyebabnya adalah kebiasaan bermain game online hingga larut malam. Namun, setelah diberikan layanan BK, siswa mulai menunjukkan kesadaran untuk mengurangi kebiasaan tersebut, meskipun perubahannya masih bertahap.⁸⁰

Sejalan dengan pernyataan tersebut, wali kelas juga mengungkapkan informasi berikut:

“Siswa ini sebelumnya cukup sering datang terlambat ke sekolah dan beberapa kali telah mendapatkan teguran. Berdasarkan pengamatan, keterlambatan tersebut umumnya disebabkan karena bangun kesiangan. Namun, belakangan ini mulai terlihat adanya usaha dari siswa untuk memperbaiki kedisiplinannya. Meskipun perubahan yang ditunjukkan belum sepenuhnya konsisten, sudah ada upaya untuk datang lebih tepat waktu dan mengurangi kebiasaan yang menyebabkan keterlambatan.”⁸¹

Selain itu, hal serupa juga disampaikan oleh teman sekelasnya, yang mengatakan:

“Memang sebelumnya dia cukup sering begadang karena bermain game, sehingga membuatnya sulit bangun pagi dan akhirnya sering kesiangan. Kebiasaan tersebut juga beberapa kali berdampak pada keterlambatan datang ke sekolah. Namun, sekarang mulai terlihat adanya perubahan dalam kebiasaannya. Sese kali dia juga menyampaikan keinginannya untuk tidur lebih

⁷⁹ WPW, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

⁸⁰ TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

⁸¹ IM, *Wawancara* Wali Kelas Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

cepat agar bisa bangun tepat waktu dan tidak terlambat lagi ke sekolah.”⁸²

Berdasarkan wawancara dengan siswa kedua, diketahui bahwa sebelumnya siswa belum mampu mengatur waktu antara penggunaan media sosial dan kewajiban sekolah. Kebiasaan menggunakan HP hingga larut malam menyebabkan tugas tertunda, waktu istirahat terganggu, dan muncul perilaku terlambat ke sekolah. Setelah mendapatkan teguran dan layanan BK, siswa mulai berusaha mengurangi penggunaan media sosial.

Lebih lanjut, peneliti menanyakan hal yang serupa kepada siswa berikutnya, dengan hasil sebagai berikut:

“Saya sekarang lebih mendahulukan belajar dan menyelesaikan aktivitas di rumah sebelum menggunakan media sosial. Media sosial hanya saya gunakan ketika ada waktu luang dan tidak mengganggu kewajiban yang harus diselesaikan. Sejak mendapatkan arahan dari guru BK, saya mulai lebih disiplin dalam mengatur waktu agar penggunaan media sosial tidak berlebihan dan kegiatan belajar tetap menjadi prioritas.”⁸³

Selanjutnya, untuk memperkuat informasi tersebut, peneliti melakukan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling yang menyampaikan:

“Siswa ini memang menunjukkan perkembangan yang cukup baik setelah diberikan layanan BK. Ia mulai mampu memprioritaskan kegiatan belajar dibandingkan penggunaan media sosial. Dari pemantauan kami, siswa juga sudah mulai menerapkan pengelolaan waktu dengan lebih disiplin.”⁸⁴

⁸² NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

⁸³ KAE, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

⁸⁴ TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

Sejalan dengan pernyataan tersebut, wali kelas juga mengungkapkan:

“Perubahan siswa ini cukup terlihat selama proses pembelajaran di kelas. Saat ini, siswa tampak lebih fokus dalam mengikuti kegiatan belajar dan sudah tidak lagi sering terdistraksi oleh penggunaan media sosial seperti sebelumnya. Selain itu, siswa juga menunjukkan perubahan dalam kedisiplinan belajar dengan menjadi lebih teratur dan bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan.”⁸⁵

Selain itu, hal serupa juga disampaikan oleh teman sekelasnya, yang mengatakan:

“Sekarang dia memang sudah lebih jarang menggunakan HP di dalam kelas. Selama proses pembelajaran berlangsung, dia terlihat lebih fokus mengikuti pelajaran dan tidak mudah terdistraksi seperti sebelumnya. Jika ingin membuka media sosial, biasanya dilakukan saat waktu istirahat sehingga tidak mengganggu kegiatan belajar di kelas.”⁸⁶

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa ketiga, diketahui bahwa siswa telah mengalami perubahan dalam mengatur waktu penggunaan media sosial setelah mendapatkan arahan dari guru BK. Sebelumnya, penggunaan media sosial cenderung belum terkontrol sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Namun, setelah memperoleh layanan BK, siswa mulai mampu menentukan prioritas dengan mendahulukan kegiatan belajar dan menyelesaikan tanggung jawab sebelum menggunakan media sosial.

Selanjutnya, wawancara dilakukan kepada siswa berikutnya dengan pertanyaan yang sama, dan diperoleh informasi sebagai berikut:

⁸⁵ IM, *Wawancara* Wali Kelas Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

⁸⁶ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

“Biasanya saya belajar setelah magrib, lalu baru membuka media sosial sebentar. Saya mencoba tidak menunda tugas agar tidak menumpuk. Hal ini saya lakukan karena adanya arahan dari guru BK yang mengarahkan saya untuk lebih disiplin dalam mengatur waktu, tapi awalnya dulu saya sering menunda-nunda kak.”⁸⁷

Di satu sisi, guru BK menyampaikan hal sebagai berikut:

“Memang benar, pada awalnya siswa tersebut sering menunda tugas dan kurang disiplin dalam mengatur waktu. Namun setelah diberikan layanan dan arahan secara bertahap, terlihat adanya perubahan. Siswa mulai mampu mengatur waktu belajar dan mengurangi penggunaan media sosial.”⁸⁸

Sejalan dengan pendapat guru BK diatas, wali kelas juga mengungkapkan:

“Saya melihat bahwa saat ini siswa tersebut sudah menunjukkan perubahan yang cukup baik dalam kedisiplinan belajarnya. Siswa menjadi lebih tertib dalam mengumpulkan tugas dan sudah jarang mengalami keterlambatan seperti sebelumnya. Selain itu, selama proses pembelajaran berlangsung, ia juga terlihat lebih fokus mengikuti pelajaran dan tidak mudah terdistraksi, sehingga partisipasinya di kelas menjadi lebih baik.”⁸⁹

Selain itu, teman sekelasnya juga menambahkan informasi guna memperkuat hal diatas:

“Sekarang dia sudah mulai jarang menunda pengerjaan tugas seperti sebelumnya. Jika dulu dia lebih sering menggunakan HP terlebih dahulu dan baru mengerjakan tugas ketika waktunya sudah mendekati batas pengumpulan, saat ini kebiasaannya mulai berubah. Dia terlihat lebih sering menyelesaikan tugas lebih awal, kemudian baru menggunakan waktu luangnya untuk beristirahat atau bersantai.”⁹⁰

⁸⁷ KES, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

⁸⁸ TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

⁸⁹ IM, *Wawancara* Wali Kelas Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

⁹⁰ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa keempat, diketahui bahwa sebelum mendapatkan layanan BK, siswa memiliki kebiasaan menunda pekerjaan dan lebih dahulu menggunakan media sosial sebelum menyelesaikan tugas. Setelah mendapatkan arahan dari guru BK, siswa mulai berusaha mengubah kebiasaan tersebut dengan menyelesaikan kewajiban belajar terlebih dahulu sebelum menggunakan media sosial.

Berdasarkan keseluruhan hasil wawancara dengan siswa, guru BK, wali kelas, dan teman sebaya, dapat disimpulkan bahwa kemampuan siswa dalam mengelola waktu penggunaan media sosial mengalami perkembangan setelah diberikan layanan Bimbingan dan Konseling. Meskipun setiap siswa menunjukkan kondisi awal yang berbeda, seperti penggunaan HP berlebihan, menunda tugas, atau kurang fokus belajar, seluruh informan menunjukkan adanya perubahan menuju perilaku yang lebih disiplin. Perubahan tersebut terlihat melalui kemampuan siswa membatasi penggunaan media sosial, mendahulukan kewajiban akademik, serta menggunakan media sosial pada waktu yang lebih tepat.

Begitu pula dari hasil wawancara selanjutnya di MAN Rejang Lebong, “Apakah penggunaan media sosial pernah mengganggu waktu belajar anda? Jelaskan.”

“Iya, pernah. Dulu saya memang sering terlalu asyik menggunakan media sosial sampai kurang memperhatikan waktu belajar dan terkadang menunda tugas yang seharusnya dikerjakan lebih awal. Namun, sekarang saya sudah mulai membatasi penggunaan media sosial agar tidak mengganggu kegiatan belajar. Saya juga mencoba lebih disiplin dalam

mengatur waktu sehingga kewajiban belajar tetap menjadi prioritas.”⁹¹

Di satu pihak, guru BK mengungkapkan:

“Siswa tersebut sebelumnya memang menunjukkan kecenderungan penggunaan media sosial yang cukup tinggi sehingga beberapa kali berdampak pada berkurangnya waktu belajar. Penggunaan media sosial yang berlebihan juga terlihat memengaruhi fokus dan pengelolaan waktu siswa. Namun, setelah diberikan layanan bimbingan, mulai terlihat adanya perubahan perilaku. Siswa menjadi lebih mampu mengendalikan diri serta mulai membatasi penggunaan media sosial secara lebih bijak agar tidak mengganggu kegiatan belajar dan tanggung jawab di sekolah.”⁹²

Sejalan dengan hal tersebut, wali kelas menyatakan hal sebagai berikut:

“Pada awalnya siswa terlihat kurang fokus selama proses pembelajaran karena cukup sering terdistraksi oleh penggunaan HP. Kondisi tersebut membuat perhatian siswa terhadap materi pelajaran menjadi kurang optimal. Namun, saat ini mulai terlihat adanya perubahan yang positif. Siswa menjadi lebih memperhatikan penjelasan guru selama pembelajaran berlangsung dan sudah tidak lagi terlalu sering menggunakan HP saat jam belajar, sehingga keterlibatannya dalam kegiatan belajar di kelas juga semakin baik.”⁹³

Lebih lanjut, teman sekelas juga menyampaikan:

“Dulu dia memang cukup sering menggunakan HP, bahkan ketika sedang memiliki banyak tugas sekolah, sehingga tugas tersebut sering ditunda untuk dikerjakan. Kebiasaan itu terkadang membuat penyelesaian tugas menjadi kurang teratur. Namun, sekarang sudah mulai terlihat perubahan yang lebih baik. Dia sudah lebih jarang bermain HP dan mulai membiasakan diri untuk menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum menggunakan HP atau membuka media sosial.”⁹⁴

⁹¹ EG, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

⁹² TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

⁹³ IM, *Wawancara* Wali Kelas Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

⁹⁴ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

Berdasarkan hasil wawancara, siswa pertama mengalami kesulitan mengatur waktu penggunaan media sosial sehingga berdampak pada waktu belajar dan penyelesaian tugas. Setelah mendapatkan arahan dari guru BK, siswa mulai membatasi penggunaan media sosial dan lebih memprioritaskan kegiatan belajar.

Selanjutnya, peneliti mengajukan pertanyaan serupa kepada siswa berikutnya, dan diperoleh informasi sebagai berikut:

“Pernah mengganggu, terutama ketika sedang banyak tugas sekolah. Saat itu saya lebih sering menggunakan HP sehingga waktu untuk belajar dan mengerjakan tugas menjadi berkurang. Namun, sekarang penggunaan HP sudah mulai lebih terkontrol. Setelah mendapatkan bimbingan dari guru BK, saya mulai belajar mengatur waktu dengan lebih baik dan berusaha mendahulukan kewajiban sebelum menggunakan media sosial atau bermain HP.”⁹⁵

Di satu sisi, guru BK menyampaikan hal sebagai berikut mengenai pertanyaan tersebut:

“Siswa tersebut sebelumnya cukup sering terdistraksi oleh penggunaan media sosial, terutama ketika menghadapi banyak tugas sekolah. Kondisi tersebut membuat perhatian siswa lebih banyak tertuju pada penggunaan HP dibandingkan penyelesaian tugas. Namun, setelah diberikan layanan bimbingan, mulai terlihat adanya perubahan yang positif. Siswa menunjukkan peningkatan dalam pengendalian diri sehingga penggunaan HP menjadi lebih terarah dan tidak lagi terlalu mengganggu kegiatan belajar maupun penyelesaian tugas.”⁹⁶

Selaras dengan itu, wali kelas mengungkapkan:

“Pada awalnya siswa belum optimal dalam menyelesaikan tugas karena cukup sering terdistraksi, terutama oleh penggunaan HP yang mengganggu fokus belajar. Kondisi tersebut membuat penyelesaian tugas menjadi kurang teratur dan terkadang

⁹⁵ MZM, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

⁹⁶ TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

tertunda. Namun, saat ini sudah terlihat adanya perubahan yang cukup signifikan. Siswa menjadi lebih bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas dan tidak lagi terlalu bergantung pada penggunaan HP selama proses belajar berlangsung.”⁹⁷

Sementara itu, teman sekelasnya juga menambahkan:

“Memang dulu dia cukup sering menggunakan HP, terutama ketika sedang banyak tugas sekolah, sehingga tugas yang seharusnya dikerjakan lebih awal sering tertunda. Namun, sekarang sudah mulai terlihat perubahan yang lebih baik. Dia biasanya memilih menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum menggunakan HP, sehingga kegiatan belajar menjadi lebih teratur dan penggunaan HP juga lebih terkontrol.”⁹⁸

Berdasarkan hasil wawancara, siswa kedua menunjukkan bahwa penggunaan media sosial sebelumnya sering mengganggu ketika memiliki banyak tugas. Setelah mendapatkan layanan BK, siswa mulai mampu mengatur waktu dan mendahulukan kewajiban sebelum menggunakan media sosial.

Berikutnya, peneliti memberikan pertanyaan serupa kepada responden lain, dengan hasil sebagai berikut:

“Iya. saya memang pernah terlalu lama menggunakan media sosial dan melakukan scrolling sehingga waktu untuk belajar menjadi berkurang. Kebiasaan tersebut terkadang membuat saya kurang fokus dan menunda kegiatan yang seharusnya lebih diprioritaskan. Namun, setelah mendapatkan arahan dari guru BK, saya mulai belajar mengatur waktu dengan lebih baik, membatasi penggunaan media sosial, dan lebih mendahulukan kegiatan belajar serta tugas sekolah.”⁹⁹

Di satu sisi, guru BK menyampaikan:

“Siswa tersebut sebelumnya menunjukkan kecenderungan penggunaan media sosial yang cukup tinggi sehingga

⁹⁷ IM, *Wawancara* Wali Kelas Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

⁹⁸ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

⁹⁹ WPW, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

berdampak pada berkurangnya waktu belajar dan kurang optimalnya pengelolaan waktu. Namun, setelah diberikan arahan dan layanan bimbingan, mulai terlihat adanya perubahan yang positif. Siswa menjadi lebih mampu mengatur waktu dengan lebih baik, membatasi penggunaan media sosial, serta lebih memprioritaskan kegiatan belajar dan penyelesaian tugas.”¹⁰⁰

Sejalan dengan itu, wali kelas mengungkapkan:

“Pada awalnya siswa terlihat kurang optimal dalam memanfaatkan waktu belajar karena cukup sering menggunakan HP sehingga fokus belajar menjadi berkurang. Namun, saat ini sudah mulai terlihat adanya perubahan yang positif. Siswa menjadi lebih mampu mengelola waktu dengan baik, mengurangi penggunaan HP saat belajar, dan lebih fokus dalam mengikuti proses pembelajaran di kelas.”¹⁰¹

Selain itu, teman sekelas juga menambahkan:

“Dulu dia memang cukup sering menggunakan HP dalam waktu yang lama hingga terkadang lupa waktu belajar. Kebiasaan tersebut membuat kegiatan belajar menjadi kurang teratur dan perhatian lebih banyak tertuju pada media sosial atau aktivitas di HP. Namun, sekarang sudah mulai terlihat perubahan yang lebih baik. Dia lebih sering mengatur waktu penggunaan HP sehingga tidak terlalu lama melakukan scrolling dan mulai lebih memprioritaskan waktu belajar.”¹⁰²

Berdasarkan hasil wawancara, siswa ketiga mengalami kebiasaan menggunakan media sosial terlalu lama sehingga waktu belajar berkurang. Setelah mendapatkan bimbingan dari guru BK, siswa mulai mampu mengontrol penggunaan media sosial dan mengatur waktu dengan lebih baik.

¹⁰⁰ TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

¹⁰¹ IM, *Wawancara* Wali Kelas Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹⁰² NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

Selanjutnya, peneliti mengajukan pertanyaan yang sama kepada responden lainnya untuk memperoleh data pembandingan. Dari hasil wawancara tersebut, diperoleh informasi sebagai berikut:

“Pernah, saya sempat menunda waktu belajar karena terlalu sibuk menggunakan HP sehingga kegiatan belajar menjadi kurang teratur. Kebiasaan tersebut membuat saya kurang disiplin dalam membagi waktu antara penggunaan HP dan kewajiban belajar. Namun, sekarang saya mulai berusaha untuk lebih disiplin dengan mengatur waktu penggunaan HP agar tidak mengganggu kegiatan belajar dan tanggung jawab di sekolah.”¹⁰³

Lebih lanjut, wali kelas juga mengungkapkan bahwa:

“Pada awalnya siswa tersebut sering terlihat kurang fokus dan terkadang terlambat dalam mengumpulkan tugas. Akan tetapi, dalam beberapa waktu terakhir, terlihat adanya peningkatan tanggung jawab dan kedisiplinan, baik dalam mengikuti pembelajaran maupun dalam menyelesaikan tugas.”¹⁰⁴

Sejalan dengan hal tersebut, teman sekelas siswa tersebut menyatakan bahwa:

“Sebelumnya siswa memang cukup sering menghabiskan waktu dengan bermain handphone, baik saat jam istirahat maupun setelah pulang sekolah. Kebiasaan tersebut membuat waktu yang seharusnya dapat dimanfaatkan untuk kegiatan lain menjadi kurang optimal. Namun, saat ini mulai terlihat adanya perubahan, di mana siswa sudah mulai mengurangi kebiasaan tersebut dan lebih sering memanfaatkan waktu untuk belajar serta menyelesaikan tugas sekolah.”¹⁰⁵

Kemudian teman kelas yang lain juga mengungkapkan hal sebagai berikut:

“Dulu dia memang cukup sering menggunakan HP sehingga terkadang membuat tugas sekolah ditunda dan tidak segera

¹⁰³ KAE, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁰⁴ IM, *Wawancara* Wali Kelas Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹⁰⁵ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

dikerjakan. Kebiasaan tersebut juga memengaruhi pengaturan waktu belajarnya. Namun, sekarang sudah mulai terlihat perubahan yang positif. Dia lebih sering memanfaatkan waktu untuk belajar dan berusaha menyelesaikan tugas tepat waktu sehingga kegiatan belajarnya menjadi lebih teratur.”¹⁰⁶

Berdasarkan hasil wawancara, siswa keempat menyadari bahwa penggunaan HP yang berlebihan dapat mengganggu kegiatan belajar. Setelah diberikan arahan oleh guru BK, siswa mulai berusaha mengurangi penggunaan media sosial dan meningkatkan kedisiplinan belajar.

Berikutnya, peneliti memberikan pertanyaan yang sama kepada responden lain guna memperoleh data pembandingan. Hasil wawancara menunjukkan informasi sebagai berikut:

“Iya, cukup mengganggu karena saya sering terlalu lama menggunakan media sosial sampai lupa waktu, sehingga waktu belajar dan mengerjakan tugas menjadi berkurang. Namun, setelah mendapatkan bimbingan dari guru BK, saya mulai menyadari pentingnya mengatur penggunaan media sosial. Sekarang saya berusaha membatasi waktu bermain media sosial agar tidak mengganggu kegiatan belajar dan tanggung jawab di sekolah.”¹⁰⁷

Lebih lanjut, wali kelas juga mengungkapkan bahwa:

“Sebelumnya dia memang sering terlihat kurang fokus saat pembelajaran karena terlalu sering menggunakan HP dan terkadang sampai lupa waktu. Kondisi tersebut membuat perhatian siswa terhadap kegiatan belajar menjadi berkurang. Namun, setelah mendapatkan bimbingan dari guru BK, mulai terlihat adanya perubahan yang cukup baik. Saat ini siswa sudah lebih mampu mengatur waktu penggunaan HP dan terlihat lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran di kelas.”¹⁰⁸

¹⁰⁶ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁰⁷ KES, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁰⁸ IM, *Wawancara* Wali Kelas Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

Hal ini diperkuat dengan teman sekelasnya yang mengungkapkan bahwa:

“Dulu dia memang cukup sering menggunakan media sosial hingga lupa waktu, sehingga waktu untuk belajar dan melakukan kegiatan lain menjadi berkurang. Kebiasaan tersebut membuat fokus belajarnya kurang optimal. Namun, sekarang sudah mulai terlihat perubahan yang lebih baik. Intensitas penggunaan media sosial mulai berkurang dan dia lebih sering memanfaatkan waktu untuk belajar serta menyelesaikan tugas sekolah.”¹⁰⁹

Kemudian teman sekelas kedua juga menyatakan bahwa:

“Sekarang dia sudah tidak sesering dulu menggunakan HP, terutama saat kegiatan belajar berlangsung. Dibandingkan sebelumnya, penggunaan HP terlihat lebih terkontrol dan tidak terlalu mengganggu proses pembelajaran. Selain itu, siswa juga tampak lebih serius dalam mengikuti pelajaran dan menunjukkan fokus yang lebih baik selama berada di kelas.”¹¹⁰

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media sosial sebelumnya memengaruhi pengelolaan waktu belajar, penyelesaian tugas, dan fokus siswa. Setelah mendapatkan layanan BK, siswa mulai menunjukkan perubahan dengan membatasi penggunaan media sosial, mengatur waktu, dan lebih mendahulukan tanggung jawab akademik.

Jadi dari hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media sosial sempat mengganggu waktu belajar siswa, seperti menyebabkan lupa waktu, menunda tugas, dan berkurangnya fokus belajar. Namun, setelah adanya bimbingan dari guru BK, siswa

¹⁰⁹ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹¹⁰ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

mulai menunjukkan perubahan dengan lebih mampu mengontrol penggunaan media sosial, membatasi waktu, serta meningkatkan kedisiplinan dalam belajar.

b. Pengendalian Perilaku

Pengendalian perilaku dalam penelitian ini merujuk pada kemampuan siswa untuk mengontrol tindakan, ucapan, dan sikap mereka, baik dalam interaksi fisik di madrasah maupun interaksi digital di media sosial. di MAN Rejang Lebong, pengendalian perilaku merupakan cerminan dari kurikulum karakter yang berbasis pada *Akhlakul Karimah*. Kedisiplinan ini sangat krusial agar siswa tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga memiliki moral yang baik di tengah derasnya arus informasi saat ini.

Kembali penulis melakukan wawancara yang dilakukan dengan siswa dan diperoleh informasi sebagai berikut: “Ceritakan situasi ketika Anda merasa paling sulit menahan diri untuk membuka media sosial. Apa yang biasanya terjadi pada saat itu?”

“Kalau di sekolah ya saya berusaha sopan, Kak. Tapi jujur kalau di media sosial, apalagi di akun rahasia (*second account*), kadang suka lepas kendali kalau lagi kesal sama orang. Tapi sejak ada sosialisasi dari guru tentang jejak digital, saya jadi lebih takut kalau mau posting yang aneh-aneh. Takut ketahuan guru atau nanti susah cari kerja karena perilaku kita terekam di internet.”¹¹¹

Sementara itu, peneliti juga melakukam wawancara kepada wali kelas dan ia mengungkapkan informasi sebagai berikut:

“Di kelas, dia termasuk siswa yang sopan dan jarang menimbulkan permasalahan. Namun, pengaruh media sosial

¹¹¹ EG, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

sebelumnya memang cukup terlihat terhadap perilaku dan kebiasaannya sehari-hari. Saat ini sudah mulai terlihat adanya perubahan yang positif, di mana siswa lebih mampu menjaga sikap, lebih berhati-hati dalam berperilaku, serta menunjukkan penggunaan media sosial yang lebih bijak dan tidak sembarangan, termasuk dalam berinteraksi di dunia maya.”¹¹²

Selain itu, teman sekelas menyatakan hal sebagai berikut:

“Kalau di sekolah dia memang dikenal sebagai siswa yang baik dan sopan dalam berinteraksi dengan guru maupun teman-temannya. Namun, sebelumnya dia pernah bercerita bahwa saat menggunakan media sosial terkadang mudah terbawa emosi, merasa kesal, dan sesekali membuat unggahan tanpa terlalu mempertimbangkan dampaknya. Akan tetapi, sekarang sudah mulai terlihat perubahan dalam cara menggunakan media sosial. Dia menjadi lebih berhati-hati sebelum membuat unggahan karena mulai menyadari bahwa jejak digital dapat memberikan dampak terhadap dirinya di masa depan.”¹¹³

Lebih lanjut peneliti melakukan wawancara juga dengan teman kelasnya yang lain dan diperoleh informasi sebagai berikut:

“Iya, kalau di sekolah dia memang terlihat sopan dan mampu menjaga sikap dalam berinteraksi dengan guru maupun teman-temannya. Namun, saat menggunakan media sosial terkadang perilakunya terlihat lebih bebas dan kurang mempertimbangkan dampak dari apa yang dibagikan. Akan tetapi, sekarang sudah mulai terlihat perubahan yang lebih baik. Siswa menjadi lebih berhati-hati dalam menggunakan media sosial, terutama setelah sering mendapatkan pengingat mengenai etika bermedia sosial serta dampak dari setiap unggahan yang dibuat.”¹¹⁴
Selanjutnya peneliti bertanya kepada siswa yang lain dan

didapatkan informasi sebagai berikut:

“Biasanya saat ada notifikasi yang masuk atau ketika merasa bosan, saya menjadi sulit menahan diri untuk membuka HP dan menggunakan media sosial. Kondisi tersebut sering membuat fokus belajar terganggu dan waktu belajar menjadi berkurang. Namun, sekarang saya mulai berusaha mengendalikan

¹¹² IM, *Wawancara Wali Kelas Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹¹³ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹¹⁴ IL, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

kebiasaan tersebut dengan mematikan notifikasi saat belajar agar tidak mudah terdistraksi dan bisa lebih fokus pada kegiatan yang sedang dilakukan.”

Sejalan dengan itu, wali kelas mengungkapkan bahwa:

“Saya perhatikan siswa tersebut sebelumnya memang cukup sering terdistraksi oleh penggunaan handphone, terutama ketika ada notifikasi yang masuk. Hal tersebut terkadang membuat konsentrasi siswa selama pembelajaran menjadi berkurang. Akan tetapi, saat ini sudah mulai terlihat adanya perubahan yang positif. Siswa menjadi lebih fokus saat mengikuti pelajaran dan terlihat berusaha membatasi diri untuk tidak terlalu sering menggunakan handphone selama jam pembelajaran berlangsung.”¹¹⁵

Lebih lanjut, teman sekelasnya juga menuturkan informasi sebagai berikut:

“Iya, sebelumnya dia memang sering langsung memeriksa HP setiap kali ada notifikasi yang masuk sehingga terkadang mengganggu fokus belajarnya. Namun, sekarang sudah mulai terlihat perubahan dalam kebiasaannya. Saat sedang belajar, dia lebih sering mematikan notifikasi atau menyimpan HP terlebih dahulu agar tidak mudah terdistraksi dan dapat lebih fokus mengikuti kegiatan pembelajaran.”¹¹⁶

Lebih lanjut, teman sekelasnya yang lain juga menuturkan hal sebagai berikut:

“Menurut saya, sekarang dia sudah lebih mampu mengontrol diri dalam penggunaan HP dibandingkan sebelumnya. Jika dulu setiap ada notifikasi yang masuk dia langsung membuka HP, saat ini kebiasaan tersebut sudah mulai berkurang. Ketika belajar, dia terlihat lebih fokus dan berusaha menghindari gangguan dari penggunaan HP. Bahkan, dia sering memilih menyimpan HP atau mematikan notifikasi agar proses belajar dapat berlangsung dengan lebih optimal dan tidak mudah terdistraksi.”¹¹⁷

¹¹⁵ IM, *Wawancara Wali Kelas Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹¹⁶ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹¹⁷ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Saat melihat teman-teman aktif di media sosial, saya sering merasa ingin ikut membuka dan menggunakannya juga. Kondisi tersebut terkadang membuat saya terdistraksi dan sulit mengatur waktu belajar. Namun, setelah mendapatkan bimbingan dari guru BK, saya mulai berusaha membatasi waktu penggunaan media sosial agar tidak berlebihan. Sekarang saya mencoba lebih disiplin dalam mengatur waktu sehingga penggunaan media sosial tidak mengganggu kegiatan belajar maupun aktivitas sehari-hari.”¹¹⁸

Kemudian peneliti melakukan wawancara dengan wali kelas dan diperoleh informasi sebagai berikut:

“Saya melihat siswa tersebut memang pernah terpengaruh oleh lingkungan teman, terutama dalam penggunaan media sosial. Namun, setelah mendapatkan arahan dari guru BK, sudah mulai terlihat perubahan, di mana ia lebih mampu membatasi penggunaan media sosial dan lebih fokus pada kegiatan belajar.”¹¹⁹

Sejalan dengan itu, teman sekelas pertama menuturkan:

“Iya, sebelumnya dia memang cenderung ikut membuka media sosial ketika melihat teman-temannya aktif menggunakan media sosial. Kebiasaan tersebut terkadang membuat fokus belajarnya terganggu dan perhatian mudah teralihkan. Namun, saat ini sudah mulai terlihat perubahan yang positif. Siswa menjadi lebih mampu mengontrol diri dan tidak lagi langsung membuka media sosial ketika sedang belajar sehingga kegiatan belajarnya menjadi lebih terarah.”¹²⁰

Selanjutnya, teman sekelas kedua juga mengungkapkan:

“Sekarang dia sudah mulai membatasi waktu dalam menggunakan HP dibandingkan sebelumnya. Saat kegiatan belajar berlangsung, dia terlihat lebih fokus dan tidak mudah terdistraksi. Selain itu, dia juga sudah tidak terlalu mudah ikut-

¹¹⁸ WPW, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹¹⁹ IM, *Wawancara Wali Kelas Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹²⁰ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

ikutan menggunakan media sosial atau bermain HP hanya karena melihat teman lain melakukannya, sehingga pengelolaan waktunya menjadi lebih baik.”¹²¹

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Paling sulit bagi saya adalah saat sedang santai atau menjelang tidur karena biasanya muncul keinginan untuk terus menggunakan HP dan membuka media sosial lebih lama. Kondisi tersebut terkadang membuat waktu istirahat dan kegiatan belajar menjadi kurang teratur. Namun, sekarang saya berusaha menyikapinya dengan mengatur waktu penggunaan HP dan membiasakan diri berhenti bermain HP lebih awal sesuai dengan saran yang diberikan oleh guru BK agar aktivitas sehari-hari tetap lebih seimbang.”¹²²

Kemudian diperkuat dengan wali kelas yang menyampaikan menyampaikan:

“Saya melihat siswa tersebut sebelumnya memang cenderung menggunakan handphone pada waktu-waktu santai, terutama sebelum tidur. Namun, setelah mendapatkan arahan dari guru BK, sudah mulai ada perubahan, di mana ia berusaha mengatur waktu penggunaan dan mengurangi aktivitas bermain HP pada malam hari.”¹²³

Sejalan dengan itu, teman sekelas pertama menuturkan:

“Iya, sebelumnya dia memang cukup sering menggunakan HP saat sedang santai atau menjelang tidur sehingga waktu istirahat dan pengaturan waktunya menjadi kurang optimal. Namun, sekarang sudah mulai terlihat adanya perubahan. Dia mulai mengurangi kebiasaan tersebut dan berusaha menjadi lebih disiplin dalam mengatur waktu penggunaan HP sesuai dengan saran serta arahan yang diberikan oleh guru BK.”¹²⁴

Lebih lanjut, teman sekelas kedua juga mengungkapkan:

¹²¹ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹²² KAE, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹²³ IM, *Wawancara* Wali Kelas Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹²⁴ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

“Sekarang dia sudah mulai membiasakan diri untuk berhenti menggunakan HP lebih awal dibandingkan sebelumnya. Perubahan tersebut terlihat dari cara siswa mengatur waktu yang menjadi lebih teratur, terutama pada malam hari. Selain itu, siswa juga tampak lebih memperhatikan waktu istirahat agar tidak mengganggu kegiatan belajar dan aktivitas di sekolah pada keesokan harinya.”¹²⁵

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Ketika merasa jenuh saat belajar, saya sering merasa ingin langsung membuka media sosial karena dianggap lebih menyenangkan dan dapat mengurangi rasa bosan. Namun, sekarang saya mulai mencoba mengubah kebiasaan tersebut. Sesuai dengan bimbingan dari guru BK, saya memilih beristirahat sejenak terlebih dahulu dan menggunakan HP dalam waktu yang terbatas agar tidak mengganggu fokus belajar maupun membuat waktu belajar menjadi berkurang.”¹²⁶

Diperkuat oleh wali kelas yang menyampaikan informasi sebagai berikut:

“Saya melihat siswa tersebut sebelumnya memang mudah merasa jenuh saat belajar dan cenderung mengalihkan perhatian ke handphone. Namun, setelah mendapatkan arahan dari guru BK, sudah mulai terlihat perubahan, di mana ia mengambil waktu istirahat secukupnya tanpa berlebihan dalam menggunakan media sosial.”¹²⁷

Sejalan dengan itu, teman sekelas pertama menuturkan:

“Iya, sebelumnya kalau dia merasa bosan saat belajar biasanya langsung membuka media sosial sebagai bentuk hiburan. Kebiasaan tersebut terkadang membuat waktu belajar menjadi berkurang dan fokus belajar sulit kembali. Namun, sekarang sudah mulai terlihat perubahan yang lebih baik. Saat merasa jenuh, dia lebih sering memilih beristirahat sebentar tanpa terlalu

¹²⁵ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹²⁶ KES, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK

¹²⁷ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

lama menggunakan HP sehingga kegiatan belajar tetap dapat berjalan dengan lebih teratur.”¹²⁸

Selanjutnya, teman sekelas juga mengungkapkan:

“Sekarang dia sudah mulai mampu mengatur waktu istirahat dengan lebih baik dibandingkan sebelumnya. Ketika merasa jenuh saat belajar, dia hanya menggunakan HP dalam waktu yang singkat sebagai selingan. Setelah itu, dia kembali melanjutkan kegiatan belajar sehingga penggunaan HP tidak lagi terlalu mengganggu fokus maupun waktu belajarnya.”¹²⁹

Berdasarkan jawaban siswa diatas bahwa siswa pertama mengalami kesulitan mengontrol perilaku saat menggunakan media sosial, terutama ketika emosi, namun setelah mendapatkan arahan BK mulai lebih berhati-hati dalam membuat unggahan dan berinteraksi di media sosial

Siswa kedua mengalami kesulitan mengendalikan keinginan membuka HP karena notifikasi, tetapi setelah layanan BK mulai mampu mengontrol penggunaan HP saat belajar. Siswa ketiga mudah terpengaruh oleh teman dalam penggunaan media sosial, namun setelah bimbingan BK mulai mampu membatasi penggunaan HP dan lebih fokus belajar.

Siswa keempat mengalami kesulitan mengontrol penggunaan HP saat waktu santai dan sebelum tidur, tetapi mulai mampu mengatur waktu penggunaan media sosial. Siswa kelima sering membuka media sosial ketika merasa jenuh saat belajar, namun setelah mendapat arahan

¹²⁸ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹²⁹ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

BK mulai mampu membatasi penggunaan HP dan menjaga fokus belajar.

Berdasarkan hasil wawancara, siswa cenderung sulit menahan diri untuk tidak membuka media sosial, terutama saat merasa bosan, jenuh, santai, atau ketika melihat aktivitas teman. Kondisi tersebut membuat penggunaan media sosial menjadi berlebihan dan kurang terkontrol. Namun, setelah adanya bimbingan dari guru BK, siswa mulai lebih sadar akan dampaknya, mampu mengontrol diri, serta membatasi penggunaan media sosial dengan lebih teratur.

Kemudian peneliti melakukan pertanyaan selanjutnya yang diberikan peneliti kepada siswa MAN Rejang Lebong diperoleh data informasi sebagai berikut: “Ceritakan bagaimana anda mengendalikan diri agar tidak menggunakan media sosial pada waktu yang tidak tepat?”

“Saya membatasi penggunaan HP saat jam belajar dengan cara mematikan notifikasi agar tidak mudah terganggu dan tetap fokus pada kegiatan belajar. Langkah tersebut saya lakukan sesuai arahan dari guru BK sebagai upaya untuk mengurangi distraksi selama proses belajar. Dengan cara itu, saya menjadi lebih mampu mengatur penggunaan HP dan memprioritaskan waktu belajar dengan lebih baik.”¹³⁰

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut terlihat mulai mampu mengontrol penggunaan HP selama berada di kelas. Dibandingkan sebelumnya, siswa sudah jarang terlihat membuka HP saat pelajaran berlangsung sehingga perhatian terhadap pembelajaran menjadi lebih baik. Perubahan tersebut diduga berkaitan dengan upaya siswa dalam

¹³⁰ EG, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

mengikuti arahan dan bimbingan yang diberikan oleh guru BK mengenai penggunaan HP yang lebih disiplin dan terarah.”¹³¹

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang saat belajar dia sudah lebih jarang menggunakan HP dibandingkan sebelumnya. Untuk mengurangi gangguan dan menjaga fokus, biasanya HP disimpan terlebih dahulu atau notifikasinya dimatikan selama kegiatan belajar berlangsung. Kebiasaan tersebut menunjukkan adanya usaha untuk mengontrol penggunaan HP agar tidak mengganggu proses pembelajaran.”¹³²

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Kalau di kelas, sekarang dia sudah terlihat lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran. Berbeda dengan sebelumnya yang cukup sering memeriksa HP dan mudah terdistraksi, saat ini perhatiannya lebih banyak tertuju pada penjelasan guru dan kegiatan belajar di kelas. Perubahan tersebut juga membuat keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran menjadi lebih baik.”¹³³

Sejalan dengan pertanyaan yang sama peneliti menanyakan hal serupa dengan siswa berikutnya dan diperoleh informasi sebagai berikut:

“Saya membuat jadwal dalam penggunaan media sosial, sehingga saya hanya membukanya pada waktu luang setelah semua tugas dan kewajiban belajar selesai dikerjakan. Dengan cara ini, saya berusaha mengatur waktu dengan lebih baik agar penggunaan media sosial tidak mengganggu kegiatan belajar maupun tanggung jawab saya sebagai siswa.”¹³⁴

¹³¹ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹³² NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹³³ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹³⁴ MZM, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sudah mulai menunjukkan perubahan yang positif dalam hal pengaturan waktu. Ia terlihat lebih teratur dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah yang diberikan. Selain itu, penggunaan media sosialnya juga sudah tidak lagi mengganggu proses belajar, sehingga siswa dapat lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran dan menyelesaikan kewajibannya di sekolah.”¹³⁵

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang dia biasanya lebih mendahulukan untuk menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum membuka media sosial. Hal ini berbeda dengan kebiasaan sebelumnya, di mana dia sering menggunakan HP atau bermain media sosial sebelum tugas selesai dikerjakan. Perubahan ini menunjukkan adanya peningkatan dalam pengelolaan waktu dan tanggung jawab terhadap tugas sekolah.”¹³⁶

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Sekarang dia terlihat lebih teratur dalam mengatur penggunaan waktu. Ketika sedang istirahat atau setelah seluruh tugas selesai dikerjakan, barulah ia menggunakan waktu tersebut untuk membuka media sosial. Hal ini menunjukkan adanya perubahan yang lebih baik dalam pengelolaan waktu belajar dan penggunaan HP agar tidak mengganggu kewajiban sekolah.”¹³⁷

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Saya menaruh HP agak jauh saat sedang belajar agar tidak tergoda untuk membuka media sosial. Cara ini saya lakukan sesuai dengan saran dari guru BK sebagai upaya untuk

¹³⁵ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹³⁶ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹³⁷ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

mengurangi distraksi selama proses belajar. Dengan begitu, saya bisa lebih fokus dalam mengerjakan tugas dan mengikuti pembelajaran tanpa terganggu oleh penggunaan HP.”¹³⁸

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut memang sudah mulai menunjukkan upaya untuk mengurangi gangguan selama proses belajar. Ia terlihat lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran di kelas dan sudah jarang menggunakan HP saat kegiatan belajar berlangsung. Perubahan ini menunjukkan adanya peningkatan dalam kedisiplinan dan kemampuan siswa dalam mengontrol penggunaan HP agar tidak mengganggu proses pembelajaran.”¹³⁹

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang saat belajar dia biasanya menyimpan HP di tempat yang agak jauh sehingga tidak mudah dijangkau. Hal ini membuatnya tidak sering membuka HP seperti sebelumnya. Dengan cara tersebut, dia terlihat lebih mampu mengontrol diri dan lebih fokus dalam mengikuti kegiatan belajar tanpa terlalu banyak gangguan dari penggunaan media sosial.”¹⁴⁰

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Saya melihat dia sekarang lebih fokus saat belajar dibandingkan sebelumnya. HP juga sudah jarang dipegang selama proses pembelajaran berlangsung, kecuali jika memang ada keperluan tertentu yang mendukung kegiatan belajar. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan dalam kemampuan siswa untuk mengontrol penggunaan HP agar tidak mengganggu konsentrasi di kelas.”¹⁴¹

¹³⁸ WPW, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹³⁹ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹⁴⁰ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁴¹ IL, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Sekarang saya lebih mendahulukan tugas dan kegiatan belajar terlebih dahulu sebelum menggunakan media sosial. Setelah semua kewajiban selesai, barulah saya menggunakan media sosial secukupnya sebagai bentuk hiburan. Dengan cara ini, saya berusaha mengatur waktu dengan lebih baik agar tidak mengganggu proses belajar dan tanggung jawab di sekolah.”¹⁴²

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sudah mulai menunjukkan perubahan dalam hal prioritas belajar. Ia terlihat lebih bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah sebelum melakukan aktivitas lain. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan dalam pengelolaan waktu serta kesadaran siswa untuk mendahulukan kewajiban belajar dibandingkan penggunaan media sosial atau kegiatan lainnya.”¹⁴³

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang dia lebih memprioritaskan untuk menyelesaikan tugas terlebih dahulu. Setelah semua tugas selesai, barulah dia menggunakan waktu untuk bersantai dan membuka media sosial. Perubahan ini menunjukkan adanya peningkatan dalam pengelolaan waktu serta tanggung jawab terhadap kewajiban belajar dibandingkan sebelumnya.”¹⁴⁴

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Jika dibandingkan dengan sebelumnya, saat ini dia terlihat lebih disiplin dalam mengatur waktu. Ia sudah jarang terlihat bermain HP sebelum tugas-tugasnya selesai dikerjakan. Hal ini menunjukkan adanya perubahan yang lebih baik dalam

¹⁴² KAE, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁴³ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹⁴⁴ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

kebiasaan belajar serta peningkatan tanggung jawab terhadap kewajiban sekolah.”¹⁴⁵

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Saya mengurangi penggunaan media sosial dengan cara mengisi waktu luang menggunakan kegiatan lain yang lebih bermanfaat, sehingga tidak terus-menerus membuka HP. Langkah ini saya lakukan sesuai dengan bimbingan dari guru BK agar penggunaan media sosial dapat lebih terkontrol dan tidak mengganggu kegiatan belajar maupun aktivitas sehari-hari.”¹⁴⁶

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut mulai menunjukkan perubahan perilaku dalam mengelola waktu luang. Ia tidak lagi hanya berfokus pada penggunaan HP, tetapi juga lebih aktif dalam mengikuti kegiatan belajar maupun aktivitas lain di sekolah. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan dalam kemampuan mengatur waktu serta kesadaran untuk memanfaatkan waktu secara lebih positif dan bermanfaat.”¹⁴⁷

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang dia sudah tidak terlalu sering menggunakan HP dibandingkan sebelumnya. Ketika memiliki waktu kosong, dia kadang lebih memilih untuk mengobrol dengan teman atau melakukan aktivitas lain yang lebih bermanfaat. Perubahan ini menunjukkan adanya peningkatan dalam pengelolaan waktu dan pengurangan ketergantungan terhadap penggunaan HP.”¹⁴⁸

¹⁴⁵ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁴⁶ KES, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁴⁷ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹⁴⁸ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Sekarang dia lebih banyak melakukan kegiatan lain ketika tidak ada pelajaran, sehingga tidak lagi terus-menerus membuka media sosial seperti sebelumnya. Hal ini menunjukkan adanya perubahan yang lebih baik dalam cara siswa memanfaatkan waktu luang di sekolah, dengan tidak hanya berfokus pada penggunaan HP tetapi juga aktivitas lain yang lebih positif.”¹⁴⁹

Berdasarkan wawancara dengan siswa tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa pertama mengendalikan penggunaan media sosial dengan mematikan notifikasi saat belajar agar tidak mudah terdistraksi dan tetap fokus pada kegiatan pembelajaran.

Siswa kedua mengendalikan penggunaan media sosial dengan membuat jadwal penggunaan HP, yaitu membuka media sosial setelah tugas dan kewajiban belajar selesai. Siswa ketiga mengendalikan diri dengan menjauhkan HP saat belajar agar tidak tergoda membuka media sosial dan dapat lebih fokus menyelesaikan tugas.

Siswa keempat mengendalikan penggunaan media sosial dengan mendahulukan tugas dan kegiatan belajar sebelum menggunakan HP sebagai hiburan. Siswa kelima mengendalikan penggunaan media sosial dengan mengalihkan waktu luang pada kegiatan lain yang lebih bermanfaat sehingga tidak terus-menerus menggunakan HP.

Berdasarkan hasil wawancara siswa, dapat disimpulkan bahwa cara siswa dalam mengendalikan penggunaan media sosial berbeda-beda, seperti mematikan notifikasi, membuat jadwal penggunaan,

¹⁴⁹ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

menjauhkan HP saat belajar, mendahulukan tugas, dan melakukan aktivitas positif. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan kontrol diri siswa setelah mendapatkan arahan dari guru BK.

Kemudian peneliti melakukan pertanyaan selanjutnya yang diberikan peneliti kepada siswa MAN Rejang Lebong diperoleh data informasi sebagai berikut: “Ceritakan sejauh mana anda mematuhi aturan sekolah terkait penggunaan ponsel?”

“Saya cukup mematuhi aturan yang ada di sekolah, terutama dalam penggunaan HP. Saya hanya menggunakan HP pada saat-saat yang diperbolehkan oleh guru, dan tidak menggunakannya ketika proses pembelajaran berlangsung tanpa izin. Dengan cara ini, saya berusaha menjaga kedisiplinan serta tidak mengganggu kegiatan belajar di kelas.”¹⁵⁰

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sudah cukup disiplin dalam mematuhi aturan penggunaan HP di kelas. Ia hanya menggunakan HP pada saat yang diizinkan oleh guru dan tidak terlihat melanggar ketentuan yang berlaku selama proses pembelajaran. Hal ini menunjukkan adanya sikap tanggung jawab serta kepatuhan terhadap aturan sekolah yang semakin baik.”¹⁵¹

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang dia terlihat lebih patuh terhadap aturan yang berlaku di kelas. Jika belum ada izin dari guru, dia tidak menggunakan HP selama proses pembelajaran berlangsung. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan kedisiplinan serta

¹⁵⁰ EG, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁵¹ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

kesadaran untuk mengikuti aturan yang telah ditetapkan di sekolah.”¹⁵²

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Dia termasuk siswa yang cukup tertib dalam mematuhi aturan di kelas. Penggunaan HP hanya dilakukan pada saat guru memberikan izin, sehingga tidak digunakan secara sembarangan selama proses pembelajaran berlangsung. Hal ini menunjukkan sikap disiplin dan kepatuhan terhadap aturan yang semakin baik.”¹⁵³

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Saya berusaha untuk tetap patuh terhadap aturan yang ada, meskipun kadang masih merasa tergoda untuk membuka HP saat belajar. Namun, sekarang saya sudah lebih mampu mengontrol diri dibandingkan sebelumnya. Saya berusaha membatasi penggunaan HP agar tidak mengganggu kegiatan belajar dan lebih fokus pada pembelajaran di kelas.”¹⁵⁴

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sudah menunjukkan adanya upaya perbaikan dalam mengontrol penggunaan HP. Meskipun masih sesekali terlihat tergoda untuk menggunakannya, namun secara umum perilakunya sudah lebih baik dibandingkan sebelumnya. Siswa juga terlihat lebih patuh terhadap aturan yang berlaku di kelas serta lebih mampu mengendalikan diri selama proses pembelajaran berlangsung.”¹⁵⁵

¹⁵² NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁵³ IL, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁵⁴ MZM, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁵⁵ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang dia sudah lebih mampu mengontrol diri dalam penggunaan HP. Meskipun kadang masih terlihat memegang HP, namun frekuensinya sudah tidak sesering dulu. Hal ini menunjukkan adanya perubahan yang lebih baik dalam pengendalian diri serta kepatuhan terhadap aturan di kelas.”¹⁵⁶

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Sekarang dia sudah menunjukkan perkembangan yang lebih baik. Meskipun kadang masih membuka HP, namun intensitasnya sudah lebih dikurangi dibandingkan sebelumnya. Selain itu, siswa juga terlihat lebih sadar terhadap waktu sehingga lebih mampu mengatur kapan harus menggunakan HP dan kapan harus fokus pada kegiatan belajar.”¹⁵⁷

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Saya mengikuti aturan sekolah dengan tidak menggunakan HP saat jam pelajaran berlangsung. Hal ini saya lakukan agar dapat lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran dan tidak mengganggu proses belajar di kelas. Dengan mematuhi aturan tersebut, saya berusaha menjadi lebih disiplin dan bertanggung jawab sebagai siswa.”¹⁵⁸

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sudah cukup disiplin dalam mematuhi aturan sekolah. Ia tidak menggunakan HP saat jam pelajaran berlangsung dan lebih mampu menjaga fokus dalam mengikuti pembelajaran di kelas. Hal ini menunjukkan adanya sikap

¹⁵⁶ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁵⁷ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁵⁸ WPW, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

kepatuhan terhadap aturan serta peningkatan konsentrasi dalam kegiatan belajar.”¹⁵⁹

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang dia sudah tidak menggunakan HP saat pelajaran berlangsung seperti sebelumnya. Selama kegiatan pembelajaran di kelas, ia terlihat lebih mampu menahan diri untuk tidak membuka HP dan lebih fokus memperhatikan penjelasan guru. Perubahan ini juga terlihat dari meningkatnya konsentrasi dalam mengikuti materi yang disampaikan serta keterlibatan yang lebih baik dalam proses belajar. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan kedisiplinan dan kesadaran siswa untuk mematuhi aturan serta menjaga fokus selama pembelajaran berlangsung.”¹⁶⁰

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Selama jam pelajaran berlangsung, dia tidak terlihat bermain HP sehingga sudah menunjukkan kepatuhan terhadap aturan sekolah dengan baik. Sikap tersebut mencerminkan adanya kesadaran untuk mengikuti ketentuan yang berlaku di kelas, khususnya dalam menjaga fokus selama proses pembelajaran. Dengan tidak menggunakan HP saat jam pelajaran, siswa juga terlihat lebih mampu berkonsentrasi dan mengikuti kegiatan belajar secara lebih optimal.”¹⁶¹

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Saya cukup disiplin dalam mematuhi aturan yang ada di sekolah, khususnya terkait penggunaan HP. Saya hanya menggunakan HP pada saat diizinkan oleh guru dan tidak menggunakannya ketika pembelajaran sedang berlangsung tanpa izin. Dengan cara ini, saya berusaha menjaga fokus belajar serta tetap mengikuti aturan yang telah ditetapkan di kelas.”¹⁶²

¹⁵⁹ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹⁶⁰ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁶¹ IL, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁶² KAE, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sudah menunjukkan sikap disiplin dalam penggunaan HP di kelas. Ia hanya menggunakan HP ketika mendapat izin dari guru dan tidak melanggar aturan yang telah ditetapkan selama proses pembelajaran berlangsung. Hal ini mencerminkan adanya kepatuhan terhadap tata tertib sekolah serta kesadaran untuk menjaga ketertiban dan fokus dalam kegiatan belajar di kelas.”¹⁶³

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang dia terlihat lebih tertib dalam mematuhi aturan di kelas. Jika belum mendapatkan izin dari guru, dia tidak menggunakan HP selama proses pembelajaran berlangsung. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan kedisiplinan serta kesadaran untuk mengikuti aturan yang telah ditetapkan di sekolah.”¹⁶⁴

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Dia termasuk siswa yang patuh terhadap aturan di kelas. Penggunaan HP hanya dilakukan pada saat diperbolehkan oleh guru, sehingga tidak digunakan secara sembarangan selama proses pembelajaran berlangsung. Hal ini menunjukkan sikap disiplin serta kepatuhan yang baik terhadap tata tertib sekolah.”¹⁶⁵

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Saya mematuhi aturan yang berlaku di sekolah dengan membatasi penggunaan HP sesuai arahan guru dan tata tertib yang telah ditetapkan. Saya hanya menggunakan HP pada waktu

¹⁶³ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹⁶⁴ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁶⁵ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

yang diperbolehkan, sehingga tidak mengganggu proses pembelajaran di kelas. Dengan cara ini, saya berusaha untuk tetap disiplin serta menjaga fokus dalam mengikuti kegiatan belajar.”¹⁶⁶

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sudah cukup baik dalam mematuhi tata tertib sekolah terkait penggunaan HP. Ia mampu membatasi penggunaan HP sesuai dengan aturan yang berlaku serta arahan dari guru. Hal ini menunjukkan adanya sikap disiplin dan kesadaran siswa untuk mengikuti ketentuan sekolah, sehingga penggunaan HP tidak mengganggu proses pembelajaran di kelas.”¹⁶⁷

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang dia sudah mulai mengikuti aturan sekolah dengan baik. Penggunaan HP juga sudah dibatasi sesuai dengan ketentuan yang berlaku di kelas. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan kedisiplinan serta kesadaran untuk mematuhi tata tertib sekolah dalam kegiatan pembelajaran.”¹⁶⁸

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Dia sudah cukup disiplin dalam mematuhi aturan di sekolah. Ia tidak menggunakan HP secara sembarangan dan selalu mengikuti ketentuan yang berlaku selama berada di lingkungan sekolah. Hal ini menunjukkan sikap tanggung jawab serta kepatuhan terhadap tata tertib yang semakin baik.”¹⁶⁹

¹⁶⁶ KES, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁶⁷ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹⁶⁸ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁶⁹ IL, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, terdapat perbedaan tingkat kepatuhan siswa terhadap aturan penggunaan HP di sekolah. Berikut kesimpulan singkat berdasarkan masing-masing jawaban siswa: Siswa pertama sudah mampu mematuhi aturan penggunaan HP dengan hanya menggunakan ponsel pada waktu yang diperbolehkan dan tidak menggunakannya saat pembelajaran berlangsung.

Siswa kedua masih mengalami sedikit kesulitan dalam mematuhi aturan karena terkadang tergoda membuka HP saat belajar, namun sudah menunjukkan peningkatan dalam mengontrol diri. Siswa ketiga menunjukkan kepatuhan yang baik terhadap aturan sekolah dengan tidak menggunakan HP saat jam pelajaran sehingga lebih fokus mengikuti pembelajaran.

Siswa keempat sudah mampu mengikuti aturan penggunaan HP dengan baik, yaitu menggunakan HP hanya ketika mendapat izin dari guru dan menjaga fokus selama pembelajaran. Siswa kelima menunjukkan kedisiplinan dalam penggunaan HP dengan membatasi pemakaian sesuai tata tertib sekolah dan menggunakan HP secara lebih bertanggung jawab.

Berdasarkan hasil wawancara siswa, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa telah mengalami peningkatan dalam kepatuhan terhadap aturan penggunaan HP di sekolah. Meskipun terdapat siswa yang masih perlu mengontrol diri, secara umum siswa mulai mampu menggunakan HP sesuai aturan dan tidak mengganggu proses pembelajaran.

c. Orientasi Tujuan

Orientasi tujuan dalam penelitian ini merujuk pada kemampuan siswa untuk menetapkan prioritas dan sasaran yang jelas dalam setiap tindakan yang mereka lakukan, terutama dalam penggunaan teknologi dan media sosial. Di MAN Rejang Lebong, kedisiplinan berorientasi tujuan ditekankan agar siswa tidak menjadi konsumen konten yang pasif, melainkan mampu memfungsikan media sosial sebagai alat untuk mencapai target akademik maupun pengembangan bakat dan juga minat siswa.

Dalam praktiknya, siswa seringkali mengalami distraksi tujuan karena tren yang berkembang. Berdasarkan wawancara dengan siswa MAN Rejang Lebong didapatkan hasil sebagai berikut: “Ceritakan untuk tujuan apa saja anda menggunakan media sosial?”

“Saya menggunakan media sosial untuk mencari informasi dan hiburan, seperti melihat berita, menonton video, serta bermain game. Namun, saya tetap berusaha mengatur waktu penggunaannya agar tidak berlebihan dan tidak mengganggu kegiatan belajar maupun tanggung jawab saya di sekolah.”

Kemudian, siswa lainnya menambahkan bahwa:

“Biasanya dia menggunakan media sosial untuk berkomunikasi dengan teman-temannya serta berbagi informasi. Selain itu, media sosial juga digunakan sebagai sarana hiburan di waktu luang. Penggunaan tersebut masih dalam batas yang wajar dan tidak mengganggu kegiatan belajar di sekolah.”¹⁷⁰

Selanjutnya, siswa ketiga mengungkapkan bahwa:

¹⁷⁰ MZM, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

“Saya menggunakan media sosial untuk membantu kegiatan belajar, seperti mencari materi pelajaran atau referensi tambahan yang berkaitan dengan tugas sekolah. Selain itu, saya juga menggunakan media sosial sebagai sarana hiburan di waktu luang. Dengan demikian, penggunaannya tetap saya usahakan seimbang agar tidak mengganggu kegiatan belajar utama di sekolah.”.¹⁷¹

Selain itu, siswa keempat menjelaskan bahwa:

“Untuk mengisi waktu luang, saya biasanya menggunakan media sosial dengan melakukan scrolling dan melihat berbagai konten yang menarik. Selain itu, saya juga memanfaatkannya untuk mencari informasi yang dibutuhkan, baik yang berkaitan dengan pelajaran maupun hal-hal umum lainnya. Namun, saya tetap berusaha membatasi waktu penggunaannya agar tidak berlebihan dan tidak mengganggu kegiatan belajar.”¹⁷²

Sementara itu, siswa kelima menyatakan bahwa:

“Saya menggunakan media sosial untuk belajar, komunikasi, dan hiburan. Namun, saat ini penggunaannya sudah lebih dibatasi sesuai dengan arahan dari guru BK. Saya berusaha mengatur waktu dengan lebih baik agar penggunaan media sosial tidak mengganggu kegiatan belajar dan tetap seimbang dengan tanggung jawab saya sebagai siswa.”

Berdasarkan hasil wawancara, siswa menggunakan media sosial untuk berbagai tujuan, seperti mencari informasi, belajar, berkomunikasi, dan hiburan. Namun, penggunaan tersebut mulai lebih terarah dan dibatasi setelah adanya arahan dari guru BK.

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut: “Menurut anda, apakah media sosial lebih banyak membantu atau mengganggu kegiatan belajar? mengapa?”

¹⁷¹ WPW, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁷² KAE, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

“Menurut saya, media sosial dapat membantu karena bisa digunakan untuk mencari materi pelajaran dan menambah informasi yang dibutuhkan dalam belajar. Namun, di sisi lain juga dapat mengganggu jika digunakan secara berlebihan, terutama ketika bermain game atau scrolling terlalu lama sehingga membuat saya lupa waktu dan mengurangi fokus belajar. Oleh karena itu, perlu adanya pengaturan waktu yang baik agar penggunaan media sosial tetap bermanfaat dan tidak berdampak negatif terhadap kegiatan belajar.”

Kemudian, siswa lainnya mengungkapkan bahwa:

“Lebih sering mengganggu, karena saya jadi sering menunda kegiatan belajar ketika menggunakan media sosial. Akibatnya, waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar menjadi berkurang dan pekerjaan sekolah tidak segera diselesaikan. Oleh karena itu, saya perlu lebih mengontrol penggunaan media sosial agar tidak mengganggu kewajiban belajar saya.”¹⁷³

Selanjutnya, siswa ketiga menambahkan bahwa:

“Membantu jika digunakan dengan baik, misalnya untuk mencari informasi yang berkaitan dengan pelajaran atau menambah wawasan. Dengan pemanfaatan yang tepat, media sosial dapat menjadi sarana pendukung dalam proses belajar. Namun, penggunaannya tetap perlu dibatasi agar tidak mengganggu fokus dan kegiatan belajar utama.”¹⁷⁴

Selain itu, siswa keempat menjelaskan bahwa:

“Kadang media sosial membantu, terutama ketika digunakan untuk mencari informasi atau bahan pelajaran. Namun, lebih sering justru mengganggu karena membuat saya lupa waktu dan sulit mengontrol penggunaan. Hal ini terkadang berdampak pada berkurangnya waktu belajar serta menunda penyelesaian tugas, sehingga perlu adanya pengaturan penggunaan yang lebih baik.”¹⁷⁵

Sementara itu, siswa kelima menyatakan bahwa:

“Menurut saya, dampak media sosial tergantung pada cara penggunaannya. Media sosial bisa membantu dalam proses

¹⁷³ MZM, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁷⁴ WPW, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁷⁵ KAE, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

belajar, misalnya untuk mencari informasi atau materi pelajaran yang dibutuhkan. Namun, di sisi lain juga dapat mengganggu jika tidak dibatasi dengan baik, karena dapat membuat pengguna kehilangan fokus dan menghabiskan waktu terlalu lama sehingga mengurangi waktu belajar.”¹⁷⁶

Berdasarkan hasil wawancara, media sosial dapat memberikan manfaat dalam membantu belajar, seperti mencari informasi. Namun, lebih sering menjadi gangguan karena menyebabkan siswa menunda belajar. Oleh karena itu, dampaknya bergantung pada cara siswa menggunakannya.

Setelah peneliti mengonfirmasi kepada salah satu guru bimbingan dan konseling di MAN Rejang Lebong, ditemukan bahwa orientasi tujuan ini menjadi dasar dalam pemberian bimbingan karir bagi siswa kelas XI.

“Kami selalu menekankan pada siswa, 'Kamu itu mau jadi apa setelah lulus dari MAN?'. Jika tujuannya jelas, maka aktivitas di HP-nya pun akan mengikuti. Siswa yang disiplin orientasinya biasanya lebih sering terlihat di perpustakaan atau aktif bertanya soal perkuliahan di grup. Sebaliknya, yang tujuannya belum jelas, biasanya medsosnya hanya berisi keluhan atau hal-hal yang kurang produktif. Ini yang terus kami bina agar siswa mempunyai orientasi tujuan dalam menggunakan media sosial mereka.”¹⁷⁷

Dengan demikian, kedisiplinan siswa terbentuk karena mereka merasa memiliki sesuatu yang berharga untuk dicapai di masa depan.

d. Pengendalian Emosi

Pengendalian emosi dalam penelitian ini merujuk pada kemampuan siswa untuk mengelola perasaan, dan reaksi mereka,

¹⁷⁶ KES, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁷⁷ TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

terutama saat menghadapi stimulus negatif di dunia maya. Di MAN Rejang Lebong, kedisiplinan emosional merupakan bagian dari pendidikan *Riyadhatun Nafs* (olah jiwa), di mana siswa diajarkan untuk tidak reaktif terhadap provokasi, perundungan digital (*cyberbullying*), maupun konten yang memicu kecemasan.

Kemudian kembali penulis melakukan wawancara dengan siswa MAN Rejang Lebong kelas XI didapatkan informasi sebagai berikut: "Bagaimana sikap anda ketika menemukan konten atau komentar di media sosial yang memicu emosi, dan apa yang anda lakukan setelahnya?"

"Kalau saya melihat konten di media sosial yang memicu emosi, biasanya saya berusaha menahan diri untuk tidak langsung merespons atau membalas. Saya memilih untuk tidak menanggapi secara spontan dan lebih baik mengabaikannya agar tidak menimbulkan masalah atau dampak negatif. Dengan cara ini, saya mencoba lebih bijak dalam menggunakan media sosial."¹⁷⁸

Selanjutnya, wawancara dengan wali kelas untuk memperkuat data diatas menunjukkan bahwa:

"Siswa tersebut sudah menunjukkan kemampuan dalam mengontrol diri saat menggunakan media sosial. Ia tidak mudah terpancing oleh konten yang bersifat provokatif dan cenderung mampu bersikap tenang dalam merespons berbagai informasi yang diterima. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan dalam kedewasaan sikap serta kemampuan pengendalian diri dalam bermedia sosial."¹⁷⁹

¹⁷⁸ EG, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁷⁹ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, ketika melihat postingan yang memancing emosi, dia tidak langsung bereaksi atau merespons secara terburu-buru. Biasanya dia memilih untuk mengabaikannya agar tidak menimbulkan masalah atau dampak negatif. Hal ini menunjukkan bahwa dia sudah lebih mampu mengontrol diri dalam menggunakan media sosial.”¹⁸⁰

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Dia sekarang terlihat lebih bijak dalam menggunakan media sosial. Ia tidak mudah terpancing oleh komentar atau konten yang bersifat provokatif, serta lebih mampu mengendalikan diri dalam merespons berbagai informasi yang ditemui di media sosial. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan sikap dewasa dalam berinteraksi di dunia maya.”¹⁸¹

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Saya sempat merasa kesal ketika melihat atau membaca konten di media sosial yang memancing emosi. Namun, saat ini saya lebih memilih untuk diam dan tidak ikut berkomentar agar tidak memperbesar masalah atau menimbulkan dampak negatif. Dengan cara tersebut, saya berusaha lebih bijak dan mampu mengontrol diri dalam menggunakan media sosial.”¹⁸²

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sudah menunjukkan perkembangan dalam pengendalian diri saat menggunakan media sosial. Ia tidak lagi mudah terpancing emosi dan lebih mampu menjaga sikap tenang ketika menghadapi hal-hal yang kurang menyenangkan di media sosial. Perubahan ini menunjukkan adanya peningkatan dalam

¹⁸⁰ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁸¹ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁸² MZM, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

kematangan sikap serta kemampuan siswa untuk merespons situasi secara lebih bijak.”¹⁸³

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang dia ketika menghadapi masalah atau melihat hal yang memicu emosi di media sosial lebih memilih untuk diam dan tidak ikut berkomentar. Sikap ini menunjukkan bahwa dia sudah lebih mampu mengendalikan diri dan tidak mudah terbawa emosi seperti sebelumnya.”¹⁸⁴

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Dia sudah menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menahan diri ketika menggunakan media sosial. Ia tidak lagi ikut memperbesar masalah atau merespons secara berlebihan terhadap hal-hal yang memancing emosi. Sikap ini menunjukkan adanya peningkatan dalam pengendalian diri serta kedewasaan dalam berinteraksi di dunia maya.”¹⁸⁵

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Saya mencoba untuk berpikir terlebih dahulu sebelum merespon suatu hal di media sosial. Biasanya saya memilih untuk tidak langsung membalas dan lebih fokus pada hal lain agar tidak terjebak dalam emosi sesaat. Dengan cara ini, saya berusaha menjaga sikap agar tetap tenang dan tidak memperbesar masalah yang ada di media sosial.”¹⁸⁶

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sudah menunjukkan kemampuan pengendalian diri yang baik dalam menggunakan media sosial. Ia tidak tergesa-

¹⁸³ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹⁸⁴ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁸⁵ IL, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁸⁶ WPW, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

gesa dalam merespon suatu hal dan cenderung lebih berhati-hati dalam bersikap. Hal ini menunjukkan adanya perkembangan positif dalam kedewasaan berpikir serta kemampuan siswa untuk mengelola emosi ketika berinteraksi di media sosial.”¹⁸⁷

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang dia jika menemukan hal yang kurang menyenangkan di media sosial tidak langsung memberikan respons atau membalasnya. Biasanya dia memilih untuk membiarkan dan tidak mempermasalahkannya, sehingga dapat menghindari konflik serta menjaga sikap tetap tenang.”¹⁸⁸

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Dia sekarang terlihat lebih tenang dalam menghadapi berbagai hal di media sosial. Ketika ada masalah atau hal yang kurang menyenangkan, ia tidak langsung bereaksi dan lebih memilih untuk mengalihkan perhatian ke hal lain yang lebih positif. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan dalam kemampuan mengendalikan emosi serta sikap yang lebih bijak dalam bermedia sosial.”¹⁸⁹

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Ketika merasa emosi, saya biasanya memilih untuk berhenti sementara dari penggunaan media sosial agar dapat menenangkan diri terlebih dahulu. Dengan cara ini, saya berusaha menghindari reaksi yang tergesa-gesa dan memberikan waktu bagi diri saya untuk berpikir lebih jernih sebelum kembali menggunakan media sosial.”¹⁹⁰

¹⁸⁷ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹⁸⁸ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁸⁹ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁹⁰ KAE, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sudah mulai mampu mengontrol diri dengan baik dalam penggunaan media sosial. Ketika merasa emosi, ia cenderung mengambil jeda atau menghentikan sementara penggunaan media sosial agar tidak memperburuk keadaan. Hal ini menunjukkan adanya perkembangan positif dalam kemampuan pengendalian diri serta sikap yang lebih bijak dalam merespons situasi di media sosial.”¹⁹¹

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, ketika sedang merasa emosi, dia biasanya tidak langsung membuka media sosial. Ia lebih memilih untuk menenangkan diri terlebih dahulu sebelum kembali menggunakan media sosial. Hal ini menunjukkan adanya kemampuan yang semakin baik dalam mengendalikan emosi dan bersikap lebih bijak dalam menghadapi situasi di media sosial.”¹⁹²

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Dia sekarang terlihat lebih mampu mengatur diri dalam penggunaan media sosial. Ketika sedang emosi, ia biasanya memilih untuk menjauh dari media sosial untuk sementara waktu agar dapat menenangkan diri terlebih dahulu. Sikap ini menunjukkan adanya peningkatan dalam pengendalian emosi serta kemampuan untuk bersikap lebih bijak dalam situasi yang kurang menyenangkan.”¹⁹³

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Saya memilih untuk tidak ikut terlibat dan membatasi penggunaan media sosial agar tidak mudah terbawa emosi. Langkah ini saya lakukan sesuai dengan arahan dari guru BK

¹⁹¹ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹⁹² NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁹³ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

sebagai upaya untuk menjaga pengendalian diri dan menghindari dampak negatif dari penggunaan media sosial. Dengan cara tersebut, saya berusaha lebih tenang dan bijak dalam merespons berbagai situasi di media sosial.”¹⁹⁴

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sudah cukup baik dalam mengendalikan diri di media sosial. Ia berusaha tidak terlibat dalam hal-hal yang dapat memicu emosi dan mengikuti arahan guru BK dengan membatasi penggunaan media sosial.”¹⁹⁵

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sekarang dia ketika menemukan hal di media sosial yang memancing emosi tidak ikut terlibat atau ikut campur. Ia lebih memilih untuk diam dan tidak memberikan respons yang dapat memperkeruh keadaan. Sikap ini menunjukkan adanya peningkatan dalam kemampuan pengendalian diri serta cara berpikir yang lebih bijak dalam bermedia sosial.”¹⁹⁶

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Dia sudah menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menahan diri saat menggunakan media sosial. Ia tidak mudah terbawa emosi ketika menghadapi hal-hal yang kurang menyenangkan dan juga lebih mampu membatasi penggunaan media sosial dibandingkan sebelumnya. Hal ini menunjukkan adanya perkembangan positif dalam pengendalian diri serta kedewasaan dalam bersikap di dunia maya.”¹⁹⁷

¹⁹⁴ KES, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁹⁵ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

¹⁹⁶ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

¹⁹⁷ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

Berdasarkan hasil wawancara di temukan bahwa siswa mampu mengendalikan emosi dengan tidak langsung merespons konten yang memancing emosi dan memilih mengabaikannya agar tidak menimbulkan konflik. Siswa menunjukkan peningkatan pengendalian diri dengan memilih diam dan tidak ikut berkomentar ketika menghadapi konten yang memicu emosi di media sosial.

Siswa mampu berpikir terlebih dahulu sebelum merespons suatu informasi di media sosial sehingga dapat menghindari reaksi yang impulsif. Siswa mampu mengelola emosi dengan menghentikan sementara penggunaan media sosial ketika sedang marah atau emosi agar dapat berpikir lebih tenang.

Siswa mampu membatasi penggunaan media sosial dan menghindari keterlibatan dalam konten yang memicu emosi sesuai arahan guru BK, sehingga pengendalian dirinya menjadi lebih baik.

Secara keseluruhan, kelima siswa menunjukkan kemampuan regulasi diri yang baik dalam mengendalikan emosi saat menggunakan media sosial. Hal ini terlihat dari kemampuan mereka menahan diri, berpikir sebelum bertindak, menghindari konflik, membatasi penggunaan media sosial ketika emosi, serta mengikuti arahan guru BK. Temuan tersebut juga diperkuat oleh keterangan wali kelas dan teman sekelas yang menunjukkan adanya peningkatan kedewasaan dan pengendalian diri siswa dalam bermedia sosial.

Kemudian kembali penulis melakukan wawancara dengan siswa MAN Rejang Lebong kelas XI didapatkan informasi sebagai berikut: “

Ceritakan apakah pengalaman di media sosial pernah mempengaruhi suasana hati anda di sekolah?”

“Iya, pernah. Saat saya terlalu sering melihat media sosial sebelum berangkat ke sekolah, saya jadi sering kepikiran hal-hal yang ada di media sosial sehingga kurang fokus ketika mengikuti pembelajaran di kelas. Kondisi tersebut membuat konsentrasi belajar menjadi terganggu dan waktu belajar kurang optimal. Namun, saya berusaha memperbaikinya dengan membatasi penggunaan media sosial sebelum sekolah agar bisa lebih fokus dalam kegiatan belajar.”¹⁹⁸

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut memang pernah mengalami penurunan fokus belajar ketika terlalu sering menggunakan media sosial sebelum kegiatan sekolah. Kondisi tersebut berdampak pada berkurangnya konsentrasi saat mengikuti pembelajaran di kelas. Namun, saat ini sudah mulai terlihat adanya perubahan ke arah yang lebih baik. Siswa mulai mampu mengatur penggunaan media sosial dengan lebih bijak sehingga tidak mengganggu fokus belajar dan kegiatan sekolah.”¹⁹⁹

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sebelumnya dia kadang terlihat kurang fokus di kelas, terutama ketika sebelumnya sering menggunakan HP atau media sosial. Hal tersebut terkadang membuat perhatiannya teralihkan saat pembelajaran berlangsung. Namun, saat ini sudah mulai ada perubahan ke arah yang lebih baik, di mana dia terlihat lebih mampu mengontrol penggunaan HP dan lebih fokus dalam mengikuti pelajaran di kelas.”²⁰⁰

¹⁹⁸ EG, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

¹⁹⁹ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

²⁰⁰ IL, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

”Kalau sekarang sudah terlihat lebih baik dibandingkan sebelumnya. Ia menjadi lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran di kelas dan tidak lagi sering terganggu oleh pikiran tentang media sosial seperti dulu. Perubahan ini menunjukkan adanya peningkatan dalam kemampuan mengatur perhatian serta mengontrol penggunaan media sosial agar tidak mengganggu kegiatan belajar.”²⁰¹

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Pernah. Ketika saya melihat konten di media sosial yang memancing emosi, hal tersebut terkadang membuat suasana hati menjadi kurang baik sehingga memengaruhi fokus saya saat di kelas. Kondisi ini pernah berdampak pada menurunnya konsentrasi dalam mengikuti pembelajaran. Namun, saat ini saya berusaha lebih disiplin dalam menggunakan media sosial dengan mengikuti waktu penggunaan yang dianjurkan oleh guru BK, sehingga saya dapat lebih menjaga emosi dan tetap fokus dalam kegiatan belajar di sekolah.”²⁰²

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut memang pernah mengalami penurunan suasana hati yang berdampak pada proses belajar di kelas akibat penggunaan media sosial. Kondisi tersebut sempat memengaruhi konsentrasi dan keterlibatannya dalam kegiatan pembelajaran. Namun, saat ini sudah terlihat adanya usaha untuk menjadi lebih disiplin dalam menggunakan media sosial sesuai dengan arahan dari guru BK. Perubahan ini menunjukkan adanya kesadaran siswa dalam mengelola penggunaan media sosial agar tidak mengganggu proses belajar di sekolah.”

²⁰¹ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²⁰² MZM, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sebelumnya dia kadang terlihat kurang semangat di kelas setelah melihat atau terpengaruh oleh sesuatu di media sosial. Hal tersebut sempat memengaruhi konsentrasi dan keterlibatannya dalam pembelajaran. Namun, saat ini sudah terlihat perubahan yang lebih baik, di mana dia menjadi lebih fokus dan mampu menjaga semangat belajarnya di kelas dibandingkan sebelumnya.”²⁰³

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Sekarang dia terlihat lebih mampu mengatur diri dalam penggunaan media sosial. Ia tidak lagi mudah terbawa suasana dari konten yang dilihat di media sosial dan menunjukkan sikap yang lebih stabil dalam kesehariannya. Selain itu, ia juga tampak lebih disiplin dalam mengatur waktu dan kegiatan, sehingga tidak mengganggu proses belajar di sekolah.”²⁰⁴

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Iya, pengalaman menggunakan media sosial pernah mempengaruhi suasana hati saya di sekolah, sehingga kadang membuat saya kurang fokus dalam mengikuti pelajaran. Dari situ, saya belajar untuk lebih mengontrol diri agar tidak terlalu terbawa perasaan dari apa yang saya lihat di media sosial. Saat ini saya berusaha lebih bijak dalam menggunakan media sosial dengan tidak terlalu larut dalam konten yang dapat memengaruhi emosi, sehingga saya bisa lebih menjaga suasana hati dan tetap fokus di sekolah.”²⁰⁵

²⁰³ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²⁰⁴ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²⁰⁵ WPW, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut memang pernah mengalami perubahan suasana hati akibat pengaruh media sosial, yang sempat berdampak pada fokus dan keterlibatannya dalam kegiatan belajar di kelas. Namun, saat ini sudah terlihat adanya peningkatan dalam pengendalian diri. Siswa mulai mampu mengelola pengaruh dari media sosial dengan lebih baik sehingga tidak terlalu memengaruhi aktivitas belajar di kelas dan dapat mengikuti pembelajaran dengan lebih stabil.”²⁰⁶

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sebelumnya dia kadang terlihat mudah terbawa suasana dari apa yang dilihat di media sosial, yang terkadang memengaruhi fokus dan suasana hatinya di kelas. Namun, saat ini sudah terlihat perubahan yang lebih baik, di mana dia lebih mampu mengontrol diri dan tidak mudah terpengaruh oleh hal-hal di media sosial seperti sebelumnya.”²⁰⁷

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Sekarang dia terlihat lebih stabil dalam bersikap dan tidak mudah terbawa perasaan dari apa yang dilihat di media sosial. Ia lebih mampu mengendalikan emosi dan menjaga fokusnya sehingga tidak mudah terpengaruh oleh konten yang ditemui di media sosial seperti sebelumnya.”²⁰⁸

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Kadang-kadang. Ketika ada masalah atau hal yang kurang menyenangkan di media sosial, saya menjadi kurang bersemangat saat berada di sekolah dan hal tersebut dapat memengaruhi fokus belajar saya. Namun, setelah mendapatkan

²⁰⁶ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

²⁰⁷ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²⁰⁸ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

bimbingan dari guru BK, saya mulai berusaha mengurangi penggunaan media sosial agar tidak mengganggu kegiatan belajar di sekolah. Dengan demikian, saya dapat lebih menjaga semangat dan konsentrasi dalam mengikuti pembelajaran.”²⁰⁹

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut memang pernah mengalami penurunan semangat belajar akibat pengaruh dari media sosial yang berdampak pada konsentrasi dan motivasi belajarnya di kelas. Namun, setelah mendapatkan bimbingan, terlihat adanya perubahan yang positif. Siswa mulai mampu membatasi penggunaan media sosial sehingga tidak lagi terlalu memengaruhi semangat dan fokus belajarnya di sekolah.”²¹⁰

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sebelumnya dia kadang terlihat kurang semangat ketika menghadapi atau melihat masalah di media sosial, yang sempat memengaruhi fokus belajarnya di kelas. Namun, saat ini sudah terlihat perubahan yang lebih baik, di mana dia lebih mampu menjaga semangat dan lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran dibandingkan sebelumnya.”²¹¹

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Sekarang dia terlihat lebih mampu mengatur penggunaan media sosial sehingga tidak lagi terlalu memengaruhi semangatnya di sekolah. Ia lebih bisa menjaga keseimbangan antara penggunaan media sosial dan kegiatan belajar, sehingga tetap dapat mengikuti pembelajaran dengan lebih fokus dan stabil seperti sebelumnya.”²¹²

²⁰⁹ KAE, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

²¹⁰ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

²¹¹ IL, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²¹² NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Pernah. Media sosial terkadang dapat mempengaruhi perasaan saya, seperti merasa sedih atau kesal ketika melihat atau membaca sesuatu yang kurang menyenangkan. Namun, saat ini saya berusaha lebih disiplin dalam menggunakannya dan tidak terlalu memikirkan hal-hal tersebut ketika berada di sekolah. Dengan cara ini, saya mencoba menjaga fokus dan emosi agar tidak mengganggu kegiatan belajar di kelas.”²¹³

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut memang pernah mengalami perubahan suasana hati akibat media sosial, namun saat ini sudah menunjukkan sikap yang lebih disiplin dan mampu mengendalikan diri sehingga tidak terlalu memengaruhi kegiatan belajar.”²¹⁴

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, sebelumnya dia kadang terlihat sedih atau kesal akibat pengaruh dari media sosial, yang sempat memengaruhi suasana hatinya di kelas. Namun, saat ini sudah terlihat perubahan yang lebih baik, di mana dia lebih mampu mengendalikan emosi dan menjadi lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran di kelas.”²¹⁵

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Sekarang dia terlihat lebih mampu mengontrol diri dalam menghadapi pengaruh media sosial. Ia tidak lagi terlalu memikirkan hal-hal yang berasal dari media sosial saat berada di sekolah, sehingga dapat lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran dan menjaga kestabilan emosi selama kegiatan belajar berlangsung.”²¹⁶

²¹³ KES, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

²¹⁴ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

²¹⁵ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²¹⁶ IL, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

Setelah peneliti mengonfirmasi kepada salah satu guru bimbingan dan konseling di MAN Rejang Lebong, ditemukan bahwa kematangan emosional berbanding lurus dengan tingkat fokus siswa di kelas.

“Siswa yang tidak bisa mengendalikan emosinya di media sosial biasanya terbawa ke sekolah, mereka jadi murung, tidak fokus, atau malah agresif. Kami di sini selalu memantau jika ada perubahan perilaku yang drastis. Kami sampaikan bahwa dunia digital itu luas, kalau tidak disiplin menjaga hati, maka emosi kita akan dipermainkan oleh konten. Siswa yang disiplin emosinya biasanya lebih stabil prestasinya.”²¹⁷

Pengalaman bermedia sosial mempengaruhi suasana hati siswa di sekolah, terutama dalam konsentrasi dan emosi. Pengaruh negatif muncul ketika siswa belum mampu mengontrol penggunaannya. Namun, melalui layanan bimbingan dan konseling, siswa mulai lebih disiplin, mampu mengendalikan diri, dan lebih bijak dalam menggunakan media sosial sehingga tidak mengganggu proses belajar.

e. Tanggung Jawab Akademik

Tanggung jawab akademik dalam penelitian ini merujuk pada kesadaran dan komitmen siswa untuk memprioritaskan kewajiban belajar di atas aktivitas hiburan di media sosial. Di MAN Rejang Lebong, kedisiplinan ini ditekankan agar media sosial tidak menjadi penghambat kelulusan atau penurunan nilai, melainkan menjadi sarana pendukung dalam menyelesaikan tugas-tugas kurikulum madrasah yang cukup padat.

²¹⁷ TN, *Wawancara Guru BK Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

Kemudian kembali penulis melakukan wawancara dengan siswa MAN Rejang Lebong kelas XI didapatkan informasi sebagai berikut:

“Ceritakan apa yang anda lakukan terkait penggunaan media sosial ketika berada di lingkungan sekolah?”

“Awalnya saya sering membuka media sosial saat pelajaran berlangsung, bahkan kadang tanpa saya sadari waktu belajar jadi terbuang. Namun setelah mendapatkan arahan dari guru BK mengenai pentingnya disiplin dan fokus saat di kelas, saya mulai memahami dampak dari kebiasaan tersebut. Sekarang saya berusaha membatasi penggunaan media sosial dan hanya membukanya pada waktu yang diperbolehkan saja, sehingga lebih bisa fokus mengikuti pelajaran.”²¹⁸

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sebelumnya cukup sering menggunakan HP saat proses pembelajaran berlangsung, sehingga kadang kurang fokus terhadap materi yang disampaikan. Namun setelah mendapatkan arahan dan bimbingan dari guru BK, terlihat adanya perubahan sikap yang cukup baik. Saat ini ia mulai lebih patuh terhadap aturan kelas dan sudah jarang membuka media sosial ketika pelajaran berlangsung, sehingga lebih mampu mengikuti pembelajaran dengan lebih konsentrasi.”²¹⁹

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, dulu dia cukup sering menggunakan HP saat pelajaran berlangsung, sehingga kadang kurang fokus terhadap materi. Namun sekarang kebiasaan tersebut sudah mulai berkurang. Saat ini ia lebih bisa mengendalikan diri dan biasanya hanya membuka HP jika memang sudah diizinkan oleh guru, sehingga tidak lagi mengganggu proses pembelajaran di kelas.”²²⁰

²¹⁸ EG, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

²¹⁹ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

²²⁰ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Sekarang dia sudah menunjukkan perubahan yang lebih baik dalam hal kedisiplinan. Jika dibandingkan dengan sebelumnya, ia kini lebih fokus mengikuti pembelajaran dan tidak lagi sering membuka media sosial di dalam kelas. Hal ini membuatnya lebih mudah memahami materi yang disampaikan serta lebih tertib dalam mengikuti aturan yang berlaku di sekolah.”²²¹

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Dulu saya sering bermain HP di kelas, bahkan saat guru sedang menjelaskan materi, sehingga saya kurang fokus dalam pembelajaran. Namun setelah mendapatkan bimbingan dan arahan, saya mulai menyadari pentingnya bersikap disiplin saat di kelas. Sekarang saya lebih bisa mengontrol diri dan hanya menggunakan media sosial pada waktu istirahat, sehingga lebih fokus mengikuti pelajaran di kelas.”²²²

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sebelumnya memang sering menggunakan HP saat proses pembelajaran berlangsung, sehingga kurang fokus dalam mengikuti materi yang disampaikan. Namun setelah mendapatkan bimbingan, ia mulai menunjukkan perubahan yang positif. Saat ini ia lebih disiplin dan tidak lagi menggunakan HP ketika guru sedang menjelaskan pelajaran, sehingga lebih mampu mengikuti proses pembelajaran dengan baik.”²²³

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, dulu dia cukup sering menggunakan HP di kelas, sehingga kadang kurang fokus saat pembelajaran berlangsung. Namun

²²¹ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²²² MZM, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

²²³ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

sekarang kebiasaan tersebut sudah jauh berkurang. Ia lebih mampu mengontrol diri dan biasanya hanya membuka HP pada saat jam istirahat saja, sehingga tidak mengganggu proses belajar di kelas.”²²⁴

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Sekarang dia terlihat lebih fokus saat pelajaran berlangsung. Jika dibandingkan dengan dulu yang sering bermain HP di kelas, saat ini ia sudah lebih mampu mengendalikan diri. Ia juga lebih mengikuti aturan yang berlaku di kelas sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan lebih tertib dan efektif.”²²⁵

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Sebelumnya saya cukup sering membuka media sosial di sekolah tanpa memperhatikan waktu, sehingga kadang mengganggu konsentrasi belajar. Namun setelah mendapatkan arahan dari guru BK, saya mulai menyadari pentingnya mengatur penggunaan media sosial. Saat ini saya berusaha mengurangnya dan lebih fokus pada pelajaran, sehingga waktu di sekolah bisa dimanfaatkan dengan lebih baik.”²²⁶

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sebelumnya memang sering menggunakan media sosial tanpa memperhatikan waktu, sehingga cukup mengganggu proses belajarnya. Namun, setelah mendapatkan arahan dari guru BK, terlihat adanya perubahan ke arah yang lebih baik, yaitu lebih fokus dalam mengikuti pelajaran.”

²²⁴ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²²⁵ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²²⁶ WPW, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, dulu dia sering membuka media sosial kapan saja di sekolah tanpa memperhatikan waktu belajar. Namun sekarang kebiasaan tersebut sudah berkurang. Ia lebih mampu mengatur diri dan terlihat lebih fokus dalam belajar, sehingga tidak lagi sering terganggu oleh penggunaan media sosial di sekolah.”²²⁷

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Sekarang dia lebih jarang memegang HP saat pelajaran berlangsung dan terlihat lebih fokus memperhatikan penjelasan guru dibandingkan sebelumnya. Perubahan ini menunjukkan bahwa ia mulai lebih disiplin dan mampu mengikuti aturan di kelas dengan lebih baik, sehingga proses pembelajaran berjalan lebih efektif.”²²⁸

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Awalnya saya tidak terlalu mematuhi aturan penggunaan HP di sekolah, sehingga sering membuka media sosial di waktu yang tidak tepat. Namun setelah mendapatkan arahan dan pengalaman sebelumnya, saya mulai menyadari pentingnya disiplin. Sekarang saya sudah mulai berubah dengan lebih jarang membuka media sosial dan berusaha mengikuti aturan yang ada di sekolah, terutama saat proses pembelajaran berlangsung.”²²⁹

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sebelumnya memang kurang mematuhi aturan terkait penggunaan HP di sekolah. Namun, saat ini sudah terlihat

²²⁷ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²²⁸ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²²⁹ KAE, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

adanya perubahan, di mana ia mulai lebih disiplin dan mengikuti tata tertib yang berlaku.”²³⁰

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, dulu dia sering kurang mematuhi aturan di kelas, terutama dalam penggunaan HP sehingga sering membuka media sosial saat pelajaran berlangsung. Namun sekarang sudah terlihat perubahan yang lebih baik. Ia menjadi lebih jarang menggunakan HP di kelas dan mulai lebih patuh terhadap aturan yang berlaku, sehingga proses pembelajaran berjalan lebih tertib.”²³¹

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Sekarang dia sudah menunjukkan sikap yang lebih tertib dibandingkan sebelumnya. Jika dulu ia sering menggunakan HP saat pelajaran berlangsung, kini kebiasaan tersebut sudah berkurang. Ia lebih mampu mengendalikan diri dan lebih fokus mengikuti pembelajaran di kelas, sehingga proses belajar menjadi lebih baik dan tidak mengganggu lagi.”²³²

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Dulu saya sering menggunakan media sosial saat di sekolah, meskipun tidak diizinkan. Setelah mendapat bimbingan, saya mulai mengontrol diri dan membatasi penggunaannya agar tidak mengganggu belajar.”²³³

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Siswa tersebut sebelumnya memang sering menggunakan media sosial saat tidak diizinkan, sehingga cukup mengganggu

²³⁰ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

²³¹ NB, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²³² IL, *Wawancara Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²³³ KES, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

proses belajar. Namun, setelah mendapatkan bimbingan, terlihat adanya perubahan dengan mulai mampu mengontrol diri dan mengikuti aturan yang berlaku.”²³⁴

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai teman sekelas pertama, yang mengungkapkan bahwa:

“Iya, dulu dia sering membuka media sosial di kelas meskipun tidak diperbolehkan, sehingga kadang mengganggu konsentrasi belajar. Namun sekarang kebiasaan tersebut sudah berkurang. Ia mulai lebih bisa mengontrol diri dan lebih patuh terhadap aturan di kelas, sehingga lebih fokus dalam mengikuti proses pembelajaran.”²³⁵

Selain itu, hasil wawancara dengan teman sekelas lainnya juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Sekarang dia lebih jarang menggunakan HP saat pelajaran berlangsung dan terlihat lebih fokus dalam belajar dibandingkan sebelumnya. Perubahan ini menunjukkan bahwa ia mulai lebih disiplin dan mampu mengendalikan diri, sehingga dapat mengikuti pembelajaran dengan lebih baik dan tertib di kelas.”²³⁶

Berdasarkan hasil wawancara, sebagian besar siswa mulai menempatkan kewajiban belajar sebagai prioritas dibandingkan media sosial, meskipun belum sepenuhnya konsisten. Namun, melalui bimbingan dan pengendalian diri, siswa menunjukkan peningkatan dalam mengatur waktu dan tanggung jawab akademik.

Sebagai upaya pendisiplinan, MAN Rejang Lebong memberikan sanksi bagi siswa yang mengabaikan tanggung jawab akademiknya gara-gara media sosial. Sanksinya berupa pemberian tugas

²³⁴ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

²³⁵ NB, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

²³⁶ IL, *Wawancara* Teman Kelas Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 10.00-10.40 Di Ruang BK.

tambahan. penahanan sementara perangkat komunikasi di sekolah jika disalahgunakan, hingga pendampingan intensif oleh wali kelas. Dengan demikian, diharapkan siswa mampu memahami bahwa kemajuan teknologi haruslah meningkatkan kualitas intelektual mereka, bukan justru menurunkannya.

Kemudian kembali penulis melakukan wawancara dengan siswa MAN Rejang Lebong kelas XI didapatkan informasi sebagai berikut: "Bagaimana cara anda tetap fokus belajar meskipun memiliki akses ke media sosial?"

"Saya mematikan notifikasi media sosial saat belajar supaya tidak terganggu dan bisa lebih fokus dalam mengikuti pelajaran. Dengan begitu, saya lebih mudah berkonsentrasi dan tidak terdistraksi oleh pesan atau update dari media sosial selama jam belajar berlangsung."²³⁷

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

"Saya biasanya menjauhkan HP saat belajar agar bisa lebih fokus mengerjakan tugas dan tidak mudah terganggu oleh media sosial. Dengan cara tersebut, saya berusaha menciptakan suasana belajar yang lebih tenang dan kondusif. Selain itu, saya juga tidak mudah terdistraksi oleh notifikasi atau pesan yang masuk. Hal ini membantu saya untuk lebih cepat menyelesaikan tugas sekolah dengan baik dan tepat waktu. Saya juga merasa lebih mudah memahami materi pelajaran karena benar-benar berkonsentrasi saat belajar."²³⁸

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

"Saya mengatur waktu dengan baik, yaitu belajar terlebih dahulu sebelum membuka media sosial setelah semua tugas atau

²³⁷ EG, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

²³⁸ MZM, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

belajar selesai. Dengan cara ini, saya berusaha untuk lebih disiplin dalam menggunakan waktu agar tidak mengganggu kegiatan belajar. Selain itu, saya juga menjadi lebih fokus saat mengerjakan tugas karena tidak terbagi perhatiannya dengan media sosial. Setelah semua kewajiban belajar selesai, barulah saya memberikan waktu untuk membuka media sosial sebagai bentuk istirahat dan hiburan.”²³⁹

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Saya mencoba membatasi penggunaan media sosial dengan membuat jadwal belajar yang lebih teratur. Dengan adanya jadwal tersebut, saya bisa mengetahui kapan waktu untuk belajar dan kapan waktu untuk beristirahat atau menggunakan media sosial. Hal ini membantu saya agar tidak terlalu sering membuka media sosial di waktu yang tidak tepat. Selain itu, saya juga menjadi lebih disiplin dalam mengatur waktu sehingga kegiatan belajar tidak terganggu dan tugas-tugas sekolah dapat terselesaikan dengan lebih baik.”²⁴⁰

Selanjutnya peneliti kembali melakukan wawancara kepada siswa yang lain dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Saya juga mengatur waktu dengan lebih baik, yaitu belajar terlebih dahulu dan menyelesaikan semua tugas sebelum membuka media sosial. Dengan cara ini, saya berusaha untuk lebih disiplin dalam memanfaatkan waktu agar kegiatan belajar tidak terganggu. Selain itu, saya menjadi lebih fokus saat belajar karena tidak memikirkan media sosial terlebih dahulu. Setelah semua kewajiban selesai, barulah saya menggunakan media sosial sebagai bentuk hiburan atau istirahat.”²⁴¹

²³⁹ WPW, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

²⁴⁰ KAE, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

²⁴¹ KES, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

Siswa menunjukkan upaya menjaga fokus belajar dengan membatasi penggunaan media sosial, seperti mematikan notifikasi, menjauhkan HP, dan mengatur waktu. Hal ini menunjukkan adanya pengendalian diri dan kedisiplinan dalam mendukung kegiatan belajar.

2. Strategi layanan BK mengatasi siswa yang tidak disiplin dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong

a. Layana Dasar (Pengumpulan *Need Assessment*)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan guru BK di MAN Rejang Lebong, yaitu Ibu Tina, diperoleh informasi terkait perencanaan layanan BK khususnya dalam pengumpulan *need assessment* siswa. Dalam hal ini didapatkan informasi sebagai berikut:

”Bagaimana cara guru Bk mengidentifikasi kebutuhan siswa terkait permasalahan kedisiplinan dalam bermedia sosial?”

“Dalam mengidentifikasi kebutuhan siswa terkait kedisiplinan bermedia sosial, saya menggunakan asesmen yang komprehensif melalui observasi, wawancara, serta kerja sama dengan guru lain. Data tersebut kemudian dianalisis untuk mengetahui bentuk permasalahan utama siswa, sehingga layanan BK yang diberikan benar-benar tepat sasaran dan mampu membentuk kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial.”²⁴²

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Guru BK memang sering berkoordinasi dengan kami untuk mengetahui kondisi siswa, terutama terkait kedisiplinan dalam penggunaan media sosial di sekolah. Koordinasi tersebut biasanya dilakukan melalui diskusi bersama wali kelas maupun guru mata pelajaran, serta melalui pengamatan langsung terhadap perilaku siswa di kelas. Dengan cara ini, guru BK dapat memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai kebiasaan

²⁴² TN, *Wawancara Guru BK Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

siswa, sehingga dapat memberikan arahan dan bimbingan yang sesuai untuk meningkatkan kedisiplinan mereka.”²⁴³

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai guru mata pelajaran, yang mengungkapkan bahwa:

Kami sering diminta untuk memberikan informasi kepada guru BK mengenai siswa yang terlihat kurang disiplin, termasuk dalam penggunaan HP saat proses pembelajaran berlangsung. Informasi tersebut biasanya diperoleh dari pengamatan di kelas sehari-hari. Setelah itu, guru BK akan menindaklanjuti dengan memberikan arahan, bimbingan, atau pendekatan yang sesuai kepada siswa yang bersangkutan, sehingga diharapkan dapat memperbaiki perilaku dan meningkatkan kedisiplinan mereka di sekolah.

Selain itu, hasil wawancara dengan siswa juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Saya pernah diajak berbicara oleh guru BK dan ditanya mengenai kebiasaan saya dalam menggunakan media sosial, baik di sekolah maupun di luar sekolah. Dalam percakapan tersebut, guru BK memberikan arahan agar saya lebih bijak dan disiplin dalam menggunakan HP saat jam pelajaran. Selain itu, saya juga kadang diamati saat di kelas untuk melihat apakah saya sudah menerapkan perubahan perilaku yang lebih baik, terutama dalam mengurangi penggunaan media sosial ketika proses pembelajaran berlangsung.”²⁴⁴

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa perencanaan layanan BK dalam mengidentifikasi kebutuhan siswa terkait kedisiplinan bermedia sosial dilakukan secara sistematis dan kolaboratif. Guru BK menggunakan berbagai teknik seperti observasi, wawancara, serta bekerja sama dengan wali kelas dan guru mata pelajaran untuk memperoleh data yang akurat. Informasi tersebut kemudian dianalisis sebagai dasar dalam menentukan layanan yang

²⁴³ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

²⁴⁴ *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

tepat, sehingga mampu membantu siswa menjadi lebih disiplin dalam penggunaan media sosial.

Kemudian peneliti mengajukan pertanyaan selanjutnya kepada guru BK MAN Rejang Lebong dan didapatkan informasi sebagai berikut: “Hambatan apa saja dalam melaksanakan strategi kedisiplinan bermedia sosial?”

“Hambatan dalam melaksanakan strategi kedisiplinan bermedia sosial terutama berasal dari faktor internal siswa seperti kesadaran dan kontrol diri serta faktor eksternal (keluarga, teman sebaya, dan perkembangan teknologi). Oleh karena itu, diperlukan kerja sama antara sekolah, orang tua, dan siswa agar strategi yang diterapkan dapat berjalan secara efektif.”²⁴⁵

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Memang ada beberapa hambatan yang kami temukan, terutama dari kesadaran siswa sendiri yang masih kurang dalam mengontrol penggunaan media sosial. Banyak siswa yang belum sepenuhnya memahami dampak dari penggunaan HP secara berlebihan saat pembelajaran berlangsung. Selain itu, pengaruh lingkungan pergaulan juga cukup besar, karena siswa cenderung mengikuti kebiasaan teman sebaya. Kondisi ini menjadi tantangan bagi guru dalam menanamkan kedisiplinan dan membentuk kebiasaan belajar yang lebih baik di sekolah.”²⁴⁶

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai guru mata pelajaran, yang mengungkapkan bahwa:

“Hambatan yang sering terlihat adalah siswa masih mudah tergoda untuk menggunakan HP saat proses pembelajaran berlangsung, sehingga konsentrasi belajar menjadi terganggu. Selain itu, faktor kebiasaan dari rumah juga cukup mempengaruhi, misalnya kebiasaan penggunaan media sosial yang tidak terkontrol. Kondisi ini membuat siswa membawa

²⁴⁵ TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

²⁴⁶ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

kebiasaan tersebut ke sekolah. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama yang baik antara pihak sekolah, khususnya guru BK, dengan orang tua agar pengawasan dan pembiasaan disiplin dapat dilakukan secara konsisten baik di sekolah maupun di rumah.”

Selain itu, hasil wawancara dengan siswa juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Kadang saya masih merasa sulit untuk mengontrol diri agar tidak membuka media sosial, terutama ketika melihat teman-teman juga sedang menggunakannya. Hal tersebut membuat saya mudah ikut tergoda dan kurang fokus pada pelajaran. Selain itu, di rumah saya juga cukup sering menggunakan HP, sehingga kebiasaan tersebut terbawa sampai ke sekolah. Namun, saya berusaha untuk memperbaiki diri dengan lebih membatasi penggunaan media sosial agar tidak mengganggu kegiatan belajar di kelas.”²⁴⁷

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa hambatan dalam melaksanakan strategi kedisiplinan bermedia sosial berasal dari dua faktor utama, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi rendahnya kesadaran dan kontrol diri siswa dalam menggunakan media sosial, sedangkan faktor eksternal meliputi pengaruh teman sebaya, kebiasaan dari rumah, serta perkembangan teknologi yang semakin mudah diakses. Oleh karena itu, keberhasilan strategi ini sangat bergantung pada kerja sama antara guru BK, guru mata pelajaran, wali kelas, orang tua, dan siswa agar kedisiplinan bermedia sosial dapat terbentuk secara optimal.

Kembali peneliti mengajukan pertanyaan selanjutnya kepada guru BK MAN Rejang Lebong dan didapatkan informasi sebagai berikut:

²⁴⁷ Wawancara Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

“Apakah terdapat program khusus BK yang di rancang untuk menangani masalah media sosial?”

“Ya, sebenarnya ada program khusus untuk menangani masalah media sosial. Biasanya kami laksanakan melalui beberapa layanan BK, seperti layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu, dan juga konferensi kasus. Semua itu kami susun berdasarkan kebutuhan siswa. Jadi, dari layanan-layanan tersebut, kami arahkan supaya siswa bisa lebih disiplin dalam menggunakan media sosial.”²⁴⁸

Selanjutnya, hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa:

“Memang ada program dari guru BK yang berkaitan dengan penggunaan media sosial di kalangan siswa. Program tersebut biasanya disampaikan melalui layanan informasi serta bimbingan kelompok yang bertujuan memberikan pemahaman kepada siswa tentang pentingnya disiplin dan bijak dalam menggunakan media sosial. Selain itu, kami sebagai guru juga dilibatkan untuk membantu memantau perkembangan perilaku siswa di kelas, sehingga dapat diketahui apakah ada perubahan ke arah yang lebih baik setelah mendapatkan layanan dari guru BK.”²⁴⁹

Lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai guru mata pelajaran, yang mengungkapkan bahwa:

Kami mengetahui adanya layanan BK yang berkaitan dengan penggunaan media sosial di sekolah. Guru BK sering memberikan arahan kepada siswa, baik melalui layanan secara kelompok maupun secara individu, terutama bagi siswa yang memiliki permasalahan dalam hal kedisiplinan. Melalui layanan tersebut, siswa diberikan pemahaman tentang dampak penggunaan media sosial yang tidak terkontrol serta diarahkan agar lebih bijak dalam menggunakannya, khususnya saat proses pembelajaran berlangsung di kelas.

²⁴⁸ TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

²⁴⁹ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

Selain itu, hasil wawancara dengan siswa juga memperkuat temuan tersebut, yaitu:

“Saya pernah mengikuti layanan dari guru BK terkait penggunaan media sosial di sekolah. Dalam kegiatan tersebut, kami diberikan arahan agar lebih disiplin dalam mengatur penggunaan HP, terutama saat proses pembelajaran berlangsung. Selain itu, ada juga siswa yang dipanggil secara individu untuk mengikuti konseling, khususnya bagi yang masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan kebiasaan menggunakan media sosial. Melalui layanan ini, saya merasa lebih paham dan mulai berusaha memperbaiki cara penggunaan media sosial agar tidak mengganggu kegiatan belajar.”²⁵⁰

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat program khusus bimbingan dan konseling yang dirancang untuk menangani permasalahan media sosial siswa. Program tersebut dilaksanakan melalui berbagai layanan, seperti layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu, dan konferensi kasus yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa. Pelaksanaan program ini juga melibatkan kerja sama dengan wali kelas dan guru mata pelajaran dalam memantau perkembangan siswa, sehingga upaya yang dilakukan dapat membantu meningkatkan kedisiplinan siswa dalam penggunaan media sosial secara lebih efektif.

b. Layanan Dasar (Pengelolaan Media Informasi)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan salah satu guru BK MAN Rejang Lebong, diperoleh informasi terkait penyediaan informasi melalui pengelolaan media informasi dalam layanan BK. Dalam hal ini, peneliti mengajukan pertanyaan mengenai

²⁵⁰ Wawancara Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

”Media apa saja yang digunakan guru BK untuk menyampaikan informasi tentang disiplin bermedia sosial kepada siswa?”

“Untuk menyampaikan informasi tentang disiplin bermedia sosial, kami menggunakan beberapa media. Biasanya kami menyampaikan secara langsung melalui layanan informasi di kelas atau saat bimbingan kelompok. Selain itu, kami juga menggunakan media seperti slide PowerPoint agar siswa lebih mudah memahami materi.”²⁵¹

Lebih lanjut, peneliti melakukan wawancara dengan wali kelas terkait media yang digunakan dalam penyampaian informasi disiplin bermedia sosial, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Setahu saya, guru BK biasanya menyampaikan materi secara langsung di dalam kelas saat melaksanakan layanan informasi. Penyampaian tersebut dilakukan dengan bahasa yang mudah dipahami agar siswa lebih cepat menangkap isi materi yang diberikan. Kadang juga guru BK menggunakan media seperti PowerPoint agar penyampaian lebih menarik dan tidak membosankan bagi siswa. Dengan cara ini, siswa menjadi lebih fokus dan lebih mudah memahami pesan yang berkaitan dengan penggunaan media sosial secara bijak dan disiplin di sekolah.”²⁵²

Selain itu, peneliti juga mengonfirmasi kepada guru mata pelajaran dan diperoleh informasi sebagai berikut:

Guru BK memang sering memberikan informasi kepada siswa terkait penggunaan media sosial yang baik dan bijak di lingkungan sekolah. Penyampaian materi biasanya dilakukan secara langsung di dalam kelas dan dibantu dengan media seperti slide PowerPoint, sehingga materi yang disampaikan menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh siswa. Dengan cara tersebut, siswa diharapkan dapat lebih memahami pentingnya disiplin dalam menggunakan media sosial, terutama saat proses pembelajaran berlangsung.

²⁵¹ TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

²⁵² IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara dengan salah satu siswa untuk mengetahui pengalaman langsung yang dirasakan, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Iya, biasanya guru BK menjelaskan materi secara langsung di kelas saat memberikan layanan informasi kepada siswa. Penyampaian tersebut juga kadang dibantu dengan media PowerPoint, sehingga materi yang disampaikan menjadi lebih menarik, jelas, dan lebih mudah dipahami oleh siswa. Dengan cara ini, siswa tidak cepat bosan dan lebih fokus dalam mengikuti penjelasan, terutama terkait penggunaan media sosial yang baik dan disiplin di sekolah.”²⁵³

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa penyampaian informasi mengenai kedisiplinan bermedia sosial oleh guru BK dilakukan melalui kombinasi metode langsung dan penggunaan media pendukung. Guru BK memanfaatkan layanan informasi di kelas dan bimbingan kelompok sebagai sarana utama, serta didukung dengan media seperti PowerPoint agar materi lebih mudah dipahami dan menarik bagi siswa.

Kemudian peneliti mengajukan pertanyaan selanjutnya kepada guru BK MAN Rejang Lebong dan didapatkan informasi sebagai berikut: “Bagaimana respon siswa terhadap informasi yang diberikan oleh guru BK?”

“Respon siswa terhadap informasi yang kami berikan cukup beragam. Sebagian siswa terlihat antusias dan mulai memahami pentingnya disiplin dalam bermedia sosial, apalagi kalau penyampaiannya menggunakan media yang menarik seperti video atau diskusi kelompok. Namun, ada juga beberapa siswa yang masih kurang serius atau menganggap hal tersebut sebagai hal biasa, sehingga perlu diberikan pendekatan yang lebih intensif. Biasanya, setelah diberikan layanan secara berulang dan disertai contoh yang nyata, siswa mulai menunjukkan perubahan,

²⁵³ *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.*

seperti lebih bisa mengatur waktu penggunaan HP dan lebih fokus saat belajar.”²⁵⁴

Sejalan dengan pertanyaan di atas penulis juga melakukan wawancara kepada salah satu siswa kelas XI H yaitu KAE:

“Menurut saya, informasi yang diberikan guru BK cukup membantu, karena jadi tahu dampak penggunaan media sosial yang berlebihan. Kadang penyampaiannya juga menarik, apalagi kalau pakai video atau diskusi, jadi lebih mudah dipahami. Tapi jujur, masih ada teman-teman yang kurang memperhatikan atau belum terlalu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kalau saya sendiri, setelah dapat informasi itu jadi lebih berusaha mengatur waktu main HP, walaupun kadang masih sulit untuk konsisten.”²⁵⁵

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa respon siswa terhadap informasi yang diberikan oleh guru BK bersifat beragam. Sebagian siswa menunjukkan antusiasme dan mulai memahami pentingnya disiplin dalam bermedia sosial, terutama ketika penyampaian dilakukan dengan metode yang menarik seperti video dan diskusi. Namun, masih terdapat siswa yang kurang serius dan belum sepenuhnya menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun demikian, melalui pemberian layanan yang berulang dan pendekatan yang lebih intensif, mulai terlihat adanya perubahan perilaku siswa ke arah yang lebih disiplin dalam penggunaan media sosial.

c. Strategi Layanan Peminatan dan Perencanaan Individual

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan guru BK MAN Rejang Lebong, yaitu Ibu Tina, diperoleh informasi

²⁵⁴ TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

²⁵⁵ KAE, *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

terkait layanan pengembangan siswa melalui strategi layanan peminatan dan perencanaan individual. Dalam hal ini, peneliti mengajukan pertanyaan pertama yaitu “Layanan apa yang diberikan untuk meningkatkan kesadaran siswa terhadap dampak media sosial?”

“Untuk layanan yang diberikan, biasanya kami memberikan layanan informasi, bimbingan kelompok, konferensi kasus, serta konseling individual. Layanan-layanan tersebut dilakukan sesuai dengan kebutuhan siswa, terutama yang berkaitan dengan kedisiplinan dan penggunaan media sosial di sekolah. Melalui berbagai layanan ini, guru BK berupaya membantu siswa agar lebih memahami aturan, mampu mengendalikan diri, serta menunjukkan perilaku yang lebih baik dalam kegiatan belajar di kelas.”²⁵⁶

Lebih lanjut, peneliti melakukan wawancara dengan wali kelas terkait layanan yang diberikan untuk meningkatkan kesadaran siswa terhadap dampak media sosial, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Setahu saya, guru BK memberikan beberapa layanan seperti layanan informasi yang disampaikan di kelas serta bimbingan kelompok untuk membahas permasalahan siswa secara umum. Apabila terdapat siswa yang memiliki masalah khusus, maka biasanya dilakukan konseling individu untuk penanganan lebih mendalam. Selain itu, dalam kasus tertentu juga dapat dilakukan konferensi kasus yang melibatkan pihak-pihak terkait guna mencari solusi terbaik bagi siswa.”²⁵⁷

Selain itu, peneliti juga mengonfirmasi kepada guru mata pelajaran dan diperoleh informasi sebagai berikut:

Guru BK memang memberikan berbagai layanan untuk membantu siswa memahami dampak penggunaan media sosial, terutama dalam kaitannya dengan kedisiplinan di sekolah. Layanan tersebut biasanya berupa penyampaian informasi di kelas, kegiatan bimbingan kelompok, serta konseling individu untuk siswa yang memiliki permasalahan tertentu. Melalui berbagai layanan ini, diharapkan siswa dapat lebih memahami

²⁵⁶ TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

²⁵⁷ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

aturan yang berlaku, mampu mengontrol penggunaan media sosial, dan menunjukkan perilaku yang lebih baik dalam proses pembelajaran.

Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara dengan salah satu siswa untuk mengetahui pengalaman yang dirasakan secara langsung, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Iya, saya pernah mengikuti bimbingan kelompok tentang penggunaan media sosial yang diberikan oleh guru BK. Selain itu, juga pernah mendapatkan penjelasan langsung di kelas mengenai dampak dan cara menggunakan media sosial secara bijak. Apabila ada masalah pribadi yang berkaitan dengan kedisiplinan atau penggunaan media sosial, biasanya saya dipanggil secara khusus untuk mengikuti konseling individu dengan guru BK agar dapat diberikan arahan secara lebih mendalam dan sesuai dengan kondisi yang dialami.”²⁵⁸

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan yang diberikan guru BK untuk meningkatkan kesadaran siswa terhadap dampak media sosial dilakukan melalui berbagai bentuk, seperti layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu, dan konferensi kasus yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa.

Kemudian peneliti mengajukan pertanyaan selanjutnya kepada guru BK MAN Rejang Lebong dan didapatkan informasi sebagai berikut: “Bagaimana pelaksanaan layanan peminatan dan perencanaan individual dalam membantu siswa mengatur penggunaan media sosial?”

“Kami membantu siswa mengenali minat dan tujuan belajarnya, lalu membimbing mereka menyusun perencanaan kegiatan termasuk mengatur penggunaan media sosial. Melalui konseling individual, siswa diarahkan untuk mengelola waktu, menentukan prioritas, dan memanfaatkan media sosial secara positif agar lebih disiplin.”²⁵⁹

²⁵⁸ EG, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

²⁵⁹ TN, *Wawancara Guru BK Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

Lebih lanjut, peneliti melakukan wawancara dengan wali kelas terkait pelaksanaan layanan peminatan dan perencanaan individual dalam membantu siswa mengatur penggunaan media sosial, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Menurut saya, guru BK memang berperan membantu siswa mengenali minat dan tujuan belajarnya dengan lebih baik. Melalui arahan tersebut, siswa dapat memahami arah dan perencanaan kegiatan belajar yang sesuai dengan kebutuhannya. Selain itu, siswa juga diarahkan untuk membuat perencanaan kegiatan sehari-hari, termasuk dalam mengatur penggunaan media sosial agar tidak mengganggu proses belajar di sekolah. Dengan demikian, siswa dapat lebih disiplin, fokus, dan seimbang dalam menjalankan aktivitas belajar maupun penggunaan media sosial.”

Selain itu, peneliti juga mengonfirmasi kepada guru mata pelajaran dan diperoleh informasi sebagai berikut:

“Guru BK berperan dalam membimbing siswa agar lebih terarah, terutama dalam menentukan prioritas antara belajar dan penggunaan media sosial. Biasanya dilakukan melalui arahan secara individu sehingga siswa lebih memahami cara mengatur waktunya.”

Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara dengan salah satu siswa untuk mengetahui pengalaman secara langsung, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Iya, saya pernah dibimbing untuk menentukan tujuan belajar dan mengatur waktu melalui kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru BK. Dalam kegiatan tersebut, saya diberikan pemahaman tentang pentingnya memiliki perencanaan dalam belajar sehari-hari. Dari situ saya jadi lebih mengerti kapan waktu yang tepat untuk menggunakan media sosial dan kapan harus fokus pada kegiatan belajar. Hal ini membantu saya untuk lebih disiplin dalam mengatur waktu sehingga kegiatan belajar tidak terganggu oleh penggunaan media sosial.”²⁶⁰

²⁶⁰ Wawancara Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan peminatan dan perencanaan individual membantu siswa dalam mengatur penggunaan media sosial melalui proses pengenalan minat, penentuan tujuan belajar, serta penyusunan perencanaan kegiatan. Melalui bimbingan dan konseling, siswa diarahkan untuk mengelola waktu dan menentukan prioritas, sehingga lebih disiplin dalam menggunakan media sosial.

d. Strategi Layanan Responsif

Kembali penulis melakukan wawancara yang dilakukan dengan guru BK MAN Rejang Lebong diperoleh informasi sebagai berikut:

“Bagaimana langkah guru BK dalam menangani siswa yang melanggar disiplin bermedia sosial?”

“Biasanya kami menangani secara bertahap. Pertama, kami identifikasi pelanggarannya, lalu siswa dipanggil untuk diberikan pembinaan. Jika masih mengulang, kami lakukan konseling individu. Kami juga bekerja sama dengan wali kelas dan orang tua agar pengawasan lebih maksimal.”²⁶¹

Lebih lanjut, peneliti melakukan wawancara dengan wali kelas terkait langkah guru BK dalam menangani siswa yang melanggar disiplin bermedia sosial, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Biasanya guru BK menangani permasalahan siswa secara bertahap sesuai dengan tingkat kebutuhan dan perkembangan siswa. Jika perilaku yang kurang disiplin masih terulang, maka siswa akan diarahkan untuk mengikuti konseling individu agar mendapatkan penanganan yang lebih mendalam. Dalam proses ini, kami sebagai wali kelas juga ikut bekerja sama dengan guru BK dalam memantau perkembangan siswa di kelas, sehingga

²⁶¹ TN, *Wawancara Guru BK Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

setiap perubahan perilaku dapat diketahui dan ditindaklanjuti secara tepat.”²⁶²

Selain itu, peneliti juga mengonfirmasi kepada guru mata pelajaran dan diperoleh informasi sebagai berikut:

“Setahu saya, penanganan yang dilakukan oleh guru BK bersifat berjenjang sesuai dengan tingkat permasalahan siswa. Pada tahap awal, siswa yang melanggar akan diberikan arahan dan pembinaan terlebih dahulu agar dapat memperbaiki perilakunya. Jika belum menunjukkan perubahan, maka akan dilanjutkan dengan konseling yang lebih mendalam. Dalam proses penanganan tersebut, guru BK juga sering berkoordinasi dengan wali kelas serta orang tua siswa, sehingga upaya pembinaan dapat berjalan lebih efektif dan memberikan hasil yang lebih baik.”

Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara dengan salah satu siswa untuk mengetahui pengalaman secara langsung, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Kalau ada siswa yang melanggar aturan, biasanya dipanggil terlebih dahulu oleh guru BK untuk diberikan nasihat dan arahan agar memperbaiki perilakunya. Jika siswa tersebut masih mengulangi kesalahan yang sama, maka akan dipanggil kembali untuk mengikuti konseling yang lebih mendalam. Dalam beberapa kasus, orang tua juga dihubungi agar dapat ikut membantu melakukan pengawasan dan pembinaan di rumah, sehingga perubahan perilaku siswa dapat lebih terkontrol dan berkelanjutan.”²⁶³

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa langkah guru BK dalam menangani siswa yang melanggar disiplin bermedia sosial dilakukan secara bertahap dan berjenjang, dimulai dari identifikasi pelanggaran, pemberian pembinaan, hingga konseling individu jika pelanggaran berulang. Proses ini juga melibatkan kerja

²⁶² IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 Maret 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

²⁶³ *Wawancara* Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

sama dengan wali kelas dan orang tua agar pengawasan dan pembinaan siswa dapat berjalan lebih efektif.

Kemudian peneliti mengajukan pertanyaan selanjutnya kepada guru BK MAN Rejang Lebong dan didapatkan informasi sebagai berikut:

“Bagaimana tindak lanjut yang dilakukan setelah layanan konseling diberikan?”

“Setelah layanan konseling diberikan, kami biasanya melakukan pemantauan terhadap perubahan perilaku siswa. Kami juga berkoordinasi dengan wali kelas untuk melihat perkembangan siswa di sekolah. Jika masih ada kendala, kami lakukan konseling lanjutan atau pendampingan agar perubahan yang diharapkan bisa tercapai.”²⁶⁴

Lebih lanjut, peneliti melakukan wawancara dengan wali kelas terkait tindak lanjut setelah layanan konseling diberikan, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Biasanya setelah proses konseling dilakukan, guru BK tetap melakukan pemantauan terhadap perkembangan perilaku siswa secara berkelanjutan. Hal ini bertujuan untuk melihat apakah ada perubahan ke arah yang lebih baik setelah diberikan bimbingan. Selain itu, kami sebagai wali kelas juga turut berperan dalam mengamati perubahan perilaku siswa di kelas sehari-hari. Hasil pengamatan tersebut kemudian kami sampaikan kembali kepada guru BK sebagai bahan evaluasi dan tindak lanjut dalam proses pembinaan siswa.”²⁶⁵

Selain itu, peneliti juga mengonfirmasi kepada guru mata pelajaran dan diperoleh informasi sebagai berikut:

Setelah siswa mendapatkan layanan konseling, memang terlihat adanya pemantauan lanjutan yang dilakukan secara berkesinambungan. Guru BK sering berkoordinasi dengan kami untuk melihat perkembangan siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Melalui koordinasi tersebut, dapat diketahui apakah

²⁶⁴ TN, *Wawancara* Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

²⁶⁵ IM, *Wawancara* Wali Kelas IX Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 Maret 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

siswa sudah menunjukkan perubahan perilaku ke arah yang lebih baik atau masih memerlukan tindak lanjut bimbingan. Dengan demikian, proses pembinaan siswa dapat berjalan lebih optimal dan terarah.

Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara dengan salah satu siswa untuk mengetahui pengalaman secara langsung, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Iya, setelah mengikuti konseling biasanya saya masih diperhatikan perkembangannya oleh guru BK. Sesekali saya juga ditanya kembali mengenai perubahan yang saya rasakan setelah mendapatkan arahan sebelumnya. Jika masih ada kesulitan atau kebiasaan yang belum sepenuhnya berubah, saya akan kembali dibimbing agar bisa memperbaiki diri secara bertahap. Dengan cara ini, saya merasa lebih terbantu untuk menjadi lebih disiplin dan mengontrol penggunaan media sosial dengan lebih baik.”²⁶⁶

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa tindak lanjut setelah layanan konseling dilakukan melalui pemantauan berkelanjutan terhadap perkembangan perilaku siswa. Guru BK bekerja sama dengan wali kelas dan guru mata pelajaran untuk mengamati perubahan siswa di sekolah, serta memberikan konseling lanjutan atau pendampingan jika masih terdapat kendala, sehingga perubahan perilaku dapat tercapai secara optimal.

e. Strategi Dukungan Sistem

Kembali penulis melakukan wawancara yang dilakukan dengan guru BK MAN Rejang Lebong diperoleh informasi sebagai berikut: “Bagaimana bentuk dukungan sekolah terhadap program BK dalam membentuk disiplin bermedia sosial siswa?”

“Dukungan sekolah cukup baik, antara lain dengan adanya kebijakan terkait penggunaan HP di sekolah yang membantu

²⁶⁶ Wawancara Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Maret 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

siswa lebih disiplin dalam pembelajaran. Selain itu, sekolah juga menyediakan waktu khusus untuk pelaksanaan layanan BK, sehingga guru BK dapat memberikan bimbingan secara optimal kepada siswa. Tidak hanya itu, pihak sekolah juga menjalin kerja sama dengan guru mata pelajaran dan wali kelas dalam mengawasi perkembangan siswa di kelas. Sekolah juga mendukung berbagai kegiatan BK yang diberikan kepada siswa sebagai upaya pembinaan dan pengembangan perilaku yang lebih baik.”²⁶⁷

Lebih lanjut, peneliti melakukan wawancara dengan wali kelas terkait bentuk dukungan sekolah terhadap program BK dalam membentuk disiplin bermedia sosial siswa, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Menurut saya, sekolah sudah memberikan dukungan yang cukup baik, salah satunya melalui adanya aturan penggunaan HP di sekolah yang membantu meningkatkan kedisiplinan siswa. Selain itu, guru BK juga diberikan waktu khusus untuk masuk ke kelas dan melaksanakan layanan kepada siswa. Kami sebagai wali kelas juga ikut berperan dalam membantu pengawasan serta memantau perilaku siswa di kelas sehari-hari. Dengan adanya kerja sama tersebut, upaya pembinaan siswa dapat berjalan lebih efektif.”²⁶⁸

Selain itu, peneliti juga mengonfirmasi kepada guru mata pelajaran dan diperoleh informasi sebagai berikut:

“Sekolah memang mendukung program BK, terutama dalam hal pengawasan penggunaan media sosial siswa di lingkungan sekolah. Dukungan tersebut terlihat dari adanya kerja sama antara berbagai pihak di sekolah dalam membina kedisiplinan siswa. Kami sebagai guru mata pelajaran juga ikut berperan dalam mengingatkan siswa ketika terjadi pelanggaran, serta bekerja sama dengan guru BK dalam memantau dan menindaklanjuti perilaku siswa. Dengan kolaborasi ini, diharapkan siswa dapat lebih disiplin dan bijak dalam menggunakan media sosial, khususnya saat proses pembelajaran berlangsung.”

²⁶⁷ TN, *Wawancara Guru BK Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

²⁶⁸ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara dengan salah satu siswa untuk mengetahui pengalaman secara langsung, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Iya, di sekolah memang terdapat aturan mengenai penggunaan HP sehingga siswa tidak dapat menggunakannya secara sembarangan. Aturan ini dibuat untuk mendukung proses pembelajaran agar tetap berjalan dengan tertib dan efektif. Selain itu, guru BK juga sering masuk ke kelas untuk memberikan arahan dan pembinaan kepada siswa terkait kedisiplinan, termasuk dalam penggunaan media sosial. Tidak hanya itu, guru-guru lain juga turut berperan dalam mengawasi siswa di kelas sehingga tercipta kerja sama yang baik dalam menjaga ketertiban di lingkungan sekolah.”²⁶⁹

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa sekolah memberikan dukungan yang cukup baik terhadap program BK dalam membentuk disiplin bermedia sosial siswa. Dukungan tersebut berupa kebijakan penggunaan HP, penyediaan waktu layanan BK, serta kerja sama antara guru BK, wali kelas, dan guru mata pelajaran dalam mengawasi dan membimbing siswa, sehingga program dapat berjalan lebih efektif.

Kembali penulis melakukan wawancara yang dilakukan dengan guru BK MAN Rejang Lebong diperoleh informasi sebagai berikut, “Bagaimana bentuk kerja sama guru BK dengan wali kelas dalam menangani masalah media sosial siswa? berikan jawaban dari guru bk dan triangulasi dari wali kelas, guru mata pelajaran dan salah satu siswa?”

“Kerja sama dengan wali kelas itu sangat penting. Biasanya kami saling bertukar informasi tentang siswa yang mulai menunjukkan tanda-tanda kecanduan media sosial, seperti sering tidak fokus di

²⁶⁹ Wawancara Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

kelas atau menunda tugas. Kalau sudah ada laporan dari wali kelas, kami tindak lanjuti dengan pemanggilan siswa, konseling, dan kerja sama dengan orang tua. Kami juga sering diskusi bersama untuk menentukan langkah pembinaan yang tepat.”²⁷⁰

Lebih lanjut, peneliti melakukan wawancara dengan wali kelas

“Kalau di kelas, saya yang paling sering melihat langsung perubahan siswa. Misalnya mereka sering main HP diam-diam, tidak mengerjakan tugas, atau kurang fokus. Kalau sudah mengganggu, saya langsung koordinasi dengan guru BK supaya ditangani lebih lanjut. Biasanya kami diskusi dulu sebelum siswa dipanggil.”²⁷¹

Selain itu, peneliti juga mengonfirmasi kepada guru mata pelajaran dan diperoleh informasi sebagai berikut:

“Di pelajaran saya, ada beberapa siswa yang terlihat kurang fokus karena mungkin terlalu sering main HP. Kalau sudah mengganggu proses belajar, saya laporkan ke wali kelas. Nanti wali kelas yang teruskan ke BK. Jadi kami bekerja sama supaya siswa bisa lebih disiplin.”

Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara dengan salah satu siswa untuk mengetahui pengalaman secara langsung, diperoleh keterangan sebagai berikut:

“Saya pernah dipanggil BK karena sering main HP di kelas. Awalnya cuma ditegur, lalu saya juga dikasih konseling. Guru BK kerja sama dengan wali kelas saya, jadi mereka sama-sama mengingatkan. Sekarang saya lebih berusaha mengurangi penggunaan media sosial saat di sekolah.”²⁷²

²⁷⁰ TN, *Wawancara Guru BK Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong.

²⁷¹ IM, *Wawancara Wali Kelas IX Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 15 Maret 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

²⁷² *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong*, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK serta triangulasi dari wali kelas, guru mata pelajaran, dan siswa, dapat disimpulkan bahwa kerja sama antara guru BK dan wali kelas dalam menangani masalah penggunaan media sosial siswa dilakukan secara kolaboratif, berkelanjutan, dan berjenjang. Wali kelas berperan sebagai pihak yang pertama kali mengamati perubahan perilaku siswa di kelas, sedangkan guru mata pelajaran turut memberikan informasi terkait dampak penggunaan media sosial terhadap proses pembelajaran.

Tabel 5 Ringkasan Hasil Penelitian Strategi Layanan BK dalam Membentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial

Fokus Penelitian	Temuan Utama	Sumber Data	Makna Temuan
Bentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial Siswa	Siswa mulai mampu mengatur waktu penggunaan media sosial, tidak menggunakan HP saat pelajaran, dan lebih bertanggung jawab terhadap tugas	Wawancara, observasi, guru BK	Terjadi peningkatan disiplin dalam aspek manajemen waktu dan tanggung jawab akademik
Strategi Layanan BK dalam Membentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial Siswa			
Layanan Informasi	Guru BK memberikan edukasi melalui layanan informasi dan media seperti PowerPoint	Wawancara guru BK, siswa, wali kelas	Layanan informasi efektif meningkatkan pemahaman siswa
Bimbingan Kelompok	Dilakukan untuk memberikan pemahaman bersama tentang dampak media sosial	Wawancara siswa, guru BK	Membantu siswa saling berbagi pengalaman dan solusi
Konseling Individu	Diberikan kepada siswa yang mengalami	Guru BK, siswa	Membantu perubahan perilaku

	pelanggaran atau kecanduan media sosial		secara lebih mendalam
Layanan Peminatan dan Perencanaan Individual	Siswa dibimbing mengatur tujuan belajar dan penggunaan media sosial	Guru BK, siswa	Meningkatkan kesadaran dan pengelolaan diri
Tindak Lanjut Layanan			
	Monitoring, koordinasi dengan guru dan wali kelas	Guru BK, guru mapel, wali kelas	Perubahan perilaku lebih terkontrol
Dukungan Sekolah			
	Aturan penggunaan HP, kerja sama guru, dukungan program BK	Wali kelas, guru, siswa	Lingkungan sekolah mendukung pembentukan disiplin
Dampak Layanann BK			
	Siswa lebih disiplin, mampu mengontrol diri dan waktu	Semua informan	Layanan BK efektif dalam membentuk kedisiplinan

C. Pembahasan

Untuk pembahasan penelitian ini dari hasil penelitian lapangan yang berpacu pada kedua rumusan masalah yang telah ditetapkan oleh peneliti dan adapun pembahasannya sebagai berikut:

1. Bentuk kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi dengan berbagai narasumber seperti guru BK, wali kelas, guru mata pelajaran, serta siswa, diperoleh bahwa kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong menunjukkan adanya perkembangan, meskipun belum sepenuhnya optimal. Hal ini terlihat dari

masih adanya siswa yang melanggar aturan penggunaan media sosial, namun di sisi lain mulai tampak perubahan perilaku ke arah yang lebih baik setelah mendapatkan layanan bimbingan dan konseling.

Kedisiplinan bermedia sosial dalam penelitian ini dianalisis melalui beberapa aspek penting, yaitu pengelolaan waktu, pengendalian perilaku, orientasi tujuan, pengendalian emosi, dan tanggung jawab akademik.

a. Pengelolaan Waktu dalam Bermedia Sosial

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam mengatur waktu penggunaan media sosial. Siswa cenderung menghabiskan waktu luang untuk mengakses media sosial sehingga waktu belajar dan kegiatan penting lainnya menjadi berkurang. Kondisi ini menunjukkan bahwa siswa belum mampu menentukan prioritas kegiatan secara tepat.

Temuan tersebut dapat dijelaskan melalui teori regulasi diri (*self-regulation*) yang menyatakan bahwa kemampuan mengelola waktu merupakan bagian penting dari pengendalian diri. Menurut Woolfolk, individu yang memiliki regulasi diri rendah cenderung mudah terdistraksi dan kurang mampu mengontrol perilakunya dalam mencapai tujuan akademik. Oleh karena itu, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menjadi indikator rendahnya kemampuan siswa dalam mengatur diri dan memanfaatkan waktu secara efektif.²⁷³

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Alya Nisrina dan Yasintha Sari Pratiwi yang menemukan bahwa penggunaan media sosial

²⁷³ Ibid.

yang berlebihan dapat mengganggu aktivitas belajar siswa dan memerlukan intervensi layanan BK untuk mengatasinya. Persamaan kedua penelitian terletak pada adanya pengaruh penggunaan media sosial terhadap perilaku siswa. Namun, penelitian Alya Nisrina dan Yasintha Sari Pratiwi berfokus pada upaya mereduksi kecanduan media sosial melalui teknik Think Pair Share (TPS), sedangkan penelitian ini lebih menekankan pada pembentukan kedisiplinan siswa dalam mengelola waktu penggunaan media sosial melalui berbagai layanan BK.

Berdasarkan temuan tersebut, layanan BK memiliki peran penting dalam membantu siswa meningkatkan kemampuan manajemen waktu melalui layanan informasi, penguasaan konten, dan bimbingan kelompok. Melalui layanan tersebut, siswa dapat memahami pentingnya disiplin dalam menggunakan media sosial serta mengembangkan kemampuan mengatur waktu secara lebih efektif dan bertanggung jawab.

2. Pengendalian Perilaku dalam Bermedia Sosial

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan penggunaan media sosial sehingga sering menggunakan telepon genggam secara berlebihan dan melanggar aturan sekolah. Kondisi ini menunjukkan rendahnya kemampuan kontrol diri (*self-control*) dalam mengatur perilaku bermedia sosial.

Temuan tersebut dapat dijelaskan melalui teori kontrol diri yang menyatakan bahwa individu dengan *self-control* rendah cenderung impulsif dan sulit mengendalikan perilaku. Selain itu, teori kecanduan

media sosial yang dijelaskan oleh Griffiths bahwa penggunaan berlebihan dapat menjadi kebiasaan adiktif.²⁷⁴

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Alya Nisrina dan Yasintha Sari Pratiwi yang menunjukkan bahwa penggunaan media sosial secara berlebihan berkaitan dengan rendahnya kemampuan siswa dalam mengendalikan perilakunya. Persamaan kedua penelitian terletak pada fokus kajian mengenai permasalahan penggunaan media sosial yang memerlukan intervensi layanan Bimbingan dan Konseling. Namun, penelitian Alya Nisrina dan Yasintha Sari Pratiwi berfokus pada efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik *Think Pair Share* (TPS) dalam mereduksi kecanduan media sosial, sedangkan penelitian ini lebih menekankan pada strategi layanan BK dalam membentuk kedisiplinan siswa melalui pengendalian perilaku bermedia sosial.

Berdasarkan temuan tersebut, layanan BK memiliki peran penting dalam membantu siswa meningkatkan kontrol diri melalui konseling individu, layanan responsif, dan bimbingan kelompok. Melalui layanan tersebut, siswa diarahkan untuk memahami dampak penggunaan media sosial yang berlebihan, mengendalikan perilaku impulsif, serta meningkatkan kepatuhan terhadap aturan sekolah sehingga penggunaan media sosial dapat dilakukan secara lebih bijaksana dan bertanggung jawab.

²⁷⁴ Ibid.

3. Orientasi Tujuan dalam Bermedia Sosial

Temuan penelitian menunjukkan bahwa siswa mulai menggunakan media sosial secara lebih terarah setelah memperoleh layanan Bimbingan dan Konseling. Penggunaan media sosial tidak lagi hanya berorientasi pada hiburan, tetapi juga dimanfaatkan untuk mencari informasi pembelajaran dan mendukung kegiatan akademik. Temuan ini menunjukkan adanya peningkatan orientasi tujuan dalam penggunaan media sosial sehingga siswa lebih mampu memanfaatkan media sosial secara produktif.

Temuan ini sejalan dengan teori pada Bab II yang menyatakan bahwa kedisiplinan bermedia sosial mencakup kejelasan tujuan penggunaan media sosial sebagai bagian dari regulasi diri. Individu yang memiliki tujuan yang jelas cenderung mampu mengarahkan perilakunya secara lebih terkontrol dan bertanggung jawab.²⁷⁵

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Vika Tsalatsun Roghibah dan Pudji Rahmawati yang menemukan bahwa strategi layanan BK dapat membantu membangun kedisiplinan dan tanggung jawab siswa melalui berbagai layanan yang bersifat preventif dan edukatif. Persamaan kedua penelitian terletak pada peran layanan BK dalam membentuk perilaku disiplin dan kesadaran siswa. Namun, penelitian Vika Tsalatsun Roghibah dan Pudji Rahmawati berfokus pada kedisiplinan siswa secara umum, sedangkan penelitian ini secara khusus menemukan bahwa layanan BK berperan dalam membantu siswa

²⁷⁵ Ibid.

mengembangkan orientasi tujuan yang lebih jelas dalam menggunakan media sosial sehingga penggunaannya menjadi lebih terarah dan produktif.

Temuan ini menunjukkan bahwa layanan BK tidak hanya berfungsi mengatasi perilaku penggunaan media sosial yang kurang tepat, tetapi juga membantu siswa mengembangkan kesadaran dalam menentukan tujuan penggunaan media sosial yang mendukung perkembangan akademik dan pribadi.

4. Pengendalian Emosi dalam Bermedia Sosial

Temuan penelitian menunjukkan bahwa layanan Bimbingan dan Konseling membantu siswa meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi dalam penggunaan media sosial. Setelah memperoleh layanan BK, siswa lebih mampu mengontrol respons terhadap berbagai konten di media sosial serta membatasi penggunaannya ketika berada dalam kondisi emosional yang kurang stabil. Temuan ini menunjukkan adanya peningkatan regulasi diri dalam penggunaan media sosial.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa kedisiplinan bermedia sosial mencakup kemampuan mengontrol emosi. Regulasi diri (Woolfolk) dan kontrol diri (Ozdemir) menjadi dasar perilaku disiplin. Selain itu, dampak media sosial dapat memicu kecemasan, sehingga diperlukan intervensi BK melalui layanan konseling dan bimbingan kelompok.²⁷⁶

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sofia Octavia Ahmad Yani yang menunjukkan bahwa guru BK berperan dalam

²⁷⁶ Ibid.

membentuk perilaku disiplin siswa melalui pembinaan, arahan, dan pemberian pemahaman yang berkelanjutan. Persamaan kedua penelitian terletak pada peran layanan BK dalam membantu siswa mengembangkan perilaku yang lebih terkontrol dan bertanggung jawab. Namun, penelitian Sofia Octavia Ahmad Yani berfokus pada peningkatan kedisiplinan siswa secara umum, sedangkan penelitian ini menemukan bahwa layanan BK secara khusus berperan dalam meningkatkan kemampuan siswa mengendalikan emosi saat menggunakan media sosial.

Temuan ini menunjukkan bahwa layanan BK tidak hanya membantu siswa memahami aturan penggunaan media sosial, tetapi juga membentuk kemampuan regulasi emosi yang diperlukan untuk mendukung perilaku bermedia sosial yang lebih disiplin dan bertanggung jawab.

5. Tanggung Jawab Akademik

Temuan penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang tidak terkontrol dapat memengaruhi tanggung jawab akademik siswa, yang ditandai dengan kecenderungan menunda penyelesaian tugas dan menurunnya fokus belajar. Kondisi ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mengganggu pelaksanaan kewajiban akademik siswa.

Temuan ini sejalan dengan teori Hurlock yang menyatakan, disiplin belajar ditandai dengan kemampuan menyelesaikan tugas tepat

waktu dan fokus dalam pembelajaran. Sementara itu, penggunaan media sosial berlebihan dapat menyebabkan distraksi kognitif.²⁷⁷

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurul Fadhillah Arna yang menunjukkan bahwa guru Bimbingan dan Konseling memiliki peran penting dalam meningkatkan kedisiplinan siswa melalui berbagai layanan pembinaan. Persamaan kedua penelitian terletak pada pentingnya peran layanan BK dalam membentuk perilaku disiplin siswa. Namun, penelitian Nurul Fadhillah Arna berfokus pada peningkatan kedisiplinan siswa secara umum, sedangkan penelitian ini secara khusus menemukan bahwa layanan BK berperan dalam meningkatkan tanggung jawab akademik siswa yang terdampak oleh penggunaan media sosial.

Temuan ini menunjukkan bahwa layanan BK berkontribusi dalam membantu siswa menumbuhkan kesadaran terhadap pentingnya tanggung jawab akademik, mengelola penggunaan media sosial secara lebih bijaksana, serta meningkatkan komitmen dalam menyelesaikan tugas dan menjaga fokus belajar.

2. Strategi layanan BK mengatasi siswa yang tidak disiplin dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong

Strategi layanan Bimbingan dan Konseling dalam mengatasi ketidakdisiplinan siswa dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong dilaksanakan melalui pendekatan komprehensif dan berbasis kebutuhan, yang diawali dengan identifikasi masalah melalui *need assessment* dan

²⁷⁷ Ibid.

dilanjutkan dengan pemberian layanan yang disesuaikan dengan karakteristik siswa.

Permasalahan ketidakdisiplinan tersebut berkaitan dengan rendahnya regulasi diri, yang mencakup aspek pengelolaan waktu, kontrol perilaku, pengendalian emosi, dan kejelasan tujuan penggunaan media sosial. Oleh karena itu, layanan BK tidak hanya berfokus pada perilaku yang tampak, tetapi juga pada pengembangan kemampuan internal siswa dalam mengelola diri. Implementasi strategi dilakukan melalui layanan yang terintegrasi, meliputi layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu, serta layanan responsif. Keseluruhan layanan tersebut berfungsi untuk meningkatkan pemahaman, melatih keterampilan pengelolaan diri, serta menangani permasalahan siswa secara lebih mendalam dan berkelanjutan. Dalam konteks tersebut, perencanaan layanan BK melalui hal sebagai berikut:

a. Layanan Dasar (Pengumpulan Need Assessment)

Temuan penelitian menunjukkan bahwa guru BK melakukan need assessment melalui observasi, wawancara, dan kerja sama dengan guru lain untuk mengidentifikasi permasalahan siswa terkait kedisiplinan bermedia sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa perencanaan layanan BK didasarkan pada identifikasi kebutuhan siswa sehingga layanan yang diberikan dapat disesuaikan dengan permasalahan yang dihadapi.

Temuan ini sejalan dengan teori Prayitno yang menyatakan bahwa layanan BK bertujuan membantu siswa memahami diri dan

lingkungannya secara optimal.²⁷⁸ Winkel juga menegaskan bahwa pengumpulan data merupakan dasar dalam merancang program BK yang tepat sasaran.²⁷⁹ Hal ini sejalan dengan konsep regulasi diri, di mana pemahaman terhadap kondisi individu menjadi langkah awal dalam perubahan perilaku.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Vika Tsalatsun Roghibah dan Pudji Rahmawati yang menunjukkan bahwa strategi guru BK dalam membangun kedisiplinan siswa memerlukan perencanaan yang matang serta kerja sama dengan berbagai pihak di sekolah. Persamaan kedua penelitian terletak pada pentingnya strategi dan perencanaan layanan BK dalam membentuk perilaku disiplin siswa. Namun, penelitian Vika Tsalatsun Roghibah dan Pudji Rahmawati berfokus pada kedisiplinan siswa secara umum, sedangkan penelitian ini secara khusus menemukan bahwa need assessment digunakan sebagai dasar dalam merancang layanan BK untuk mengatasi ketidakdisiplinan siswa dalam bermedia sosial.

Temuan ini menunjukkan bahwa need assessment memiliki peran strategis dalam layanan BK karena membantu guru BK memahami kebutuhan siswa secara lebih akurat sehingga layanan yang diberikan dapat mendukung peningkatan kedisiplinan bermedia sosial secara efektif.

²⁷⁸ Ibid.

²⁷⁹ Ibid.

b. Layanan Dasar (Pengelolaan Media Informasi)

Temuan penelitian menunjukkan bahwa layanan informasi menjadi salah satu strategi yang digunakan guru BK untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai penggunaan media sosial yang disiplin dan bertanggung jawab. Penyampaian informasi melalui layanan klasikal, bimbingan kelompok, serta penggunaan media seperti PowerPoint dan video menunjukkan bahwa guru BK tidak hanya berfokus pada penyampaian materi, tetapi juga berupaya menyesuaikan metode layanan dengan karakteristik siswa agar pesan yang diberikan lebih mudah dipahami.

Temuan tersebut sejalan dengan teori Prayitno yang menyatakan bahwa layanan informasi bertujuan membantu peserta didik memperoleh pengetahuan dan pemahaman yang diperlukan dalam mengambil keputusan serta mengarahkan perilakunya secara tepat. Dalam perspektif regulasi diri, peningkatan pemahaman merupakan tahap awal yang penting karena individu cenderung lebih mampu mengontrol perilakunya apabila memiliki pengetahuan yang memadai mengenai konsekuensi dari tindakan yang dilakukan. Oleh karena itu, pemberian informasi mengenai dampak positif dan negatif media sosial menjadi dasar dalam membangun kesadaran siswa untuk berperilaku lebih disiplin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Vika Tsalatsun Roghibah dan Pudji Rahmawati yang menemukan bahwa layanan informasi dan penyuluhan klasikal merupakan strategi yang

digunakan guru BK dalam membangun kedisiplinan siswa. Persamaan kedua penelitian terletak pada penggunaan layanan informasi sebagai upaya preventif untuk meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab siswa. Namun, penelitian Vika Tsalatsun Roghibah dan Pudji Rahmawati berfokus pada pembentukan kedisiplinan siswa secara umum, sedangkan penelitian ini secara khusus menunjukkan bahwa layanan informasi digunakan untuk meningkatkan literasi digital dan kesadaran siswa dalam menggunakan media sosial secara bijaksana.

Temuan ini menunjukkan bahwa layanan informasi memiliki peran penting sebagai strategi preventif dalam membentuk kedisiplinan bermedia sosial. Meskipun demikian, peningkatan pemahaman saja belum cukup untuk menghasilkan perubahan perilaku yang berkelanjutan, sehingga perlu didukung oleh layanan BK lainnya, seperti bimbingan kelompok dan konseling individu, agar siswa mampu menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

c. Strategi Peminatan dan Perencanaan Individual

Temuan penelitian menunjukkan bahwa strategi peminatan dan perencanaan individual yang dilakukan guru BK melalui bimbingan kelompok, konseling individu, dan layanan penguasaan konten berkontribusi dalam membantu siswa mengelola penggunaan media sosial secara lebih terarah. Layanan tersebut tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah yang sedang dialami siswa, tetapi

juga membantu siswa mengembangkan kemampuan mengatur waktu, menetapkan tujuan, dan mengendalikan perilaku dalam penggunaan media sosial.

Temuan tersebut sejalan dengan teori regulasi diri yang dikemukakan oleh Zimmerman yang menjelaskan bahwa regulasi diri mencakup kemampuan menetapkan tujuan, memantau perilaku, dan mengevaluasi diri. Hal ini sejalan dengan fungsi layanan BK yang bersifat *developmental* dalam membantu siswa mengembangkan potensi diri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Vika Tsalatsun Roghibah dan Pudji Rahmawati yang menemukan bahwa guru BK menerapkan berbagai strategi, seperti konseling individu dan konseling kelompok, untuk membangun kedisiplinan siswa. Persamaan kedua penelitian terletak pada penggunaan layanan BK sebagai sarana untuk menumbuhkan kesadaran, tanggung jawab, dan perilaku disiplin siswa. Namun, penelitian Vika Tsalatsun Roghibah dan Pudji Rahmawati berfokus pada pembentukan kedisiplinan siswa secara umum, sedangkan penelitian ini secara khusus menemukan bahwa strategi peminatan dan perencanaan individual digunakan untuk meningkatkan kemampuan regulasi diri siswa dalam mengelola penggunaan media sosial.

Temuan ini menunjukkan bahwa strategi peminatan dan perencanaan individual memiliki peran penting dalam layanan BK karena membantu siswa mengembangkan kemampuan mengelola diri

secara mandiri. Dengan kemampuan tersebut, siswa tidak hanya mampu mengurangi perilaku bermedia sosial yang kurang disiplin, tetapi juga dapat membangun kebiasaan penggunaan media sosial yang lebih bertanggung jawab dan mendukung pencapaian tujuan akademik.

d. Strategi Layanan Responsif

Temuan penelitian menunjukkan bahwa layanan responsif digunakan untuk menangani siswa yang mengalami permasalahan dalam kedisiplinan bermedia sosial, seperti pelanggaran aturan penggunaan media sosial dan kesulitan mengendalikan perilaku. Penanganan dilakukan melalui identifikasi masalah, pembinaan, konseling individu, serta kerja sama dengan wali kelas dan orang tua. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan responsif menjadi strategi penting dalam membantu siswa mengatasi permasalahan yang telah menghambat perkembangan pribadi dan akademiknya.

Temuan tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan Prayitno bahwa layanan responsif bertujuan membantu peserta didik mengatasi masalah yang bersifat mendesak agar tidak mengganggu tugas-tugas perkembangannya. Selain itu, teori kontrol diri menjelaskan bahwa individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung sulit mengendalikan perilaku impulsif sehingga memerlukan intervensi yang lebih intensif dan bersifat personal. Oleh karena itu, konseling individu menjadi salah satu bentuk layanan yang

efektif untuk membantu siswa memahami penyebab perilakunya dan mengembangkan kemampuan mengendalikan diri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Aisya Alkestri Mallaena, Munir Yusuf, dan Hasbi Hasbi yang menunjukkan bahwa layanan BK memiliki peran penting dalam menangani pelanggaran siswa dan meningkatkan kedisiplinan melalui berbagai upaya pembinaan. Persamaan kedua penelitian terletak pada peran layanan BK dalam menangani siswa yang menunjukkan perilaku tidak disiplin. Namun, penelitian Aisya Alkestri Mallaena, Munir Yusuf, dan Hasbi Hasbi berfokus pada penerapan sistem poin pelanggaran dan implikasinya terhadap kedisiplinan siswa secara umum, sedangkan penelitian ini secara khusus menemukan bahwa layanan responsif digunakan untuk mengatasi ketidakdisiplinan siswa dalam bermedia sosial melalui konseling individu dan kolaborasi dengan pihak sekolah maupun orang tua.

Temuan ini menunjukkan bahwa layanan responsif memiliki fungsi kuratif yang penting dalam membantu siswa mengatasi permasalahan kedisiplinan bermedia sosial. Melalui penanganan yang cepat, personal, dan kolaboratif, siswa dapat mengembangkan kontrol diri yang lebih baik serta meningkatkan kepatuhan terhadap aturan dalam penggunaan media sosial.

e. Strategi Dukungan Sistem

Temuan penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan layanan Bimbingan dan Konseling dalam membentuk kedisiplinan bermedia

sosial didukung oleh adanya aturan sekolah mengenai penggunaan HP, kerja sama dengan wali kelas, serta keterlibatan orang tua dalam mengawasi perilaku siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa pembentukan kedisiplinan bermedia sosial tidak hanya bergantung pada kemampuan individu dalam mengendalikan diri, tetapi juga dipengaruhi oleh dukungan lingkungan yang konsisten.

Temuan tersebut sejalan dengan teori dukungan sistem dalam Bimbingan dan Konseling yang menekankan pentingnya kolaborasi antara guru BK, guru mata pelajaran, wali kelas, orang tua, dan pihak sekolah dalam membantu perkembangan peserta didik. Selain itu, teori ekologi perkembangan yang dikemukakan oleh Bronfenbrenner menjelaskan bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh interaksi dengan lingkungan di sekitarnya. Oleh karena itu, lingkungan sekolah dan keluarga memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan serta perilaku disiplin siswa dalam menggunakan media sosial.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurul Fadhillah Arna yang menunjukkan bahwa peningkatan kedisiplinan siswa memerlukan peran aktif guru BK serta dukungan berbagai pihak di lingkungan sekolah. Persamaan kedua penelitian terletak pada pentingnya kerja sama antara guru BK dan lingkungan pendidikan dalam membentuk perilaku disiplin siswa. Namun, penelitian Nurul Fadhillah Arna berfokus pada peningkatan kedisiplinan siswa secara umum, sedangkan penelitian ini secara khusus menemukan bahwa dukungan sistem diperlukan untuk memperkuat keberhasilan strategi

layanan BK dalam mengatasi ketidakdisiplinan siswa dalam bermedia sosial.

Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sistem berfungsi sebagai faktor penguat dalam pelaksanaan layanan BK. Sinergi antara sekolah, guru, dan orang tua memungkinkan terbentuknya pengawasan dan pembinaan yang berkelanjutan sehingga perubahan perilaku siswa dalam bermedia sosial dapat berlangsung secara lebih konsisten dan bertahan dalam jangka panjang.

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai strategi layanan bimbingan dan konseling dalam membentuk kedisiplinan bermedia sosial siswa di MAN Rejang Lebong, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling telah dilakukan secara terencana dan mengacu pada prinsip bimbingan dan konseling komprehensif. Hal ini terlihat dari adanya tahapan perencanaan melalui identifikasi kebutuhan siswa (need assessment), pelaksanaan layanan yang beragam, serta adanya tindak lanjut berupa pemantauan perkembangan siswa.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa bentuk kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong ditunjukkan melalui kemampuan mengatur waktu penggunaan media sosial, mengendalikan perilaku dalam penggunaannya, serta mematuhi aturan yang berlaku di sekolah. Sebagian siswa telah menunjukkan kesadaran dalam menggunakan media sosial secara lebih bijak, seperti membatasi waktu penggunaan dan lebih fokus pada kegiatan belajar. Namun, masih terdapat siswa yang belum sepenuhnya disiplin, ditandai dengan penggunaan media sosial yang berlebihan, kurangnya kontrol diri, serta kecenderungan menggunakan perangkat saat proses pembelajaran berlangsung. Dengan

Demikian, tingkat kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial berada pada kategori cukup, namun masih memerlukan pembinaan lebih lanjut.

Kemudian berdasarkan hasil penelitian mengenai strategi layanan BK, dapat disimpulkan bahwa strategi layanan bimbingan dan konseling dalam mengatasi siswa yang tidak disiplin dalam bermedia sosial dilakukan melalui pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan. Layanan yang diberikan meliputi layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu, konferensi kasus, serta layanan peminatan dan perencanaan individual yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa. Pelaksanaan strategi diawali dengan identifikasi kebutuhan siswa, dilanjutkan dengan pemberian layanan yang relevan, serta diakhiri dengan tindak lanjut berupa pemantauan perkembangan siswa. Selain itu, strategi ini juga didukung oleh kerja sama antara guru BK, wali kelas, guru mata pelajaran, dan orang tua, serta didukung oleh kebijakan sekolah terkait penggunaan media sosial. Meskipun terdapat hambatan seperti rendahnya kontrol diri siswa dan pengaruh lingkungan, secara umum strategi layanan BK mampu membantu meningkatkan kedisiplinan bermedia sosial siswa.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyadari bahwa penelitian ini belum mencapai tingkat kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran dari pembaca sangat diperlukan untuk meningkatkan manfaat penelitian ini bagi peneliti dan pembaca. Adapun saran yang peneliti ajukan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK)

Diharapkan guru BK dapat terus mengembangkan strategi layanan yang lebih inovatif dan menarik, terutama dalam penyampaian materi terkait penggunaan media sosial, seperti memanfaatkan media digital, video edukatif, dan pendekatan yang lebih interaktif. Selain itu, perlu dilakukan penguatan layanan konseling individu bagi siswa yang memiliki tingkat kedisiplinan rendah, serta meningkatkan intensitas monitoring dan tindak lanjut agar perubahan perilaku siswa dapat berlangsung secara berkelanjutan.

2. Bagi Pihak Sekolah

Sekolah diharapkan dapat terus mendukung pelaksanaan program BK dengan memperkuat kebijakan terkait penggunaan media sosial dan perangkat elektronik di lingkungan sekolah. Selain itu, penting untuk meningkatkan koordinasi antar guru, serta menyediakan fasilitas dan waktu yang memadai bagi pelaksanaan layanan BK agar program dapat berjalan lebih optimal.

3. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan dapat berperan aktif dalam mengawasi dan membimbing penggunaan media sosial siswa di rumah. Kerja sama antara orang tua dan pihak sekolah perlu ditingkatkan agar pengawasan terhadap siswa dapat dilakukan secara konsisten, baik di lingkungan sekolah maupun di rumah.

4. Bagi Siswa

Siswa diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab dalam menggunakan media sosial secara bijak, dengan mampu mengatur waktu, mengendalikan diri, serta memprioritaskan kewajiban akademik. Selain itu, siswa juga diharapkan dapat memanfaatkan media sosial untuk hal-hal yang positif dan mendukung proses belajar.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan memperluas variabel, seperti mengkaji pengaruh media sosial terhadap prestasi belajar atau kesehatan mental siswa. Selain itu, dapat menggunakan metode penelitian yang berbeda atau lokasi penelitian yang lebih luas agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adityaputra, Amran Hasbi. *Regulasi Diri Dan Kecanduan Dalam Penggunaan Media Sosial Pada Mahasiswa Generasi Z Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. Jurnal Empati Vol. 11 No. 6 2022.
- Aini, Shinta, Darlisah, Riski Rahma Daini, Hesti Levia, Armadan, Rahmatullah, Rika Kustina. *Strategi Peningkatan Kedisiplinan Siswa Melalui Program Pembinaan Karakter Di Sekolah*. Jurnal Pengebdian Kepada Masyarakat Vol. 4 No. 1 2024.
- Aisafitri, Lira, Kiayati Yusriyah. *Kecanduan Media Sosial (Fomo) Pada Generasi Milenial*. Jurnal Ilmu Komunikasi Vol. 4 No. 1 2021.
- Arimbawa, Brillyan Gita Abigamika, Miftahul Arifin, Siti Napisah. *Analisa Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Pgri Banyuwangi*. Jurnal Bina Ilmu Cendekia Vol. 2 No. 1 2020.
- Arodani, Pudali, Ali Armadi, Pendidikan Guru, Sekolah Dasar. *Analisis Faktor Kedisiplinan Siswa Di Lingkungan Sekolah Dasar*. Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Ilmu Pendidikan Vol. 6 No. 2 2025.
- Augina, Arnild. *Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Pada Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan Masyarakat*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat Vol. 12 No. 3 2020.
- EG, *Wawancara Siswa Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 25 Februari 2026, Jam 09.30-09.45 Di Ruang BK*.
- Erma, Agustina Malan, Ardwinner Joy Tumonglo. *Peran Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Yang Berprestasi Rendah*. Jurnal Pendidikan Agama Kristen Dan Katolik Vol. 3 No. 1 2026.
- Fani, Mohammad, Abdul Rosyid, D Y P Sugiharto, Eddy Wibowo. *Layanan Bimbingan Dan Konseling Untuk Membentuk Karakter Disiplin Siswa*. Jurnal Fokus Konseling Vol. 6 No. 2 2020.
- Febriansyah. *Peningkatan Belajar Mandiri Siswa Di Sekolah Melalui Layanan Informasi Dengan Media Sinematografi*. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam Vol. 4 No. 2 2020.
- Harita, Akuardin, Bestari Laia, Sri Florina L Zagoto. *Peranan Guru Bimbingan Konseling Dalam Pembentukan Karakter Disiplin Siswa*. Jurnal Bimbingan

Dan Konseling Vol. 2 No. 1 2022.

Hasanahti Melina, Batubara Yusmaini Ayu, Farhanah Jihan, Apriani Anggi. *Bimbingan Dan Konseling Bagi Peserta Didik*. Jurnal Al-Mursyid Vol. 4 No. 1 2022.

Herdiyani, Sankist, Cecep Safa'atul Barkah, Lina Auliana, Iwan Sukoco. *Peranan Media Sosial Dalam Mengembangkan Suatu Bisnis: Literature Review*. Jurnal Administrasi Bisnis Vol. 18 No. 2 2022.

Ilat, Irene Preisilia, Jufita Tapada, Claudia Durandt, Febrianti Koyongian. *Dampak Penggunaan Media Sosial Bagi Kesehatan Mental Remaja*. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan. Vol. 9 No. 10 2023.

IM, *Wawancara* Wali Kelas Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 15 April 2026, Jam 10.00-10.30 Wib, Di Depam Kelas Man Rejang Lebong.

Izza, Nisfa Lailatul. *Upaya Penanaman Penggunaan Media Sosial Dalam Melindungi Anak-Anak Dari Dampak Negatif Media Sosial*. Jurnal of Islamic Education Studies Vol. 8, No. 2 2023.

Jamaludin, Aulia Syarifah, Karyadi. *Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan Pada Mahasiswa* Jurnal Edu Dharma Vol. 6 No. 2 2022.

Kusumastuti, Adhi, and Ahmad Mustamil Khoiron. *Metode Penelitian Kualitatif*. Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo (LPSP), 2019.

Lasmita, Mohamad Muspawi. *Literatur Review Operasionalisasi Variabel Dalam Penelitian Pendidikan, Teori Dan Aplikasi*. Jurnal Pendidikan Tambusai Vol. 8 No. 3 2024.

Lestari, Fitria Nindy, Wisda Miftakhul'Ulum. *Analisis Bentuk Kedisiplinan Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Belajar Dengan Motivasi Belajar Siswa Kelas IV Sdn I Gondosuli Gondang*. Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara Vol. 5 No. 2 2020.

Mallaena, Aisya alkestri, Munir Yusuf, and Hasbi. *Kinerja Guru Bimbingan Konseling Dan Implikasi Penerapan Sistem Poin Pelanggaran Terhadap Kedisiplinan Siswa*. Jurnal Konseling Dan Pendidikan Vol. 11 No. 3 2023.

Manzilati, Asfi. *Metodologi Penelitian Kualitatif Paradigma Metode, Dan Aplikasi*. Universitas Brawijaya press, 2017.

Marini, Liza, Wiwin Hendriani, Pramatia Yogi Wulandari. *Gambaran Problematic Smartphone Use Pada Remaja*. Jurnal Psikobuletin. Vol. 5 No. 1 2024.

Maulana, Moch. Rizal, Rahmat Sofan Razaqi, and Firman Jaya. *Implementasi Absensi Digital Berbasis Appsheet Terhadap*. Jurnal Teknik Mesin, Elektro

Dan Ilmu Komputer Vol. 5 No. 3 2025.

Muhamad Ayub, Sofia Farzanah Sulaeman. *Dampak Sosial Media Terhadap Interaksi Sosial Pada Remaja*. Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling. Vol. 7 No. 1 2022.

Nisrina, Alya, Yasintha Sari Pratiwi. *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Think Pair Share (Tps) Untuk Mereduksi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Kelas Ix Smp Islamic Center Samarinda Tahun Ajaran 2024/2025*. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo 7, No. 1 2025.

Novitasari, Dwi Wulan, Muhammad Abduh. *Upaya Guru Dalam Melatih Karakter Disiplin Siswa Sekolah Dasar Berbasis Teori Behaviorisme Behaviorisme*. Jurnal Basicedu Vol. 6 No. 4 2022.

Nurhana, H. dan Asikin, *Nilai Pendidikan Terhadap Amar Ma'ruf Nahi Munkar dalam QS Ali Imran 104 dan 110*. Jurnal Riset Pendidikan Agama Islam, Vol. 4 No. 1 2024

Nurhayati, Sumiyatia, Juariyaha, Paramithaa, Syamsiah. *Bimbingan Dan Konseling*. Jurnal Sains Ekonomi Dan Edukasi Vol. 2 No. 5 2025.

Nurjamaludin, Muhammad. *Hubungan Disiplin Dan Motivasi Kerja Dengan Kinerja Guru Dalam Mengajar IPS Di Madrasah Ibtidaiyah Kabupaten Garut*. Jurnal Pedagogik Pendidikan Dasar Vol. 7 No. 14 2020.

Nyongesa, Simiyu Chrispinus, Catherine Kiprop, Sammy Chumba. *Influence Social Media On Students Discipline In Secondary Schools In Kenya*. Global Journal of Arts, Humanities and Social Sciences. Vol. 7 No. 9 2019.

Padmasari, Azizah, Desy Safitri, Sujarwo. *Penggunaan Media Sosial Sebagai Distraksi Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 67 Jakarta*. Jurnal Pendidikan Tambusai Vol. 9 No. 2 2025.

Priani. *Mengatasi Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Melalui Layanan Bimbingan Konseling*. Jurnal Ilmu Bimbingan Dan Konseling Vol. 1 No. 1 2024.

Rahmah, Siti, Nuril Huda, Muhamad Sabirin. *Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Kedisiplinan Belajar Peserta Didik Madrasah Tsanawiyah*. Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Vol. 8 No. 8 2025.

Rahman, Musyirah, Ifah Nursyabilah, Peni Astuti, Muh Irfan Syam, Sam'un Mukramin, Wa Ode Ingra Kurnawati. *Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Media Pembelajaran*. Jurnal On Education Vol. 5 No. 3 2023.

Ramadhani, Ika Rizki, Suyoto. *Efek Media Sosial Di Era Kemajuan Teknologi Terhadap Kedisiplinan Belajar Peserta Didik Kelas IV Sekolah Dasar*. Jurnal

Pendidikan Tambusai Vol. 8 No. 1 2024.

Ramdani, Pitriani, Joko Suprapmanto. *Analisis Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Disiplin Waktu Belajar Mahasiswa*. Jurnal Seminar Nasional Pendidikan Dasar Dan Menengah. Vol. 3 No. 1 2023.

Ristianti Dina Hajja, Beni Azwar, Seprianto, Fadila. *Imlementasi Layanan Bimbingan Konseling Dalam Mewujudkan Kesejahteraan Psikologis Siswa Di SMPIT An-Nida*. Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling Islam Vol. 4 No. 2 2024.

Roghibah, Vika Tsalatsun, Pudji Rahmawati. *Strategi Guru BK Dalam Membangun Kedisiplinan Siswa Studi Kasus Di MAN 2 Mojokerto*. Jurnal Bimbingan Konseling Islam Vol. 7 No. 2 2025.

Safarudin, Rizal, Martin Kustati, Nana Sepriyanti. *Penelitian Kualitatif*. Jurnal Of Social Science Research Vol.3 No. 2 2023.

Saputra, Moh Fajar, M Imam Taufik, Halimah Tus Syadiah, Nurul Fadila, Nurul Hafiza Hafizah5, and Fifka Rezkiana. *Peta Aset Budaya Pada Masyarakat Desa Watunonju*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Vol. 2 No. 2 2022.

Sinaga, Kariaman, Junaidi, Siswati Saragi, Maria Ulfa Batoebara. *Pelatihan Meminimalisir Efek Hoaks Media Sosial Di Desa Namo Sialang Kec. Batang Serangan Kab. Langkat-Sumut*. Jurnal Network Media Vol. 2 No. 1 2019.

Subaidi. *Manajemen Kesiswaan Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik*. Jurnal of Education and Teaching Vol. 4 No. 2 2023.

Sugiarto, Ahmad Pujo, Padmi Dhyah Yulianti. *Faktor Kedisiplinan Belajar Pada Siswa Kelas X SMK Larenda Brebes*. Jurnal Mimbar Ilmu Vol. 24 No. 2 2019.

Sugiyanto, Intan. *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Dampak Penggunaan Media Sosial Oleh Remaja Di Sman Kota Pasuruan*. Perpustakaan Universitas Airlangga, 2017, 1–179.

Sugiyono. *Metode Penelitian*. Bandung: Alfabeta: Edisi ke-3, Cetakan ke-2, 2021.

———. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta, 2021.

Sulung, Undari, Mohamad Muspawi. *Memahami Sumber Data Penelitian: Primer, Sekunder, Dan Tersier*.” Edu Research Vol. 5, No. 3 2024.

Susanto, Dedi, M Syahrani Jailani. *Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Dalam Penelitian Ilmiah*. Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora Vol. 1 No. 1 2023.

- Susilo, Tri, Drajat Edy Kurniawan. *Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas VII Di Smp IT Masjid Syuhada Yogyakarta*. Jurnal Advice Vol. 2 No. 20 2020.
- Sutriani, Elma, Rika Octaviani. *Analisis Data Dan Pengecekan Keabsahan Data*. INA-Rxiv, 2019, Hlm. 1–22.
- Syaifudin, Ahmad, Yandria Elmasari. *Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Motivasi Dan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas VIII SMP Plus Al Falah Rejotangan*. Jurnal of Education and Information Communication Technology Vol. 4 No. 2 2020.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis interras)*, Jakarta. PT Raja Grafindo Persada, 2007. Hlm 17
- TN, *Wawancara Guru BK Man Rejang Lebong, Pada Tanggal 24 Februari 2026, Jam 08.30-09.15 Wib, Di Ruang Bk Man Rejang Lebong*.
- Usmaya, Febiyolla, Zainal Fauzi, Ainun Heiriyah. *Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial Di Sman 12 Banjarmasin*. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Vol. 10 No. 1 2025.
- Wahyuni, Nur, and Wanda Mulcia Sari. *Strategi Pengelolaan Kelas Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan Dan Kependidikan. Vol. 8 No. 1 2023.

LAMPIRAN

Lampiran 1 SK Pembimbing



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI CURUP
FAKULTAS TARBIYAH**

Alamat : Jalan DR. A.K. Gani No 1 Kotak Pos 108 Curup-Bengkulu Telpn. (0732) 21010
Fax. (0732) 21010 Homepage <http://www.iaincurup.ac.id> E-Mail : admin@iaincurup.ac.id

KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS TARBIYAH

Nomor : 51/In.34/FT/PP.09/10/2025

Tentang

**PENUNJUKAN PEMBIMBING I DAN 2 DALAM PENULISAN SKRIPSI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI CURUP**

- Menimbang** : a. Bahwa untuk kelancaran penulisan skripsi mahasiswa, perlu ditunjuk dosen Pembimbing I dan II yang bertanggung jawab dalam penyelesaian penulisan yang dimaksud ;
b. Bahwa saudara yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang cakap dan mampu serta memenuhi syarat untuk diserahi tugas sebagai pembimbing I dan II ;
- Mengingat** : 1. Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional ;
2. Peraturan Presiden RI Nomor 24 Tahun 2018 tentang Institut Negeri Islam Curup ;
3. Peraturan Menteri Agama RI Nomor : 30 Tahun 2018 tentang Organisasi dan Tata Kerja Institut Agama Islam Negeri Curup ;
4. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional RI Nomor 184/U/2001 tentang Pedoman Pengawasan Pengendalian dan Pembinaan Program Diploma, Sarjana dan Pascasarjana di Perguruan Tinggi ;
5. Keputusan Menteri Agama RI Nomor 019558/B.II/3/2022, tanggal 18 April 2022 tentang Pengangkatan Rektor IAIN Curup Periode 2022 - 2026.
6. Keputusan Direktur Jenderal Pendidikan Islam Nomor : 3514 Tahun 2016 Tanggal 21 oktober 2016 tentang Izin Penyelenggaraan Program Studi pada Program Sarjana STAIN Curup
7. Keputusan Rektor IAIN Curup Nomor : 0317 tanggal 13 Mei 2022 tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Curup.
- Memperhatikan** : 1. Surat Permohonan Penerbitan SK Pembimbing An. Anggun Hanis Tiana
2. Berita Acara Seminar Proposal Pada Hari Senin 03 Juli 2025

MEMUTUSKAN :

Menetapkan

- Pertama** : 1. **Dr. Dina Hajja Ristianti, M.Pd.Kons** NIP. 19821002 200604 2 002
2. **Febriansyah, M.Pd** NIP. 19900204 201903 1 006

Dosen Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup masing-masing sebagai Pembimbing I dan II dalam penulisan skripsi mahasiswa :

N A M A : **Anggun Hanis Tiana**

N I M : **22641005**

JUDUL SKRIPSI : **Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling Dalam Membentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial Siswa di MAN Rejang Lebong**

- Kedua** : Proses bimbingan dilakukan sebanyak 12 kali pembimbing I dan 12 kali pembimbing II dibuktikan dengan kartu bimbingan skripsi ;
- Ketiga** : Pembimbing I bertugas membimbing dan mengarahkan hal-hal yang berkaitan dengan substansi dan konten skripsi. Untuk pembimbing II bertugas dan mengarahkan dalam penggunaan bahasa dan metodologi penulisan ;
- Keempat** : Kepada masing-masing pembimbing diberi honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku ;
- Kelima** : Surat Keputusan ini disampaikan kepada yang bersangkutan untuk diketahui dan dilaksanakan sebagaimana mestinya ;
- Keenam** : Keputusan ini berlaku sejak ditetapkan dan berakhir setelah skripsi tersebut dinyatakan sah oleh IAIN Curup atau masa bimbingan telah mencapai 1 tahun sejak SK ini ditetapkan ;
- Ketujuh** : Apabila terdapat kekeliruan dalam surat keputusan ini, akan diperbaiki sebagaimana mestinya sesuai peraturan yang berlaku ;

Ditetapkan di Curup,
Pada tanggal 06 Oktober 2025
Dekan,

Sutarjo

Tembusan :

1. Rektor
2. Bendahara IAIN Curup;
3. Kabag Akademik kemahasiswaan dan kerja sama;
4. Mahasiswa yang bersangkutan;

Lampiran 2 Surat Permohonan Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI CURUP
FAKULTAS TARBIYAH**

Jln. Dr. AK Gani No.01 Kotak Pos 108 Telp. (0732) 21010-21759 Fax.21010
Homepage: <http://www.iaincurup.ac.id> Email: admin@iaincurup.ac.id Kode Pos 39119

Nomor : 147 /In.34/FT/PP.00.9/02/2026
Lampiran : Proposal dan Instrumen
Hal : Permohonan Izin Penelitian

09 Februari 2026

Kepada Yth. **Kepala Kantor Kementerian Agama (Kemenag) Kabupaten Rejang Lebong**

Assalamualaikum Wr, Wb

Dalam rangka penyusunan skripsi S.1 pada Institut Agama Islam Negeri Curup :

Nama : Anggun Hanis Tiana
NIM : 22641005
Fakultas/Prodi : Tarbiyah / Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Skripsi : Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Membentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial Siswa di MAN Rejang Lebong
Waktu Penelitian : 18 Februari 2026 s.d 18 April 2026
Tempat Penelitian : MAN 1 Rejang Lebong

Mohon kiranya Bapak berkenan memberi izin penelitian kepada Mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian atas kerjasama dan izinnya diucapkan terimakasih

a.n Dekan

Wakil Dekan I,

Dr. Sakut Anshori, S.Pd.I., Hum
NIP. 19811020 200604 1 002

Tembusan : disampaikan Yth ;

1. Rektor
2. Warek 1
3. Ka. Biro AUAK
4. Arsip

Lampiran 3 Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN REJANG LEBONG
Jalan S: Sukowati No. 62 Curup, Telp/Fax (0732) 21041 Faksimili (0732) 21041 Pos 39114
Website : kemenagreganglebong.com, Email : kemenagreganglebong@gmail.com

IZIN PENELITIAN

Nomor: 28/Kk.07.03.2/TL.00/02/2026

Berdasarkan Surat Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup Fakultas Tarbiyah
Nomor : 147 /In.34/FT/PP.00.9/02/2026. Hal Permohonan Izin Penelitian, dengan ini
memberikan Izin Penelitian kepada:

Nama	: Anggun Hanis Tiana
NIM	: 22641005
Fakultas/Prodi	: Tarbiyah /Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Skripsi	: Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling dalam membentuk kedisiplinan bermedia sosial siswa di MAN Rejang Lebong
Waktu Penelitian	: 18 Februari 2026 s.d 18 April 2026
Tempat Penelitian	: MAN Rejang Lebong

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Sebelum melakukan penelitian harus melapor kepada Kepala Madrasah yang bersangkutan
2. Selama pelaksanaan penelitian tidak mengganggu kegiatan proses belajar mengajar yang dilaksanakan pada Madrasah yang bersangkutan
3. Setelah selesai melaksanakan penelitian, agar menyampaikan hasil penelitian kepada Kepala Kantor Kementerian Agama Kabupaten Rejang Lebong Cq. Seksi Pendidikan Madrasah

Asli: Surat Izin Penelitian ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Rejang Lebong, 12 Februari 2026

Kepala,



Lukman

Tembusan
IAIN Curup

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

Lampiran 4 Pedoman Observasi

Instrumen Penelitian Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Membentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial Siswa Di Man Rejang Lebong (Observasi)						
NO	Pertanyaan Penelitian	Aspek yang Diamati	Indikator Perilaku	Sumber/Objek	Hasil Observasi	
					Ya	Tidak
1.	Bagaimana bentuk kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong?	Pengelolaan waktu penggunaan media sosial	Siswa tidak menggunakan ponsel saat jam pelajaran berlangsung	Siswa di dalam kelas		
		Pengendalian perilaku bermedia sosial	Siswa tidak membuka aplikasi media sosial selama kegiatan pembelajaran	Siswa		
		Kejelasan tujuan penggunaan media sosial	Siswa menggunakan gawai untuk keperluan pembelajaran ketika diizinkan guru	Proses belajar mengajar		
		Pengendalian emosi saat bermedia sosial	Siswa tidak menunjukkan reaksi emosional berlebihan akibat interaksi	Lingkungan sekolah		

			media sosial di sekolah			
		Tanggung jawab akademik	Siswa fokus mengikuti pelajaran tanpa terdistraksi media sosial	Siswa di kelas		
2.	Bagaimana strategi layanan BK mengatasi siswa yang tidak disiplin dalam bermedia sosial di MAN Rejang Lebong?	Identifikasi kebutuhan siswa	Guru BK melakukan pengumpulan data kebutuhan siswa terkait penggunaan media sosial	Guru BK		
		Layanan informasi BK	Guru BK menyampaikan informasi tentang penggunaan media sosial yang disiplin	Kegiatan layanan BK		
		Layanan peminatan dan perencanaan individual	Guru BK membantu siswa merencanakan pengelolaan penggunaan media sosial	Proses konseling		
		Layanan responsif	Guru BK memberikan layanan	Guru BK dan siswa		

			konseling kepada siswa yang bermasalah dalam penggunaan media sosial			
		Dukungan sistem	Adanya kerja sama guru BK dengan wali kelas, guru mata pelajaran, dan orang tua	Lingkungan sekolah		
		Evaluasi layanan BK	Guru BK melakukan tindak lanjut terhadap layanan yang telah diberikan	Administrasi BK		

Lampiran 5 Transkrip Wawancara

A. Transkrip Wawancara dengan Peserta Didik

Peneliti: Ceritakan bagaimana anda membagi waktu antara belajar, aktivitas sehari-hari, dan penggunaan media sosial?

Informan 1: Dalam membagi waktu, sebelumnya saya masih belum teratur. Sepulang sekolah saya biasanya memang berniat untuk beristirahat terlebih dahulu setelah mengikuti kegiatan belajar di sekolah, tetapi kenyataannya saya justru lebih sering menggunakan HP untuk membuka media sosial. Awalnya hanya ingin melihat sebentar atau *scrolling*, tetapi lama-kelamaan menjadi menonton video dan terus menggunakan media sosial hingga tidak terasa waktu sudah banyak terbuang. Akibatnya, waktu istirahat menjadi tidak teratur dan beberapa kegiatan lain yang seharusnya dilakukan sering tertunda. Selain itu, saya juga pernah membawa HP ke sekolah dan akhirnya mendapat pembinaan dari guru BK karena melanggar aturan yang berlaku. Setelah mendapatkan arahan dan penjelasan dari guru BK mengenai pentingnya mengatur waktu serta menggunakan media sosial secara bijak, saya mulai menyadari bahwa kebiasaan tersebut dapat berdampak pada kedisiplinan dan aktivitas sehari-hari. Sekarang saya berusaha lebih disiplin dengan membatasi waktu bermain media sosial, menggunakan HP hanya pada waktu tertentu, dan lebih mengutamakan kegiatan yang lebih bermanfaat agar penggunaan media sosial tidak lagi mengganggu rutinitas maupun aturan sekolah.

Informan 2: Untuk membagi waktu pada awalnya saya masih belum teratur. Sepulang sekolah seringnya malah lanjut main HP seperti *scrolling* media sosial atau nonton video sampai lupa waktu. Tugas juga sering ditunda dan dikerjakan saat sudah dekat pengumpulan. Akibatnya, aktivitas tidak terjadwal, sering begadang, bangun kesiangan, dan kadang terlambat ke sekolah, tapi kemarin saya sempat mendapat teguran oleh wali kelas dan guru BK dan saya mulai menguranginya kak.

Informan 3: Kalau saya memang dulu sering terlambat datang ke sekolah karena bangun kesiangan, kak. Biasanya itu terjadi karena malam harinya saya sering bermain game online bersama teman-teman sampai larut. Akibatnya, waktu istirahat jadi berkurang dan saya sulit bangun tepat waktu di pagi hari. Kondisi itu juga beberapa kali membuat saya mendapatkan teguran atau hukuman dari sekolah. Namun, sekarang saya mulai berpikir untuk mengurangi kebiasaan tersebut karena saya tidak ingin terus-menerus terlambat dan menerima hukuman. Saya juga mulai mencoba mengatur waktu bermain agar tidak mengganggu kegiatan sekolah dan tanggung jawab sebagai siswa.

Informan 4: Saya sekarang lebih mendahulukan belajar dan menyelesaikan aktivitas di rumah sebelum menggunakan media sosial. Media sosial hanya saya gunakan ketika ada waktu luang dan tidak mengganggu kewajiban yang harus diselesaikan. Sejak mendapatkan arahan dari guru BK, saya mulai lebih disiplin dalam mengatur waktu agar penggunaan media sosial tidak berlebihan dan kegiatan belajar tetap menjadi prioritas.

Informan 5: Biasanya saya belajar setelah magrib, lalu baru membuka media sosial sebentar. Saya mencoba tidak menunda tugas agar tidak menumpuk. Hal ini saya lakukan karena adanya arahan dari guru BK yang mengarahkan saya untuk lebih disiplin dalam mengatur waktu, tapi awalnya dulu saya sering menunda-nunda kak.

Peneliti: Apakah penggunaan media sosial pernah mengganggu waktu belajar disekolah Anda? Jelaskan.

Informan 1: Iya, pernah. Dulu saya memang sering terlalu asyik menggunakan media sosial sampai kurang memperhatikan waktu belajar dan terkadang menunda tugas yang seharusnya dikerjakan lebih awal. Namun, sekarang saya sudah mulai membatasi penggunaan media sosial agar tidak mengganggu kegiatan belajar. Saya juga mencoba lebih disiplin dalam mengatur waktu sehingga kewajiban belajar tetap menjadi prioritas.

Informan 2: Pernah mengganggu, terutama ketika sedang banyak tugas sekolah. Saat itu saya lebih sering menggunakan HP sehingga waktu untuk belajar dan mengerjakan tugas menjadi berkurang. Namun, sekarang penggunaan HP sudah mulai lebih terkontrol. Setelah mendapatkan bimbingan dari guru BK, saya mulai belajar mengatur waktu dengan lebih baik dan berusaha mendahulukan kewajiban sebelum menggunakan media sosial atau bermain HP.

Informan 3: Iya. saya memang pernah terlalu lama menggunakan media sosial dan melakukan scrolling sehingga waktu untuk belajar menjadi berkurang. Kebiasaan tersebut terkadang membuat saya kurang fokus dan menunda kegiatan yang seharusnya lebih diprioritaskan. Namun, setelah mendapatkan

arahan dari guru BK, saya mulai belajar mengatur waktu dengan lebih baik, membatasi penggunaan media sosial, dan lebih mendahulukan kegiatan belajar serta tugas sekolah.

Informan 4: Pernah, saya sempat menunda waktu belajar karena terlalu sibuk menggunakan HP sehingga kegiatan belajar menjadi kurang teratur. Kebiasaan tersebut membuat saya kurang disiplin dalam membagi waktu antara penggunaan HP dan kewajiban belajar. Namun, sekarang saya mulai berusaha untuk lebih disiplin dengan mengatur waktu penggunaan HP agar tidak mengganggu kegiatan belajar dan tanggung jawab di sekolah.

Informan 5: Iya, cukup mengganggu karena saya sering terlalu lama menggunakan media sosial sampai lupa waktu, sehingga waktu belajar dan mengerjakan tugas menjadi berkurang. Namun, setelah mendapatkan bimbingan dari guru BK, saya mulai menyadari pentingnya mengatur penggunaan media sosial. Sekarang saya berusaha membatasi waktu bermain media sosial agar tidak mengganggu kegiatan belajar dan tanggung jawab di sekolah.

Peneliti: Ceritakan situasi ketika Anda merasa paling sulit menahan diri untuk membuka media sosial. Apa yang biasanya terjadi pada saat itu?

Informan 1: Kalau di sekolah ya saya berusaha sopan, Kak. Tapi jujur kalau di media sosial, apalagi di akun rahasia (*second account*), kadang suka lepas kendali kalau lagi kesal sama orang. Tapi sejak ada sosialisasi dari guru tentang jejak digital, saya jadi lebih takut kalau mau posting yang aneh-aneh. Takut ketahuan guru atau nanti susah cari kerja karena perilaku kita terekam di internet.

Informan 2: Biasanya saat ada notifikasi yang masuk atau ketika merasa bosan, saya menjadi sulit menahan diri untuk membuka HP dan menggunakan media sosial. Kondisi tersebut sering membuat fokus belajar terganggu dan waktu belajar menjadi berkurang. Namun, sekarang saya mulai berusaha mengendalikan kebiasaan tersebut dengan mematikan notifikasi saat belajar agar tidak mudah terdistraksi dan bisa lebih fokus pada kegiatan yang sedang dilakukan.

Informan 3: Saat melihat teman-teman aktif di media sosial, saya sering merasa ingin ikut membuka dan menggunakannya juga. Kondisi tersebut terkadang membuat saya terdistraksi dan sulit mengatur waktu belajar. Namun, setelah mendapatkan bimbingan dari guru BK, saya mulai berusaha membatasi waktu penggunaan media sosial agar tidak berlebihan. Sekarang saya mencoba lebih disiplin dalam mengatur waktu sehingga penggunaan media sosial tidak mengganggu kegiatan belajar maupun aktivitas sehari-hari.

Informan 4: Paling sulit bagi saya adalah saat sedang santai atau menjelang tidur karena biasanya muncul keinginan untuk terus menggunakan HP dan membuka media sosial lebih lama. Kondisi tersebut terkadang membuat waktu istirahat dan kegiatan belajar menjadi kurang teratur. Namun, sekarang saya berusaha menyikapinya dengan mengatur waktu penggunaan HP dan membiasakan diri berhenti bermain HP lebih awal sesuai dengan saran yang diberikan oleh guru BK agar aktivitas sehari-hari tetap lebih seimbang.

Informan 5: Ketika merasa jenuh saat belajar, saya sering merasa ingin langsung membuka media sosial karena dianggap lebih menyenangkan dan dapat

mengurangi rasa bosan. Namun, sekarang saya mulai mencoba mengubah kebiasaan tersebut. Sesuai dengan bimbingan dari guru BK, saya memilih beristirahat sejenak terlebih dahulu dan menggunakan HP dalam waktu yang terbatas agar tidak mengganggu fokus belajar maupun membuat waktu belajar menjadi berkurang.

Peneliti: Ceritakan bagaimana Anda mengendalikan diri agar tidak menggunakan media sosial pada waktu yang tidak tepat.

Informan 1: Saya membatasi penggunaan HP saat jam belajar dengan cara mematikan notifikasi agar tidak mudah terganggu dan tetap fokus pada kegiatan belajar. Langkah tersebut saya lakukan sesuai arahan dari guru BK sebagai upaya untuk mengurangi distraksi selama proses belajar. Dengan cara itu, saya menjadi lebih mampu mengatur penggunaan HP dan memprioritaskan waktu belajar dengan lebih baik.

Informan 2: Saya membuat jadwal dalam penggunaan media sosial, sehingga saya hanya membukanya pada waktu luang setelah semua tugas dan kewajiban belajar selesai dikerjakan. Dengan cara ini, saya berusaha mengatur waktu dengan lebih baik agar penggunaan media sosial tidak mengganggu kegiatan belajar maupun tanggung jawab saya sebagai siswa.

Informan 3: Saya menaruh HP agak jauh saat sedang belajar agar tidak tergoda untuk membuka media sosial. Cara ini saya lakukan sesuai dengan saran dari guru BK sebagai upaya untuk mengurangi distraksi selama proses belajar. Dengan begitu, saya bisa lebih fokus dalam mengerjakan tugas dan mengikuti pembelajaran tanpa terganggu oleh penggunaan HP.

Informan 4: Sekarang saya lebih mendahulukan tugas dan kegiatan belajar terlebih dahulu sebelum menggunakan media sosial. Setelah semua kewajiban selesai, barulah saya menggunakan media sosial secukupnya sebagai bentuk hiburan. Dengan cara ini, saya berusaha mengatur waktu dengan lebih baik agar tidak mengganggu proses belajar dan tanggung jawab di sekolah.

Informan 5: Saya mengurangi penggunaan media sosial dengan cara mengisi waktu luang menggunakan kegiatan lain yang lebih bermanfaat, sehingga tidak terus-menerus membuka HP. Langkah ini saya lakukan sesuai dengan bimbingan dari guru BK agar penggunaan media sosial dapat lebih terkontrol dan tidak mengganggu kegiatan belajar maupun aktivitas sehari-hari.

Peneliti: Ceritakan sejauh mana Anda mematuhi aturan sekolah terkait penggunaan ponsel?

Informan 1: Saya cukup mematuhi aturan yang ada di sekolah, terutama dalam penggunaan HP. Saya hanya menggunakan HP pada saat-saat yang diperbolehkan oleh guru, dan tidak menggunakannya ketika proses pembelajaran berlangsung tanpa izin. Dengan cara ini, saya berusaha menjaga kedisiplinan serta tidak mengganggu kegiatan belajar di kelas.

Informan 2: Saya berusaha untuk tetap patuh terhadap aturan yang ada, meskipun kadang masih merasa tergoda untuk membuka HP saat belajar. Namun, sekarang saya sudah lebih mampu mengontrol diri dibandingkan sebelumnya. Saya berusaha membatasi penggunaan HP agar tidak mengganggu kegiatan belajar dan lebih fokus pada pembelajaran di kelas.

Informan 3: Saya mengikuti aturan sekolah dengan tidak menggunakan HP saat jam pelajaran berlangsung. Hal ini saya lakukan agar dapat lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran dan tidak mengganggu proses belajar di kelas. Dengan mematuhi aturan tersebut, saya berusaha menjadi lebih disiplin dan bertanggung jawab sebagai siswa.

Informan 4: Saya cukup disiplin dalam mematuhi aturan yang ada di sekolah, khususnya terkait penggunaan HP. Saya hanya menggunakan HP pada saat diizinkan oleh guru dan tidak menggunakannya ketika pembelajaran sedang berlangsung tanpa izin. Dengan cara ini, saya berusaha menjaga fokus belajar serta tetap mengikuti aturan yang telah ditetapkan di kelas.

Informan 5: Saya mematuhi aturan yang berlaku di sekolah dengan membatasi penggunaan HP sesuai arahan guru dan tata tertib yang telah ditetapkan. Saya hanya menggunakan HP pada waktu yang diperbolehkan, sehingga tidak mengganggu proses pembelajaran di kelas. Dengan cara ini, saya berusaha untuk tetap disiplin serta menjaga fokus dalam mengikuti kegiatan belajar.

Peneliti: Ceritakan untuk tujuan apa saja Anda menggunakan media sosial, dan bagaimana Anda membedakan penggunaan yang bermanfaat dan tidak?

Informan 1: Saya menggunakan media sosial untuk mencari informasi dan hiburan, seperti melihat berita, menonton video, serta bermain game. Namun, saya tetap berusaha mengatur waktu penggunaannya agar tidak berlebihan dan tidak mengganggu kegiatan belajar maupun tanggung jawab saya di sekolah.

Informan 2: Biasanya dia menggunakan media sosial untuk berkomunikasi dengan teman-temannya serta berbagi informasi. Selain itu, media sosial juga

digunakan sebagai sarana hiburan di waktu luang. Penggunaan tersebut masih dalam batas yang wajar dan tidak mengganggu kegiatan belajar di sekolah.

Informan 3: Saya menggunakan media sosial untuk membantu kegiatan belajar, seperti mencari materi pelajaran atau referensi tambahan yang berkaitan dengan tugas sekolah. Selain itu, saya juga menggunakan media sosial sebagai sarana hiburan di waktu luang. Dengan demikian, penggunaannya tetap saya usahakan seimbang agar tidak mengganggu kegiatan belajar utama di sekolah.

Informan 4: Untuk mengisi waktu luang, saya biasanya menggunakan media sosial dengan melakukan scrolling dan melihat berbagai konten yang menarik. Selain itu, saya juga memanfaatkannya untuk mencari informasi yang dibutuhkan, baik yang berkaitan dengan pelajaran maupun hal-hal umum lainnya. Namun, saya tetap berusaha membatasi waktu penggunaannya agar tidak berlebihan dan tidak mengganggu kegiatan belajar.

Informan 5: Saya menggunakan media sosial untuk belajar, komunikasi, dan hiburan. Namun, saat ini penggunaannya sudah lebih dibatasi sesuai dengan arahan dari guru BK. Saya berusaha mengatur waktu dengan lebih baik agar penggunaan media sosial tidak mengganggu kegiatan belajar dan tetap seimbang dengan tanggung jawab saya sebagai siswa.

Peneliti: Menurut Anda, apakah media sosial lebih banyak membantu atau mengganggu kegiatan belajar? Mengapa?

Informan 1: Menurut saya, media sosial dapat membantu karena bisa digunakan untuk mencari materi pelajaran dan menambah informasi yang dibutuhkan dalam belajar. Namun, di sisi lain juga dapat mengganggu jika digunakan secara

berlebihan, terutama ketika bermain game atau scrolling terlalu lama sehingga membuat saya lupa waktu dan mengurangi fokus belajar. Oleh karena itu, perlu adanya pengaturan waktu yang baik agar penggunaan media sosial tetap bermanfaat dan tidak berdampak negatif terhadap kegiatan belajar.

Informan 2: Lebih sering mengganggu, karena saya jadi sering menunda kegiatan belajar ketika menggunakan media sosial. Akibatnya, waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar menjadi berkurang dan pekerjaan sekolah tidak segera diselesaikan. Oleh karena itu, saya perlu lebih mengontrol penggunaan media sosial agar tidak mengganggu kewajiban belajar saya.

Informan 3: Membantu jika digunakan dengan baik, misalnya untuk mencari informasi yang berkaitan dengan pelajaran atau menambah wawasan. Dengan pemanfaatan yang tepat, media sosial dapat menjadi sarana pendukung dalam proses belajar. Namun, penggunaannya tetap perlu dibatasi agar tidak mengganggu fokus dan kegiatan belajar utama.

Informan 4: Kadang media sosial membantu, terutama ketika digunakan untuk mencari informasi atau bahan pelajaran. Namun, lebih sering justru mengganggu karena membuat saya lupa waktu dan sulit mengontrol penggunaan. Hal ini terkadang berdampak pada berkurangnya waktu belajar serta menunda penyelesaian tugas, sehingga perlu adanya pengaturan penggunaan yang lebih baik.

Informan 5: Menurut saya, dampak media sosial tergantung pada cara penggunaannya. Media sosial bisa membantu dalam proses belajar, misalnya untuk mencari informasi atau materi pelajaran yang dibutuhkan. Namun, di sisi

lain juga dapat mengganggu jika tidak dibatasi dengan baik, karena dapat membuat pengguna kehilangan fokus dan menghabiskan waktu terlalu lama sehingga mengurangi waktu belajar.

Peneliti: Bagaimana sikap Anda ketika menemukan konten atau komentar di media sosial yang memicu emosi, dan apa yang biasanya Anda lakukan setelahnya?

Informan 1: Kalau saya melihat konten di media sosial yang memicu emosi, biasanya saya berusaha menahan diri untuk tidak langsung merespons atau membalas. Saya memilih untuk tidak menanggapi secara spontan dan lebih baik mengabaikannya agar tidak menimbulkan masalah atau dampak negatif. Dengan cara ini, saya mencoba lebih bijak dalam menggunakan media sosial.

Informan 2: Saya sempat merasa kesal ketika melihat atau membaca konten di media sosial yang memancing emosi. Namun, saat ini saya lebih memilih untuk diam dan tidak ikut berkomentar agar tidak memperbesar masalah atau menimbulkan dampak negatif. Dengan cara tersebut, saya berusaha lebih bijak dan mampu mengontrol diri dalam menggunakan media sosial.

Informan 3: Saya mencoba untuk berpikir terlebih dahulu sebelum merespon suatu hal di media sosial. Biasanya saya memilih untuk tidak langsung membalas dan lebih fokus pada hal lain agar tidak terjebak dalam emosi sesaat. Dengan cara ini, saya berusaha menjaga sikap agar tetap tenang dan tidak memperbesar masalah yang ada di media sosial.

Informan 4: Ketika merasa emosi, saya biasanya memilih untuk berhenti sementara dari penggunaan media sosial agar dapat menenangkan diri terlebih

dahulu. Dengan cara ini, saya berusaha menghindari reaksi yang tergesa-gesa dan memberikan waktu bagi diri saya untuk berpikir lebih jernih sebelum kembali menggunakan media sosial.

Informan 5: Saya memilih untuk tidak ikut terlibat dan membatasi penggunaan media sosial agar tidak mudah terbawa emosi. Langkah ini saya lakukan sesuai dengan arahan dari guru BK sebagai upaya untuk menjaga pengendalian diri dan menghindari dampak negatif dari penggunaan media sosial. Dengan cara tersebut, saya berusaha lebih tenang dan bijak dalam merespons berbagai situasi di media sosial.

Peneliti: Ceritakan apakah pengalaman di media sosial pernah memengaruhi suasana hati Anda di sekolah? Jelaskan.

Informan 1: Iya, pernah. Saat saya terlalu sering melihat media sosial sebelum berangkat ke sekolah, saya jadi sering kepikiran hal-hal yang ada di media sosial sehingga kurang fokus ketika mengikuti pembelajaran di kelas. Kondisi tersebut membuat konsentrasi belajar menjadi terganggu dan waktu belajar kurang optimal. Namun, saya berusaha memperbaikinya dengan membatasi penggunaan media sosial sebelum sekolah agar bisa lebih fokus dalam kegiatan belajar.

Informan 2: Pernah. Ketika saya melihat konten di media sosial yang memancing emosi, hal tersebut terkadang membuat suasana hati menjadi kurang baik sehingga memengaruhi fokus saya saat di kelas. Kondisi ini pernah berdampak pada menurunnya konsentrasi dalam mengikuti pembelajaran. Namun, saat ini saya berusaha lebih disiplin dalam menggunakan media sosial dengan mengikuti

waktu penggunaan yang dianjurkan oleh guru BK, sehingga saya dapat lebih menjaga emosi dan tetap fokus dalam kegiatan belajar di sekolah.

Informan 3: Iya, pengalaman menggunakan media sosial pernah mempengaruhi suasana hati saya di sekolah, sehingga kadang membuat saya kurang fokus dalam mengikuti pelajaran. Dari situ, saya belajar untuk lebih mengontrol diri agar tidak terlalu terbawa perasaan dari apa yang saya lihat di media sosial. Saat ini saya berusaha lebih bijak dalam menggunakan media sosial dengan tidak terlalu larut dalam konten yang dapat memengaruhi emosi, sehingga saya bisa lebih menjaga suasana hati dan tetap fokus di sekolah.

Informan 4: Kadang-kadang. Ketika ada masalah atau hal yang kurang menyenangkan di media sosial, saya menjadi kurang bersemangat saat berada di sekolah dan hal tersebut dapat memengaruhi fokus belajar saya. Namun, setelah mendapatkan bimbingan dari guru BK, saya mulai berusaha mengurangi penggunaan media sosial agar tidak mengganggu kegiatan belajar di sekolah. Dengan demikian, saya dapat lebih menjaga semangat dan konsentrasi dalam mengikuti pembelajaran

Informan 5: Pernah. Media sosial terkadang dapat mempengaruhi perasaan saya, seperti merasa sedih atau kesal ketika melihat atau membaca sesuatu yang kurang menyenangkan. Namun, saat ini saya berusaha lebih disiplin dalam menggunakannya dan tidak terlalu memikirkan hal-hal tersebut ketika berada di sekolah. Dengan cara ini, saya mencoba menjaga fokus dan emosi agar tidak mengganggu kegiatan belajar di kelas.

Peneliti: Ceritakan apa yang anda lakukan terkait penggunaan media sosial ketika berada di lingkungan sekolah?

Informan 1: Awalnya saya sering membuka media sosial saat pelajaran berlangsung, bahkan kadang tanpa saya sadari waktu belajar jadi terbuang. Namun setelah mendapatkan arahan dari guru BK mengenai pentingnya disiplin dan fokus saat di kelas, saya mulai memahami dampak dari kebiasaan tersebut. Sekarang saya berusaha membatasi penggunaan media sosial dan hanya membukanya pada waktu yang diperbolehkan saja, sehingga lebih bisa fokus mengikuti Pelajaran.

Informan 2: Dulu saya sering bermain HP di kelas, bahkan saat guru sedang menjelaskan materi, sehingga saya kurang fokus dalam pembelajaran. Namun setelah mendapatkan bimbingan dan arahan, saya mulai menyadari pentingnya bersikap disiplin saat di kelas. Sekarang saya lebih bisa mengontrol diri dan hanya menggunakan media sosial pada waktu istirahat, sehingga lebih fokus mengikuti pelajaran di kelas.

Informan 3: Sebelumnya saya cukup sering membuka media sosial di sekolah tanpa memperhatikan waktu, sehingga kadang mengganggu konsentrasi belajar. Namun setelah mendapatkan arahan dari guru BK, saya mulai menyadari pentingnya mengatur penggunaan media sosial. Saat ini saya berusaha mengurangnya dan lebih fokus pada pelajaran, sehingga waktu di sekolah bisa dimanfaatkan dengan lebih baik.

Informan 4: Awalnya saya tidak terlalu mematuhi aturan penggunaan HP di sekolah, sehingga sering membuka media sosial di waktu yang tidak tepat.

Namun setelah mendapatkan arahan dan pengalaman sebelumnya, saya mulai menyadari pentingnya disiplin. Sekarang saya sudah mulai berubah dengan lebih jarang membuka media sosial dan berusaha mengikuti aturan yang ada di sekolah, terutama saat proses pembelajaran berlangsung.

Informan 5: Dulu saya sering menggunakan media sosial saat di sekolah, meskipun tidak diizinkan. Setelah mendapat bimbingan, saya mulai mengontrol diri dan membatasi penggunaannya agar tidak mengganggu belajar.

Peneliti: Bagaimana cara anda tetap fokus belajar meskipun memiliki akses ke media sosial?

Informan 1: Saya mematikan notifikasi media sosial saat belajar supaya tidak terganggu dan bisa lebih fokus dalam mengikuti pelajaran. Dengan begitu, saya lebih mudah berkonsentrasi dan tidak terdistraksi oleh pesan atau update dari media sosial selama jam belajar berlangsung.

Informan 2: Saya biasanya menjauhkan HP saat belajar agar bisa lebih fokus mengerjakan tugas dan tidak mudah terganggu oleh media sosial. Dengan cara tersebut, saya berusaha menciptakan suasana belajar yang lebih tenang dan kondusif. Selain itu, saya juga tidak mudah terdistraksi oleh notifikasi atau pesan yang masuk. Hal ini membantu saya untuk lebih cepat menyelesaikan tugas sekolah dengan baik dan tepat waktu. Saya juga merasa lebih mudah memahami materi pelajaran karena benar-benar berkonsentrasi saat belajar.

Informan 3: Saya mengatur waktu dengan baik, yaitu belajar terlebih dahulu sebelum membuka media sosial setelah semua tugas atau belajar selesai. Dengan cara ini, saya berusaha untuk lebih disiplin dalam menggunakan waktu agar tidak

mengganggu kegiatan belajar. Selain itu, saya juga menjadi lebih fokus saat mengerjakan tugas karena tidak terbagi perhatiannya dengan media sosial. Setelah semua kewajiban belajar selesai, barulah saya memberikan waktu untuk membuka media sosial sebagai bentuk istirahat dan hiburan.

Informan 4: Saya mencoba membatasi penggunaan media sosial dengan membuat jadwal belajar yang lebih teratur. Dengan adanya jadwal tersebut, saya bisa mengetahui kapan waktu untuk belajar dan kapan waktu untuk beristirahat atau menggunakan media sosial. Hal ini membantu saya agar tidak terlalu sering membuka media sosial di waktu yang tidak tepat. Selain itu, saya juga menjadi lebih disiplin dalam mengatur waktu sehingga kegiatan belajar tidak terganggu dan tugas-tugas sekolah dapat terselesaikan dengan lebih baik.

Informan 5: Saya juga mengatur waktu dengan lebih baik, yaitu belajar terlebih dahulu dan menyelesaikan semua tugas sebelum membuka media sosial. Dengan cara ini, saya berusaha untuk lebih disiplin dalam memanfaatkan waktu agar kegiatan belajar tidak terganggu. Selain itu, saya menjadi lebih fokus saat belajar karena tidak memikirkan media sosial terlebih dahulu. Setelah semua kewajiban selesai, barulah saya menggunakan media sosial sebagai bentuk hiburan atau istirahat.

B. Transkrip Wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling

Peneliti: Bagaimana cara guru BK mengidentifikasi kebutuhan siswa terkait permasalahan kedisiplinan dalam bermedia sosial?

Informan : Dalam mengidentifikasi kebutuhan siswa terkait kedisiplinan bermedia sosial, saya menggunakan asesmen yang komprehensif melalui

observasi, wawancara, serta kerja sama dengan guru lain. Data tersebut kemudian dianalisis untuk mengetahui bentuk permasalahan utama siswa, sehingga layanan BK yang diberikan benar-benar tepat sasaran dan mampu membentuk kedisiplinan siswa dalam bermedia sosial.

Peneliti: Hambatan apa saja dalam melaksanakan strategi kedisiplinan media sosial?

Informan : Hambatan dalam melaksanakan strategi kedisiplinan bermedia sosial terutama berasal dari faktor internal siswa seperti kesadaran dan kontrol diri serta faktor eksternal (keluarga, teman sebaya, dan perkembangan teknologi). Oleh karena itu, diperlukan kerja sama antara sekolah, orang tua, dan siswa agar strategi yang diterapkan dapat berjalan secara efektif.

Peneliti: Apakah terdapat program khusus BK yang di rancang untuk menangani masalah?

Informan: Ya, sebenarnya ada program khusus untuk menangani masalah media sosial. Biasanya kami laksanakan melalui beberapa layanan BK, seperti layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu, dan juga konferensi kasus. Semua itu kami susun berdasarkan kebutuhan siswa. Jadi, dari layanan-layanan tersebut, kami arahkan supaya siswa bisa lebih disiplin dalam menggunakan media sosial.

Peneliti: Media apa saja yang digunakan guru BK untuk menyampaikan informasi tentang disiplin bermedia sosial kepada siswa?

Informan: Untuk menyampaikan informasi tentang disiplin bermedia sosial, kami menggunakan beberapa media. Biasanya kami menyampaikan secara

langsung melalui layanan informasi di kelas atau saat bimbingan kelompok. Selain itu, kami juga menggunakan media seperti slide PowerPoint agar siswa lebih mudah memahami materi.

Peneliti: Bagaimana respon siswa terhadap informasi yang diberikan oleh guru BK?

Informan: Respon siswa terhadap informasi yang kami berikan cukup beragam. Sebagian siswa terlihat antusias dan mulai memahami pentingnya disiplin dalam bermedia sosial, apalagi kalau penyampaianya menggunakan media yang menarik seperti video atau diskusi kelompok. Namun, ada juga beberapa siswa yang masih kurang serius atau menganggap hal tersebut sebagai hal biasa, sehingga perlu diberikan pendekatan yang lebih intensif. Biasanya, setelah diberikan layanan secara berulang dan disertai contoh yang nyata, siswa mulai menunjukkan perubahan, seperti lebih bisa mengatur waktu penggunaan HP dan lebih fokus saat belajar.

Peneliti: Layanan apa yang diberikan untuk meningkatkan kesadaran siswa terhadap dampak media sosial?

Informan: Untuk layanan yang diberikan, biasanya kami memberikan layanan informasi, bimbingan kelompok, konferensi kasus, serta konseling individual. Layanan-layanan tersebut dilakukan sesuai dengan kebutuhan siswa, terutama yang berkaitan dengan kedisiplinan dan penggunaan media sosial di sekolah. Melalui berbagai layanan ini, guru BK berupaya membantu siswa agar lebih memahami aturan, mampu mengendalikan diri, serta menunjukkan perilaku yang lebih baik dalam kegiatan belajar di kelas.

Peneliti: Bagaimana pelaksanaan layanan peminatan dan perencanaan individual dalam membantu siswa mengatur penggunaan media sosial?

Informan: Kami membantu siswa mengenali minat dan tujuan belajarnya, lalu membimbing mereka menyusun perencanaan kegiatan termasuk mengatur penggunaan media sosial. Melalui konseling individual, siswa diarahkan untuk mengelola waktu, menentukan prioritas, dan memanfaatkan media sosial secara positif agar lebih disiplin.

Peneliti: Bagaimana langkah guru BK dalam menangani siswa yang melanggar disiplin bermedia sosial?

Informan: Biasanya kami menangani secara bertahap. Pertama, kami identifikasi pelanggarannya, lalu siswa dipanggil untuk diberikan pembinaan. Jika masih mengulang, kami lakukan konseling individu. Kami juga bekerja sama dengan wali kelas dan orang tua agar pengawasan lebih maksimal.

Peneliti: Bagaimana tindak lanjut yang dilakukan setelah layanan konseling diberikan?

Informan: Setelah layanan konseling diberikan, kami biasanya melakukan pemantauan terhadap perubahan perilaku siswa. Kami juga berkoordinasi dengan wali kelas untuk melihat perkembangan siswa di sekolah. Jika masih ada kendala, kami lakukan konseling lanjutan atau pendampingan agar perubahan yang diharapkan bisa tercapai.

Peneliti: Bagaimana bentuk dukungan sekolah terhadap program BK dalam membentuk disiplin bermedia sosial siswa?

Informan: Dukungan sekolah cukup baik, antara lain dengan adanya kebijakan terkait penggunaan HP di sekolah yang membantu siswa lebih disiplin dalam pembelajaran. Selain itu, sekolah juga menyediakan waktu khusus untuk pelaksanaan layanan BK, sehingga guru BK dapat memberikan bimbingan secara optimal kepada siswa. Tidak hanya itu, pihak sekolah juga menjalin kerja sama dengan guru mata pelajaran dan wali kelas dalam mengawasi perkembangan siswa di kelas. Sekolah juga mendukung berbagai kegiatan BK yang diberikan kepada siswa sebagai upaya pembinaan dan pengembangan perilaku yang lebih baik.

Peneliti: Bagaimana bentuk kerja sama guru BK dengan wali kelas dalam menangani masalah media sosial siswa?

Informan: Kerja sama dengan wali kelas itu sangat penting. Biasanya kami saling bertukar informasi tentang siswa yang mulai menunjukkan tanda-tanda kecanduan media sosial, seperti sering tidak fokus di kelas atau menunda tugas. Kalau sudah ada laporan dari wali kelas, kami tindak lanjuti dengan pemanggilan siswa, konseling, dan kerja sama dengan orang tua. Kami juga sering diskusi bersama untuk menentukan langkah pembinaan yang tepat.

Lampiran 6 Surat Keterangan Telah Wawancara

SURAT KETERANGAN TELAH WAWANCARA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

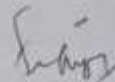
Nama : Tina Musyofah, M.Pd
Jabatan : Guru Bimbingan Konseling MAN Rejang Lebong
Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :
Nama : Anggun Hanis Tiana
Nim : 22641005
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah

Telah melakukan wawancara dalam rangka menyusun skripsi yang berjudul "Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Membentuk Kedisiplinan Bermedia Sosial Siswa di MAN Rejang Lebong".

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Curup, 2026

Mengetahui Guru BK



Tina Musyofah, M. Pd

NIP. 198702022009012004

Lampiran 7 Surat Selesai Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN REJANG LEBONG
MADRASAH ALIYAH NEGERI REJANG LEBONG
Jl. Letjend. Suprpto No. 81 Telp. (0732) 21280-21281 Cunup
Email : man_cunup @ yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor : 560 /Ma.07.03/KP.01.2/06/2026

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **H. Yusrijal, M. Pd.**
NIP : 196904181990031003
Jabatan : Kepala MAN Rejang Lebong

Menerangkan bahwa :

Nama : Anggun Hanis Tiana
NPM : 22641005
Program Studi : Tarbiyah / Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Penelitian : Strategi layanan Bimbingan dan konseling dalam membentuk kedisiplinan Bermedia Sosial siswa di MAN Rejang Lebong

Benar-benar telah mengadakan penelitian di MAN Rejang Lebong. Demikian surat keterangan selesai penelitian ini dibuat dengan sebenarnya dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami mengucapkan terima kasih.



Rejang Lebong, 12 Juni 2026

Yusrijal, M.Pd

Lampiran 8 Layanan Guru BK



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN REJANG LEBONG
MADRASAH ALIYAH NEGERI REJANG LEBONG
 Jalan Letjend. Soeprapto no.81 Telp (0732) 21281
 Email : man_curup@yahoo.co.id

RPL INSPIRATIF BIMBINGAN KLASIKAL

IDENTITAS			
Kelas / Semester	Kelas XI G, H, I/Ganjil - 2025/2026	Bidang	Sosial
Topik / Tema	Bijak Bermedia Sosial di Era Digital	Waktu Layanan	2 X Pertemuan 40 Menit
Aspek Perkembangan	Landasan Hidup Religius		
Capaian Layanan	Mengontrol waktu penggunaan media sosial agar tidak mengganggu belajar.		
Fase	F		
Materi Layanan	Mengikatkan kualitas ibadah pada Tuhan YME		
LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN			
Model Layanan	Langkah-langkah kegiatan:		
Contextual Teaching and Learning	Tahap Awal		
Metode Layanan	1. Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menyapa peserta didik dengankalimat yang membuat bersemangat		
	2. Pada tahap ini juga diikuti dengan proses ice breaking/ games sederhana		
	3. Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menyampaikan tentang tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai		
	4. Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menjelaskan langkah-langkahkegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik		
	5. Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan penjelasan tentang topikyang akan dibicarakan		
	6. Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan dan memulai ketahap inti		
Alat	Tahap Proses		
	1. Membentuk kelompok yang anggotanya maksimal 4 orang secara heterogen(campuran menurut prestasi, jenis kelamin, suku, dll)		
	2. Guru menyajikan materi layanan		
	3. Guru memberi tugas kepada kelompok untuk dikerjakan oleh anggota-anggotakelompok lalu diberikan kuis		
	4. peserta didik yang sudah mengerti membantu menjelaskan pada anggota lainnya sampai semua anggota dalam kelompok itu mengerti		
	5. peserta didik menjawab kuis tanpa mendapat bantuan		
Media	Tahap Penutupan		
	1. Peserta didik secara acak diberikan kesempatan menyimpulkan hasil kegiatan		
	2. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kesannya mengenaikegiatan klasikal yang dilakukan secara lisan		
	3. Guru BK memberi ulasan secara garis besar mengenai topik yang dibahas dan menyebutkan kegiatan mendatang		
	4. Guru BK mengajak peserta didik bersyukur dan berdoa serta mengakhiri kegiatandengan mengucapkan salam		
	PENILAIAN		
Penilaian Proses	1. Menanyakan manfaat yang diperoleh peserta didik setelah kegiatan 2. Menanyakan perubahan kondisi emosi peserta didik setelah mengikuti kegiatan pembelajaran 3. Menanyakan ketepatan media digunakan dalam layanan kepada peserta didik 4. Menanyakan ketepatan metode yang digunakan dalam layanan kepada pesertadidik		

Penilaian Hasil	Memberikan asesmen diakhir pertemuan dan membandingkan asesmen diawal pertemuan apakah terjadi penurunan gejala masalah atau peningkatan capaian tugasperkembangan setelah layanan dilakukan
------------------------	--

Mengetahui,
Kepala Madrasah

Rejang Lebong, 01 Januari 2026
Guru Bimbingan Konseling

H.Yusrijal, M. Pd
NIP.196904181990031003

Tina Musyofah, M. Pd
NIP. 198702022009012004

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
KONSELING INDIVIDUAL



OLEH: TINA MUSYOFAH, S.Pd.I
NIM. 2520513

PPG GURU TERTENTU BK TAHAP II
KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
TAHUN 2025

PENGANTAR RPL

1. UMUM

Nama penyusun : Tina Musyofah, S.Pd.I
NIM : 2520513
Satuan Pendidikan : MAN Rejang Lebong
Tahun Penyusunan : 2025
Komponen Layanan : Layanan Responsif
Strategi Layanan : Konseling Individual

2. INFORMASI RASIONAL

Pelaksanaan layanan konseling individual ***teknik rational emotive behavior therapy (REBT)***, yakni pendekatan konseling yang berfokus pada keyakinan irasional yang dianggap sebagai penyebab utama masalah emosional. Dalam hal ini REBT membantu individu mengubah pikiran irasional (tidak mungkin) menjadi rasional (mungkin) untuk mencapai tujuan. Untuk mendukung keberhasilan teknik REBT tersebut dalam konseling individual ini juga menerapkan ***pendekatan kognitif***.

Pendekatan kognitif berorientasi membantu klien untuk menentang pikiran- pikiran negatif atau tidak akurat, kemudian menggantinya dengan pemikiran yang lebih realistis dan positif, sehingga dalam menyelesaikan masalahnya pendekatan kognitif membantu klien mengembangkan keterampilan untuk mengatasi masalah yang dihadapi dengan cara berpikir yang positif dan realistis..

Penentuan teknik Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dan pendekatan kognitif didasarkan pada permasalahan yang dihadapi oleh (KI), yaitu kecenderungan penggunaan media sosial secara berlebihan yang berdampak pada menurunnya konsentrasi belajar, motivasi, serta kedisiplinan akademik. Berdasarkan hasil konseling, (KI) mengungkapkan bahwa ia sering sulit mengontrol penggunaan media sosial sehingga muncul

pikiran irasional bahwa ia “harus selalu membuka media sosial” dan merasa tidak mampu fokus belajar tanpa mengaksesnya.

Melalui penerapan teknik REBT dan pendekatan kognitif ini, (KI) diharapkan mampu secara bertahap mengubah pola pikir irasional tersebut menjadi lebih rasional, yaitu bahwa penggunaan media sosial dapat dikontrol dan tidak mengganggu proses belajar apabila diatur dengan baik. Selain itu, (KI) juga diarahkan untuk membangun keyakinan positif bahwa ia tetap dapat berprestasi dan mencapai tujuan akademik meskipun harus membatasi penggunaan media sosial. Dengan demikian, (KI) diharapkan mampu meningkatkan pengendalian diri, kedisiplinan belajar, serta penggunaan media sosial yang lebih bijak dan terarah.

Adapun asesmen yang digunakan pada layanan konseling individual ini adalah hasil observasi yang bersumber dari cerita teman sekelas (KI), laporan guru mata pelajaran, serta kesaksian wali kelas, dan juga pengakuan langsung (KI) kepada guru BK bahwa (KI) mengalami penurunan konsentrasi dan semangat belajar akibat penggunaan media sosial yang berlebihan. (KI) sering menghabiskan waktu untuk mengakses media sosial sehingga berdampak pada keterlambatan mengerjakan tugas, kurang fokus saat pembelajaran, serta menurunnya motivasi belajar di kelas.

a	Data konseli (nama menggunakan kode siswa asuh)		
	Nama (KI) kode siswa asuh	:	EG
	Jenis kelamin	:	Perempuan
	Kelas	:	XII H
	Agama	:	Islam
b	Hari/ tanggal	:	Senin/25 November 2025
c	Pertemuan ke	:	Satu
d	Waktu	:	45 menit
e	Tempat	:	Ruang Konseling
f	Komponen layanan	:	Layanan Responsif
g	Bidang bimbingan	:	Sosial
h	Fungsi layanan	:	Pengentasan
i	Teknik yang digunakan	:	Rational Emotive Behavior Therapy
j	Topik permasalahan	:	Kecanduan media sosial mengganggu konsentrasi belajar
k	Media	:	Ruang konseling, kursi dan meja
l	Diskripsi masalah	:	
m	Gejala masalah	:	1. Informasi dari wali kelas menyebutkan (KI) sering menggunakan HP untuk membuka media sosial saat pembelajaran berlangsung. 2. Informasi teman sekelas menyebutkan (KI) sering terlambat mengumpulkan tugas karena terlalu lama bermain media sosial. 3. Guru mata pelajaran menyatakan bahwa akhir-akhir ini (KI) kurang fokus dan mudah terdistraksi saat pembelajaran berlangsung.

n	Latar belakang	:	(KI) merupakan peserta didik kelas XII H yang dikenal sopan dan cukup pintar, namun memiliki kebiasaan menggunakan media sosial secara berlebihan. Di rumah, (KI) sering menghabiskan waktu dengan HP karena kurang pengawasan orang tua yang bekerja. Hal ini membuat (KI) lebih sering mengakses media sosial hingga larut waktu, sehingga berdampak pada menurunnya konsentrasi belajar di sekolah.
o	Pendekatan konseling	:	Kognitif
p	Tujuan umum	:	(KI) mampu merubah pikiran irasional terkait ketergantungan media sosial dan mulai mengontrol penggunaannya agar tidak mengganggu proses belajar.
q	Tujuan khusus	:	1. (KI) mampu memahami dampak negatif penggunaan media sosial yang berlebihan terhadap prestasi belajar. 2. (KI) mampu mengubah pola pikir bahwa media sosial harus selalu diakses menjadi penggunaan yang lebih terkontrol dan bijak. 3. (KI) mampu meningkatkan disiplin belajar dengan membatasi penggunaan media sosial pada waktu yang tepat.

r	Referensi	:	- Buku Ajar Modul 1 PPG Kemenag 2025, Asesmem dan Layanan Konseling. - http://kip-kuliah.kemendiktisaintek.go.id - Nadiratul Amirah dkk.2025.Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam konseling kelompok:menantang keyakinan irasional.Jurnal penelitian ilmu-ilmu social volume 02 Nomor 11, June 2025.
s	Tahapan konseling	:	
	Pembukaan	:	1. (KO) menyambut (KI) dengan teknik attending dalam bentuk mengucapkan salam, lalu (KI) menjawab salam. 2. (KO) menerangkan apa itu kegiatan konseling individual, asaz, fungsi dan tujuanya, (KI) merespon dengan jawaban “ia” sebagai tanda memahami apa yg sudah dijelaskan oleh (KO) 3.(KO) meyakinkan (KI) apakah mau bertanya tentang konseling individual yang sudah dijelaskan oleh (KO), dan (KI) merespon ‘tidak bu, saya sudah paham”

	Transisi	:	1.(KO) menanyakan kembali apakah (KI) sudah siap mengikuti semua kegiatan yang akan dilakukan dalam konseling individual sesuai dengan yang sudah (KO) jelaskan tadi. (KI) merespon dengan langsung menjawab ‘saya sudah siap bu’ 2.(KO) memberikan motivasi dan empati kepada (KI) bahwa semua orang berhak sukses termasuk (KI), dan semua masalah pasti ada solusinya asal (KI) mau berusaha. maka dengan semringah (KI) merespon dengan jawaban”masa bu, alhamdulillah, terima kasih ya bu”.
	Inti	:	1. (KO) menggali informasi tentang kebiasaan penggunaan media sosial (KI)? 2. (KI) menjelaskan bahwa ia sering menggunakan media sosial untuk hiburan dan terkadang lupa waktu belajar. 3. (KO) merefleksikan bahwa kebiasaan tersebut mulai mengganggu fokus belajar (KI). (KI) membenarkan. 4. (KO) mengajak (KI) berpikir logis tentang dampak penggunaan media sosial berlebihan terhadap prestasi

			belajar dan masa depan. 5. (KO) memberikan dorongan agar (KI) mulai membatasi penggunaan media sosial dan membuat jadwal belajar. 6. (KI) mulai menyadari kesalahannya dan menyatakan ingin mengurangi penggunaan media sosial. 7. (KO) menanyakan perubahan perasaan (KI), dan (KI) menyatakan lebih sadar dan ingin memperbaiki kebiasaan belajar. 8. (KO) mengarahkan (KI) membuat rencana pembatasan penggunaan media sosial (misalnya hanya setelah belajar selesai).
	Penutup	:	1.(KO) menanyakan bagaimana perasaan (KI) selama kegiatan konseling individual dan (KI) menjawab kalau (KI) merasa senang karena merasa diperhatikan dan mendapat solusi dari masalahnya. 2.(KO) mengevaluasi hasil konseling individual dengan tehnik merangkum, sehingga (KI) juga bisa memberikan penilaian. 3.(KO) mengajak (KI) membuat kontrak waktu untuk bertemu pada konseling individual selanjutnya, guna

			mengevaluasi solusi yang sudah dipraktikkan oleh (KI). 4.(KO) menutup kegiatan konseling individual dengan bertanya kepada (KI) apakah masih ada yang ingin disampaikan dan mengingatkan kepada (KI) agar mempraktekan solusi yang didapat sesuai waktu yang sudah dipilih oleh (KI).
t	Evaluasi	:	
	Evaluasi proses	:	Melihat keterlibatan, respon, dan sikap (KI) selama proses konseling individual terkait penggunaan media sosial.
	Evaluasi hasil	:	1. (KO) menilai perubahan pemahaman (KI) tentang dampak media sosial. 2. (KO) mencatat hasil konseling dalam buku kasus BK. 3. (KO) melakukan evaluasi lanjutan pada pertemuan berikutnya untuk melihat perubahan perilaku (KI).
u	Tindak lanjut	:	(KO) merencanakan konseling lanjutan untuk memantau perkembangan (KI) dalam mengontrol penggunaan media sosial serta melihat konsistensi perubahan perilaku di sekolah maupun di rumah.

Mengetahui,
Kepala Madrasah

Rejang Lebong, November
2025

Guru Bimbingan Konseling

H.Yusrijal, M.Pd
NIP.196904181990031003

Tina Musyofah, S.Pd.I
NIP. 198702022009012004

Lampiran 9 Dokumentasi



(Pengantaran Surat Izin Penelitian)



(Siswa Rekomendasi Dari Guru BK)



(Wawancara Guru BK)



(Wawancara Siswa Man Rejang Lebong)



(Wawancara Siswa Man Rejang Lebong)



(Wawancara Siswa Man Rejang Lebong)



(Wawancara Siswa Man Rejang Lebong)



(Wawancara Siswa Man Rejang Lebong)



(Wawancara Wali Kelas)



(Wawancara Teman Kelas Informan)



(Wawancara Teman Kelas Informan)



(Wawancara Guru Mata Pelaja