

PENGARUH PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* (CBT) DALAM KONSELING KELOMPOK TERHADAP SISWA KECANDUAN APLIKASI *TIKTOK*

SKRIPSI



Barirotut Takiyah
NIM 195000036

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS PEDAGOGIK DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
2023**

PENGARUH PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* (CBT) DALAM KONSELING KELOMPOK TERHADAP SISWA KECANDUAN APLIKASI *TIKTOK*

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian
Persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Program Studi Bimbingan dan Konseling

Barirotut Takiyah
NIM 195000036

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

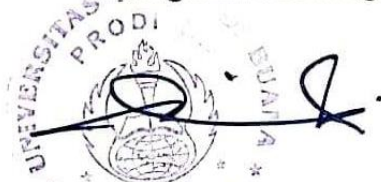
Skripsi : Barirotut Takiyah
NIM : 195000036
Judul Skripsi : Pengaruh Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Dalam Konseling Kelompok Terhadap Siswa Kecanduan Aplikasi *TikTok*

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Surabaya, 12 Januari 2023

Mengetahui,

**Kaprodi
Bimbingan dan Konseling**



Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si.
NIDN. 0728126701

Pembimbing,



Aniek Wirastania, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0702118301

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Barirotut Takiyah dengan judul Pengaruh Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Dalam Konseling Kelompok Terhadap Siswa Kecanduan Aplikasi *TikTok* telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 12 januari 2023.

Dewan Penguji:

1. Aniek Wirastania, S.Pd., M.Pd

Ketua



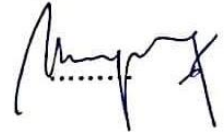
2. Dimas ardika M. F, S.Pd., M.Pd

Anggota



3. Dr. Moesarofah, M.Psi

Anggota



Mengesahkan,

Dekan FPP



Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes.

NIP. 19670209199203102

Mengetahui,

Ketua Program Studi,



Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si.

NIDN: 0728126701

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari Kamis 12 bulan Januari tahun 2023 telah dilaksanakan ujian skripsi dari:

Nama Mahasiswa : Barirotut Takiyah
NIM : 195000036
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul skripsi : Pengaruh Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Dalam Konseling Kelompok Terhadap Siswa Kecanduan Aplikasi TikTok

Penguji I



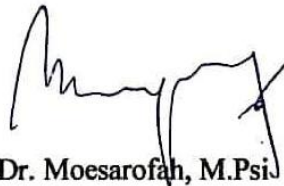
Aniek Wirastania, S.Pd., M.Pd
NIDN. 0702118301

Penguji II



Dimas ardika M. F, S.Pd., M.Pd
NIDN. 0701079003

Penguji III



Dr. Moesarofah, M.Psi
NIDN. 0721106803

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Barirotut Takiyah**
NIM : **195000036**
Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**
Fakultas : **Pedagogi dan psikologi**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 12 Januari 2023
Yang membuat pernyataan



Barirotut Takiyah

MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(Q.S Al-insyirah: 6)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'allamin, Puji dan syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat dan nikmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Dalam Konseling Kelompok Terhadap Siswa Kecanduan Aplikasi TikTok” untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) bagi mahasiswa program studi Fakultas Pedagogi dan Psikologi jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Terselesaikannya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, arahan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu, penulis mengucapkan banyak terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Kedua orang tua saya, ayah **Sholeh** dan ibu **Sugiarti** yang selalu mencurahkan do'a, dukungan, kasih sayang, pada saya. dan telah bekerja keras untuk anak-anaknya hingga saya dapat berada dititik ini. Saya bukanlah anak yang hebat tapi do'a kedua orang tua saya yang kuat. Begitu besar pengorbanan yang telah mereka lakukan untuk saya, semoga Allah SWT senantiasa memberi perlindungan dan meridhoi mereka didunia maupun diakhirat.
2. Ibu **Aniek Wirastania, S.Pd., M.Pd** selaku dosen pembimbing saya yang bersedia meluangkan waktunya untuk memberi bimbingan, dukungan dan arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Dekan Fakultas Pedagogi dan Psikologi **Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes** dan Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling **Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si** beserta seluruh dosen yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan.
4. Kepala sekolah MTs Raden Fatah Driyorejo **Moh. Jaelani S.HI., M.Pd** dan guru Bimbingan konseling **Munthoyyibah, SH** beserta staff guru yang membantu dan mendukung dalam proses

pengambilan data penelitian untuk menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

5. Sahabat saya **Nur Indah Jayanti** yang bersedia direpotkan dan senantiasa memberikan do'a dan dukungan, juga kepada teman-teman seperjuangan BK A1 Angkatan 2019.
6. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini, semoga kebaikan-kebaikan kalian dibalas oleh Allah SWT.
7. Diri sendiri yang telah berusaha dan tetap tenang dalam setiap keadaan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan baik dalam segi penggunaan bahasa, kalimat dan kemampuan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran untuk membangun agar skripsi ini lebih baik dan bermanfaat bagi orang lain.

Surabaya, 12 Januari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
MOTTO	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUANG LINGKUP DAN PEMBATASAN MASALAH	6
C. RUMUSAN MASALAH	7
D. TUJUAN PENELITIAN	7
E. VARIABEL PENELITIAN	7
F. MANFAAT PENELITIAN	8
BAB II LANDASAN TEORI	9
A. Kajian Pustaka	9
1. Pengertian Kecanduan	9

2.	Aplikasi TikTok.....	10
3.	Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pengguna Aplikasi TikTok.....	12
4.	Pengertian Konseling Kelompok.....	14
5.	Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT).....	15
6.	Langkah-langkah Penerapan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan CBT	23
B.	Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	26
C.	Kerangka Konseptual	28
D.	Hipotesis.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....		31
A.	Rancangan Penelitian	31
B.	Populasi, Sampel dan Sampling	32
C.	Metode Pengumpulan Data	33
D.	Teknik Analisis Data	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		45
A.	Hasil Penelitian.....	45
B.	Pembahasan	61
BAB V PENUTUP		71
A.	Simpulan.....	71
B.	Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA		73

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Desain <i>one grup pre-test post-test</i>	32
Tabel 3.2 Populasi Penelitian Siswa Kelas IX-D Mts Raden Fatah Driyorejo	33
Tabel 3.3 Skoring Skala Pengukuran	35
Tabel 3.4 Kriteria Kecanduan TikTok Pada Siswa	36
Tabel 3.5 Kisi-kisi Kecanduan TikTok Pada Siswa Sebelum Uji Validitas dan Reliabilitas	37
Tabel 3.6 Hasil Validitas Skala Pengukuran Kecanduan TikTok Pada Siswa	40
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Skala Pengukuran Kecanduan TikTok Pada Siswa	42
Tabel 3.8 Hasil Hitung Uji Reliabilitas	43
Tabel 4.1 Hasil <i>Pre-test</i> Kecanduan TikTok Siswa IX-D Mts Raden Fatah Driyorejo	45
Tabel 4.2 Hasil Responden Skor <i>Pre-test</i> Kecanduan TikTok Siswa	46
Tabel 4.3 Rincian Pelaksanaan <i>Treatment</i>	51
Tabel 4.4 Hasil Responden Skor <i>Post-test</i> Kecanduan TikTok Siswa	57
Tabel 4.5 Hasil <i>Pre-test</i> Dan <i>Post-test</i> Kecanduan Aplikasi TikTok Siswa Kelas IX-D Mts Raden Fatah Driyorejo.....	58
Tabel 4.6 Hasil Dari Uji Wilcoxon Terhadap Kecanduan TikTok Pada Siswa	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	29
Gambar 3.1 Bagan Pengembangan Layanan Konseling Kelompok CBT Terhadap Kecanduan TikTok Pada Siswa	38

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Grafik Rincian Responden Skor <i>Pre-test</i> Kecanduan TikTok Siswa.....	47
Grafik 4.2 Grafik Rincian Responden Skor <i>Post-test</i>	58
Grafik 4.3 Grafik Penurunan Kecanduan TikTok Kelas IX-D.....	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Berita Acara Bimbingan Skripsi	77
Lampiran 2 Format Revisi Skripsi.....	78
Lampiran 3 RPL BK dan Verbatim	79
Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian.....	101
Lampiran 5 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	102
Lampiran 6 Angket Kecanduan TikTok Sebelum dan Sesudah Di Validasi.....	103
Lampiran 7 Tabel Uji Validitas dan Reliabilitas	110
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	111
Lampiran 9 Hasil <i>Pre-Test</i> Siswa	113
Lampiran 10 Dokumentasi.....	114
Lampiran 11 Jadwal penelitian.....	115
Lampiran 12 Pedoman Wawancara Tidak Terstruktur	117