

ISSN (2503-1708)

REALITA

Jurnal Bimbingan dan Konseling

JURNAL REALITA	VOLUME 3	NOMOR 6	EDISI Oktober 2018	HALAMAN 556 - 635	ISSN 2503 - 1708
-------------------	----------	---------	-----------------------	----------------------	---------------------

**Diterbitkan Oleh:
PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING
FIP IKIP MATARAM**

REALITA

BIMBINGAN DAN KONSELING

Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan

DEWAN REDAKASI

Pelindung dan Penasehat	: Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D
	: Drs. Wayan Tamba, M.Pd
Penanggung Jawab	: Farida Herna Astuti, M.Pd
Ketua Penyunting	: Mustakim, M.Pd
Sekretaris Penyunting	: Hariadi Ahmad, M.Pd
Kuangan	: Junain Huri
Penyunting Ahli	: 1. Prof. Dr. Gede Sedanayasa, M.Pd
	: 2. Prof. Dr. Wayan Maba
	: 3. Dr. Hj. Jumailiyah, MM
	: 4. Dr. Gunawan, M.Pd
	: 5. Dr. A. Hari Witono, M.Pd
Penyunting Pelaksana	: 1. Dr. Abdurrahman, M.Pd
	: 2. Mujiburrahman, M.Pd
	: 3. Drs. I Made Gunawan, M.Pd
Pelaksana Ketatalaksanaan	: 1. Ahmad Muzanni, M.Pd
	: 2. Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd
	: 3. M. Chaerul Anam, M.Pd
Distributor	: Nuraeni, S.Pd., M.Si
Desain Cover	: Hardiansyah, MM.Pd

Alamat Redaksi:

Redaksi Jurnal Realita
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram
Telp. (0370) 638991
Email : bk_fip@ikipmataram.ac.id
Web : ojs.ikipmataram.ac.id; fip.ikipmataram.ac.id

Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document (CD/Flashdisk/Email)* yang diterbitkan setiap bulan April dan Oktober setiap tahun.

Diterbitkan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling, FIP IKIP Mataram.

DAFTAR ISI

Halaman

Nihayah

Pengaruh Bimbingan Belajar Terhadap Kejenuhan dalam Belajar pada Siswa Kelas XI di SMAN I Gerung Kabupaten Lombok Barat 556 - 563

Abdurrahman, dan Ni Ketut Alit Suarti

Strategi Pengembangan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Di MI Thoriqul Hidayah Leong Kabupaten Lombok Utara 564 - 571

Jien Tirta Raharja, Farida Herna Astuti, dan I Made Sonny Gunawan

Efektifitas Konseling Kelompok Values Clarification untuk Meningkatkan Empati Siswa Di SMK Negeri 4 Mataram 572 - 577

Suaibun

Meningkatkan Minat Membaca Melalui Perpustakaan yang Mengikuti Perkembangan Zaman 578 - 583

M. Samsul Hadi, Uwi Martayadi, dan Baiq Sarlita Kartiani

Tradisi Merari’ Suku Sasak: Akulturasi Islam dan Budaya Lokal (Studi Pada Masyarakat Sukarara Desa Sukarara Kecamatan Jonggat Kabupaten Lombok Tengah) 584 – 593

Lalu Jaswandi dan M. Najamuddin

Pembelajaran Berbasis Masalah Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar Kelas VI 594 - 599

Hariadi Ahmad, Aluh Hartati, dan Nuraeni

Penerapan Teknik Structure Learning Approach (SLA) dalam Meningkatkan Kesadaran Empati Diri Siswa Madrasah Aliyah Al Badriyah 600 – 605

Aluh Hartati, Hariadi Ahmad, dan Jien Tirta Raharja

Meningkatkan Kesadaran Bahaya Sampah Plastik di Madrasah Aliyah Al Badriyah..... 606 – 610

Khairul Huda dan Nurul Iman

Peningkatan Keterampilan Sosial Melalui Bermain Plastisin (Penelitian Tindakan Pada Kelas B Paud Merpati) 611 – 617

Wiwiek Zainar Sri Utami

Hubungan antara Kecerdasan Linguistik dengan Kematangan Emosional Siswa Kelas VIII SMP Negeri 15 Mataram..... 618 - 625

Marzoan

Efektivitas Media *Big Book* dalam Meningkatkan Keterampilan Membaca Permulaan Bagi Siswa Kelas Awal di Sekolah Dasar 626 – 630

Muhamad Sarifuddin dan Terasne

Enriching Students’ Vocabulary Through Matching Game at Second Grade Students Of MA Putra Al-Islahuddiny Kediri Lombok Barat in Academic Year 2018/2019 631 – 637

Jurnal Realita

Volume 3 Nomor 6 Edisi Oktober 2018
Bimbingan dan Konseling FIP IKIP Mataram

ISSN (2503 – 1708)

Aliahardi Winata

Pengaruh Penggunaan Waktu Menonton Televisi dan *Handphone*
Terhadap Disiplin Belajar Siswa di Lombok 638 - 647

PENGARUH PENGGUNAAN WAKTU MENONTON TELEVISI DAN HANDPHONE TERHADAP DISIPLIN BELAJAR SISWA DI LOMBOK

Oleh:

Aliahardi Winata

Dosen Universitas Muhammadiyah Mataram

Email: aliahardi.winata.s.pd@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini bertujuan mengungkapkan pengaruh penggunaan waktu menonton televisi, Internet, dan *handphone* terhadap disiplin belajar siswa di Desa Kopang, Lombok Tengah. Sumbangan efektif (SE) penggunaan waktu menonton televisi sebesar 43,1%, mengakses *handphone* sebesar 0,1% terhadap disiplin belajar siswa. Besarnya sumbangan efektif penggunaan waktu menonton televisi, mengakses *handphone* terhadap disiplin belajar siswa adalah 7%, sedangkan sisanya 93% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Dengan demikian pengaruh penggunaan waktu menonton televisi memberikan sumbangan positif paling besar terhadap disiplin belajar siswa.

Kata Kunci: menonton televisi, mengakses *handphone* dan disiplin belajar

Abstract. *This research aims to reveal the effect of the use of time watching television and cell phone on the learning discipline of the students' in the village of Kopang, Central Lombok. The effective contribution (SE) of the use of time to watch television is 43.1%, accessing the handphone is 0.1% to students' learning discipline. The effective contribution of the use of time watching television and using the handphone to students' learning discipline is 7%, while the remaining 93% is influenced by other variables not under study. Thus, the effect of the use of time watching television positively contribution most of the students' learning discipline*

Keywords: *watching television, access a mobile phone and learning discipline*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu kegiatan terencana dan sistematis untuk meningkatkan kemampuan serta mengembangkan potensi siswa, disamping itu pendidikan yang aktif dan kondusif memerlukan disiplin belajar yang tinggi. Disiplin belajar adalah kesadaran diri untuk mengontrol diri agar dapat belajar secara sungguh-sungguh. Disiplin belajar berfungsi sebagai pengendali diri sehingga para siswa akan belajar dengan penuh kesadaran, tanpa paksaan. Disiplin belajar mencakup perilaku siswa dalam mengatur waktu belajar, mematuhi aturan-aturan dalam kegiatan pembelajaran, dan efisiensi penggunaan waktu.

Siswa yang memiliki kedisiplinan belajar yang tinggi akan sangat menyadari pentingnya belajar. Kontrol dari orang tua sebagai pemimpin di rumah dan guru sebagai pemimpin di sekolah sangat dibutuhkan dalam pembentukan kesadaran disiplin belajar pada siswa. Penjadwalan waktu belajar, juga sangat mendukung pembentukan kedisiplinan belajar secara lebih efektif. Penjadwalan waktu bagi siswa berfungsi untuk mengingatkan kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan, baik ketika berada di sekolah maupun di rumah. Ketika di rumah, siswa membutuhkan pengingat waktu seperti alarm yang dapat diatur untuk mengingatkan waktu pelaksanaan berbagai aktivitas di rumah.

Undang-undang No 32 Tahun 2002 tentang Penyiaran pasal 1 ayat 4 menyebutkan bahwa “Penyiaran televisi adalah media komunikasi massa dengan pandangan yang menyalurkan gagasan dan informasi dalam bentuk suara dan gambar secara umum, baik terbuka maupun tertutup, berupa program yang teratur dan berkesinambungan”. Media televisi merupakan salah satu media massa elektronik yang sangat digemari oleh masyarakat, karena televisi mampu menyuguhkan tayangan-tayangan yang membuat masyarakat terhibur, memperoleh informasi. Selain itu, televisi juga merupakan wahana penghilang penat setelah lelah beraktivitas. Kepemilikan televisi merupakan salah satu indikasi kegemaran masyarakat atas media audio-visual. Sangat jarang ditemukan sebuah rumah tanpa televisi, bahkan di beberapa rumah memiliki lebih dari satu televisi. Fenomena ini menunjukkan betapa penting televisi bagi setiap orang.

Handphone terbilang semakin pesat. Teknologi canggih seperti handphone, kini fungsinya semakin luas, bukan hanya sebagai alat komunikasi, tetapi juga dipergunakan untuk Mp3, video, kamera, internet, sehingga handphone beralih fungsi menjadi multimedia. Beragamnya fungsi tersebut menjadikan siswa tidak bisa lepas dari handphone sehingga melupakan waktu belajar. Hasil prasarvei yang dilaksanakan pada bulan Juli sampai Agustus tahun 2013 di Desa Kopang Kabupaten Lombok Tengah, dapat dilihat bahwa siswa lebih banyak menghabiskan waktunya di rumah untuk menggunakan handphone (mengirim SMS, telephone, MMS, dan internet).

Ketertarikan siswa untuk menonton televisi disebabkan oleh jumlah channel yang semakin bertambah. Tayangan-tayangan hiburan yang populer serta keberadaan televisi kabel yang cukup marak di tengah masyarakat telah

menarik minat siswa. Tayangan televisi yang memiliki berbagai jenis hiburan sinetron, FTV, dan kartun yang ditayangkan secara berkelanjutan setiap saat, sehingga menarik siswa untuk selalu mengikuti tayangan tersebut. Padahal acara-acara tersebut lebih mengutamakan unsur hiburan daripada informasi yang bersifat edukasi dan bermanfaat bagi siswa.

Selain televisi, penggunaan handphone juga menyita perhatian dan waktu belajar siswa. Tidak menutup kemungkinan, semakin menurunnya kedisiplinan belajar juga disebabkan karena siswa sebagian besar juga memiliki handphone yang digunakan sebagai sarana komunikasi seperti SMS, telepon, dan browsing internet sehingga siswa melupakan waktu belajar. Penggunaan handphone yang dilakukan siswa dikarenakan banyaknya handphone yang memiliki berbagai fitur dan harganya relatif murah sehingga sangat terjangkau oleh siswa. Desa Kopang terdapat enam tempat pembelian handphone untuk memudahkan masyarakat pada umumnya untuk memiliki.

KAJIAN PUSTAKA

Disiplin digunakan jika anak melanggar peraturan dan perintah yang diberikan orang tua, guru atau orang dewasa yang berwenang mengatur kehidupan tempat tinggal siswa. Menurut Hurlock (1978, p.82) disiplin adalah seorang yang belajar dari atau secara suka rela mengikuti seorang pemimpin, orang tua dan guru merupakan pemimpin dan anak merupakan murid yang belajar dari mereka cara hidup yang menuju kehidupan yang berguna dan bahagia. Kemudian Shochib (2010, p.21) juga menjelaskan proses pembentukan disiplin belajar diperlukan upaya orang tua yang dilakukan dengan melatih, membiasakan berperilaku sesuai dengan nilai-nilai

moral dan perlu adanya kontrol orang tua untuk mengembangkannya.

Disiplin siswa dalam belajar di rumah dapat ditinjau dari beberapa hal berikut: Disiplin siswa dalam mengatur waktu belajar. Siswa memiliki berbagai kegiatan yang dapat dilakukan di rumah seperti menonton televisi. Menurut Dawson, Prewitt, Dawson (1977, p.193) mengatakan bahwa "*most children watch television from fourteen to forty-nine hours a week*". Menurutnya, sebagian besar anak-anak menonton televisi dari 14 hingga 49 jam seminggu. Dalam sehari siswa menghabiskan sekitar 2 hingga 7 jam untuk menonton televisi. Waktu yang dimiliki siswa di luar menonton televisi, mereka gunakan untuk melakukan berbagai macam kegiatan seperti menggunakan *handphone* untuk komunikasi, mengakses internet seperti jejaringan sosial yang cukup menyita waktu.

Menurut Djamarah (2008, p.27) siswa kurang dapat memanfaatkan waktunya dengan baik karena mereka tidak bisa membagi waktu untuk masing-masing keperluan. Oleh karena itu, siswa perlu mengatur pembagian waktu mereka sebaik mungkin demi kepentingan mereka sendiri. Adapun caranya yaitu dengan menentukan jumlah mata pelajaran yang akan dipelajari siswa setiap hari serta lama waktu yang diperlukan. Hal tersebut sebagaimana yang diuraikan Davidson (2008, p.35) yaitu teknologi secara terus-menerus menyediakan lebih banyak alat untuk membantu seseorang untuk mengatur waktu dengan efektif seperti *alarm*. Selanjutnya Davidson (2008, p.46) juga menguraikan penjadwalan waktu dengan berbagai peralatan seperti sistem kalender, *alarm*, bel, warna, atau simbol-simbol lain yang berfungsi untuk mengontrol waktu aktivitas siswa.

Pembagian waktu dapat membuat target belajar menjadi lebih jelas dan terarah, yaitu apa yang harus diketahui

dan dilakukan siswa. Santrock (2009, p.358) menjelaskan target pembelajaran dari pengetahuan, penalaran, produk, afeksi siswa. Senge (1996, p.373) bahwa praktek-praktek merupakan aspek yang paling jelas dari setiap disiplin. Oleh karena itu, rencana yang dibuat tidaklah sekedar rencana tetapi rencana yang benar-benar dikerjakan, karena dengan rencana tersebut siswa dapat belajar dengan maksimal dan tidak ada waktu yang terbuang.

Keberhasilan siswa dalam studinya dipengaruhi oleh cara belajarnya. Djamarah (2008, p.62) menjelaskan bahwa siswa yang memiliki cara belajar efektif memungkinkan mereka untuk mencapai hasil atau prestasi yang lebih tinggi daripada siswa yang belajar secara tidak efektif. Untuk itu, diperlukan kesadaran dan disiplin yang tinggi dari siswa. Siswa memerlukan cara belajar yang efektif dan efisien yaitu berusaha disiplin dalam belajar dan menggunakan strategi belajar yang tepat. Jadi, langkah pertama yang harus dimiliki agar dapat belajar secara efektif adalah kesadaran atas tanggung jawab pribadi dan keyakinan bahwa belajar untuk kepentingan diri sendiri dan tidak menggantungkan nasib pada orang lain.

Menurut Slameto (2010, p.79) untuk mencapai hasil yang maksimal diperlukan kesehatan jasmani, keadaan emosional yang tetap stabil, lingkungan yang kondusif, belajar tepat waktu, membagi pekerjaan secara teratur, kontrol mata pelajaran yang telah dipelajari, memupuk sikap optimis, memperhatikan waktu belajar, membuat suatu rencana bekerja, dan belajar keras dengan penuh konsentrasi.

Selain memiliki strategi belajar yang tepat, siswa perlu memperhatikan cara belajar seperti yang diuraikan Santrock (2009, p.174), siswa harus memiliki cara belajar yang reflektif atau influsif, yaitu cara belajar yang disukai

seperti menggunakan kemampuannya dalam belajar merupakan salah satu cara yang harus dilalui untuk mencapai tujuan dalam belajar. Salah satu bentuk dari tugas sekolah adalah ulangan dan latihan yang diberikan oleh guru. Mengerjakan tugas dapat berupa mengerjakan tes atau ulangan/ujian, juga termasuk di dalamnya membuat atau mengerjakan soal latihan-latihan yang ada dalam buku (Slameto, 2010, p.87). Siswa yang mempunyai kebiasaan untuk melatih diri mengerjakan soal-soal latihan serta mengerjakan pekerjaan rumah (PR) dengan disiplin, maka siswa tidak mengalami kesulitan dalam belajarnya, serta dapat dengan mudah mengerjakan setiap pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru. Djamarah (2008, p.37) juga mengatakan bahwa siswa dihimbau agar segera mengerjakan tugas-tugas mereka yang diberikan di sekolah secepat mungkin karena waktu yang diberikan oleh guru untuk mengerjakan tugas-tugas tersebut terbatas, dan tergantung dari tingkat kesulitannya.

Televisi merupakan media massa elektronik yang hadir paling akhir dibandingkan dengan radio dan surat kabar. Simanjuntak (2002, p.182) menjelaskan bahwa televisi berasal dari kata *tele* yang artinya jauh dan *visie* yang artinya lihat, jadi televisi itu artinya melihat dari jauh. Selanjutnya Simanjuntak (2002, p.183) juga menjelaskan bahwa televisi pada saat ini diartikan sebagai suatu cara pengiriman gambar yang bergerak atau “sinyal televisi” dari studio dan pemancar menuju pesawat penerima dengan gelombang radio. Badjuri (2010, p.14) menguraikan televisi memiliki daya tarik yang besar dibandingkan jenis media massa radio, surat kabar, industri musik. Kaufman & Kiver (2012, p.1) juga menguraikan *television dominates the home-entertainment industry* artinya televisi paling banyak digunakan sebagai hiburan masyarakat pada

umumnya dan siswa ketika berada di rumah. Oleh karena itu, televisi dinilai sebagai media massa yang paling efektif saat ini karena mampu menarik simpati masyarakat luas dan perkembangan teknologinya yang begitu cepat.

Tayangan televisi yang bersifat *audio visual* mempunyai jangkauan relatif tidak terbatas, menjadi sangat komunikatif dalam memberikan pesan-pesan sehingga penonton bertahan duduk berjam-jam di depan televisi. Baran (2012, p.21) menyatakan bahwa siswa menghabiskan waktu yang cukup banyak dalam kehidupannya untuk berinteraksi dengan televisi. Selanjutnya Grob (1985, p.1) menguraikan *commercial broadcasting is still the largest field in the application of television*. Artinya siaran-siaran iklan masih merupakan acara paling utama dalam pemakaian televisi.

Televisi merupakan benda elektronik yang mampu memberikan manfaat besar bagi masyarakat dalam menjalankan kehidupan sehari-hari, baik itu memberikan informasi, ilmu pengetahuan, hiburan, maupun menyajikan realita kehidupan. Daniyal & Hassan (2013, p.34) hasil penelitian mengungkapkan *the data analyzed show that the teenagers have more access in watching television than any other medium, i.e 69%*. Artinya analisa data mengungkapkan bahwa siswa menggunakan waktu menonton televisi yaitu 69%. Melalui layar kecil yang berfungsi sebagai jendela dunia tersebut para pemirsa diarahkan untuk mendefinisikan situasi sesuai dengan keinginan pengelola televisi tersebut.

Gambaran dunia dalam televisi adalah gambaran dunia yang sudah diolah dan menimbulkan efek pada penonton seperti yang diuraikan Rakhmat (2011, p.202) perbedaan pola dalam memanfaatkan media massa elektronik menyebabkan seseorang bereaksi pada media massa secara berbeda pula.

Beragam tayangan televisi yang muncul dikarenakan keberadaan jaringan televisi kabel menjadi pemicu ketertarikan masyarakat khususnya siswa. Seperti yang diuraikan Baran (2012, p.324) televisi kabel memperluas jangkauan penyiarnya guna meningkatkan jumlah penonton. Hal ini menjadikan semakin beragamnya jenis-jenis tayangan televisi seperti infotainment, sinetron, *reality show* yang menarik masyarakat dan siswa khususnya menghabiskan waktu untuk menonton televisi (Badjuri, 2010, p.13).

Kehadiran televisi kabel memudahkan semua orang untuk memperoleh informasi yang terdapat di berbagai belahan dunia secara cepat dan akurat. Selanjutnya Badjuri (2010, p.14) juga menjelaskan keberadaan televisi sekarang ini lebih digunakan sebagai sarana hiburan semata seperti acara sinetron, film kartun, *magic* dan sejenisnya, yang telah menjadi primadona di kalangan masyarakat mulai dari anak-anak hingga orang dewasa.

Handphone merupakan salah satu teknologi yang digunakan sebagai sarana komunikasi dan mengirim pesan. Seperti yang diuraikan Harris, Kevin, Trosby (2010, p.1) bahwa *short message service (SMS) for communication* artinya pesan singkat yang sering digunakan untuk berkomunikasi sesama pengguna *handphone*. Biagi (2010, p.245) menguraikan media *mobile* menarik khalayak karena alat untuk internet tersebut telah di kemas menjadi lebih kecil sehingga dapat diakses melalui *handphone*. Selanjutnya Ezemenaka (2013, p.167) mengungkapkan hasil penelitian *more than 50% of the students reported that they have more than 1 phone. Of those who have the internet enabled phones about 97% of them were actively used with internet mobile services to enable them to surf and browse the net*. Artinya lebih dari 50% siswa melaporkan bahwa mereka

memiliki *handphone* lebih dari satu serta dilengkapi internet, 97% dari mereka mengaktifkan Internet pada *handphone* untuk berselancar dan mencari sesuai keinginan.

Aplikasi SMS yang terdapat pada *handphone* digunakan untuk mengirim pesan. Menurut Wibisono, Usman, Hantoro (2008, p. 197) SMS adalah salah satu fasilitas dari teknologi GSM yang memungkinkan pengguna untuk mengirim dan menerima pesan-pesan singkat berupa *text* dengan kapasitas maksimal 160 karakter dari *mobile station (MS)*.

Selain SMS yang dimiliki *handphone* terdapat juga MMS untuk mengirim pesan bergambar. Menurut Suyantoro (2005, p.33) MMS berisi pesan bergambar dan bisa menambahkan beberapa unsur lain ke dalam MMS seperti *music* dan video. Selanjutnya Wibisono, Usman, Hantoro (2008, p.208) mengatakan bahwa MMS merupakan *value added* dari *Global System for Mobile Communication (GSM)* yang menggunakan *wireless application protocol (WAP)* untuk mengirim dan menerima pesan MMS.

Seiring dengan perkembangan teknologi, internet saat ini sudah terdapat pada aplikasi *handphone*. Seperti yang diungkapkan oleh Wibisono, Usman, Hantoro (2008, p.209) saat ini akses internet sudah dapat dinikmati melalui media *handphone* dimana saja dan kapan saja selama dalam jangkauan *coverage seluler*. Kamera berfungsi untuk mengambil gambar atau foto yang merupakan bagian dari *handphone*. Pengguna bisa mengambil objek apa saja yang diinginkan. Menurut Suyantoro (2005, p.34) kamera *handphone* bisa digunakan untuk mengumpulkan foto-foto dan menjadikannya sebagai file pribadi dalam *handphone* pengguna.

Fitur Mp3 yang terdapat pada *handphone*, bisa digunakan untuk memutar *music* sesuai dengan music

yang sudah disediakan pengguna. Pengguna juga bisa menghapus atau mengganti *music* yang diinginkan. Menurut Suyantoro (2005, p.35) *Mp3 player* merupakan alat pemutar *music file* *Mp3*, hanya saja memori *handphone* akan terkuras oleh *file* *Mp3* yang ukurannya antara 2-4 *Megabite*. Penggunaan *handphone* pada siswa memiliki dampak positif dan dampak negatif antara lain: Dampak positif *handphone* yaitu sebagai sarana komunikasi untuk meningkatkan konektivitas, baik jarak dekat maupun jarak jauh, dan dapat menghemat waktu. Seperti yang diuraikan Davidson (2008, p.2) bahwa aktivitas masyarakat dalam bekerja lebih banyak menerima telepon dan SMS.

Handphone selain untuk mengirim SMS dan telepon juga bisa digunakan untuk mengirim email maupun mengakses jejaring sosial. Biagi (2010, p.246) menguraikan bahwa *handphone* telah menyediakan fasilitas untuk mengirim pesan teks, mengambil gambar, mendengar musik, dan mengunduh video.

Kepribadian siswa pada masa remaja *sudah* tidak terlalu tergantung pada orang tua, hal ini dikarenakan anak sudah memiliki perasaan dan ambisi serta rasa ingin tahu. Menurut Semiun (2006, p.299) masa remaja dimulai dari umur 12 tahun dan berakhir sekitar usia 17 atau 18 tahun. Pada masa-masa ini siswa atau remaja memiliki minat, ambisi serta ingin mengembangkan keterampilan-keterampilannya.

Menurut Suyantoro (2005, p.35), *Mp3 player* merupakan alat pemutar *music file* *Mp3*, hanya saja memori *handphone* akan terkuras oleh *file* *Mp3* yang ukurannya antara 2-4 *Megabite* namun *memory* *handphone* tersedia juga yang eksternal. *Mp3* yang terdapat pada *handphone* digunakan untuk mendengar musik sehingga membuat siswa lupa

waktu untuk mengerjakan kegiatan di rumah.

Dampak negatif penggunaan *handphone* bagi kesehatan yakni pada pola tidur yang tertanggu. Ketika siswa menggunakan telepon dan internetan secara berlebihan, maka akan mengakibatkan kesulitan untuk tidur pada malam hari. Siswa yang menggunakan *handphone* dengan aplikasi yang banyak dan menarik mengakibatkan mereka kurang tidur dan lemahnya kesehatan siswa.

Davidson (2008, p.1) menguraikan manajemen waktu ketika dihadapkan pada tegangan waktu, menit demi menit terasa berjalan lebih cepat ketika anda menonton televisi atau sedang telepon atau mengirim SMS pada seseorang. Kemudian Hurlock (1978, p.45) menjelaskan penggunaan televisi dan *handphone* sering mengganggu jadwal makan, tidur, serta perencanaan aktivitas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu penelitian yang diarahkan untuk mengetahui pengaruh antara variabel-variabel dalam penelitian ini. Penelitian ini dilakukan di Desa Kopang, Lombok Tengah, NTB. Penelitian ini dilakukan mulai bulan mei 2014 - juli 2014.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa sekolah menengah atas sederajat dari Desa Kopang, Lombok Tengah yang berjumlah 538. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Simple random sampling, yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi yang berjumlah 538 siswa yang dilakukan secara acak. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan pendapat yang dikemukakan oleh Isaac & Michael (1981, p.192) yang menguraikan bahwa jumlah sampel penelitian ditentukan dari rumus sebagai berikut.

$$\text{Rumus } S = \frac{X^2 \cdot NP(1-p)}{d^2(N-1) + X^2 \cdot P(1-p)}$$

Pendapat tersebut, dari populasi 538 siswa maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 226 siswa di Desa Kopang Lombok Tengah dengan taraf kesalahan 5%. Variabel penelitian yaitu variabel bebas dan terikat. Variabel bebas yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu penggunaan waktu menonton televisi sebagai variabel bebas (X1). Penggunaan waktu mengakses *handphone* sebagai variabel bebas (X2). Sementara itu, disiplin belajar siswa sebagai variabel terikat (Y) yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen. Pengumpulan data dengan instrumen dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab sesuai dengan kondisi yang sebenarnya. Instrumen penelitian yang sudah disusun berlandaskan pada teori, kemudian dikonsultasikan kepada ahli yang berkompeten dibidang tersebut (*expert judgement*) untuk menguji validitas isi. Seperti yang diuraikan Mardapi (2008, p.19) bukti validitas berdasarkan isi instrumen dilakukan oleh panel pakar pada bidang yang diukur dan pakar bidang pengukuran. Instrumen yang telah disempurnakan kemudian digandakan untuk disampaikan kepada siswa di Desa Kopang, Lombok Tengah, Nusa Tenggara Barat yang dipilih sebagai sampel penelitian.

Reliabilitas digunakan untuk mengukur ketepatan instrumen. Realibilitas menunjukkan tingkat keandalan suatu reliabel yang dapat dipercaya, atau dapat diandalkan. Reabilitas instrumen menggunakan *internal consistency* yaitu dilakukan dengan cara mencoba instrumen sekali saja, kemudian data yang diperoleh dianalisis dengan teknik *Alpha-Cronbach*. Mardapi (2012, p.128) menguraikan

bahwa variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai *Alpha Cronbach* > 0,70.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut: Analisis statistik deskriptif untuk mendeskripsikan data dengan yang mencakup nilai terendah, nilai tertinggi, mean, standar deviasi, dan varian. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi untuk mengetahui sumbangan efektif dan sumbangan relatif. Nurgiantoro, Gunawan, Marzuki (2012, p.321) menguraikan sumbangan relatif menunjukkan besarnya tiap preditor atau variabel bebas terhadap variabel terikat. Selanjutnya Hadi (2004, p.38) menguraikan sumbangan efektif variabel bebas dapat dihitung dari efektifitas garis regresi (EGR).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi hasil penelitian mencakup penyebaran data yang meliputi skor rata-rata atau mean, standar deviasi, skor minimum, dan skor maksimum. Hasil penelitian yang dilakukan di Desa Kopang, Lombok Tengah disimpulkan bahwa penggunaan waktu menonton televisi berpengaruh positif terhadap disiplin belajar siswa. Artinya semakin tinggi penggunaan waktu menonton televisi maka disiplin belajar semakin tinggi pula. Meningkatnya disiplin belajar siswa dengan waktu menonton televisi yang berunsur pendidikan dan menambah wawasan siswa.

Hasil analisis data dapat dituliskan sumbangan relatif (SR) penggunaan waktu menonton televisi sebesar 75,7%, terhadap disiplin belajar. Langkah selanjutnya penelitian ini menuliskan sumbangan efektif penggunaan waktu menonton televisi sebesar 43,1%, sedangkan sisanya 56,9% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

Hasil penelitian yang dilakukan di Desa Kopang, Lombok Tengah disimpulkan bahwa penggunaan waktu mengakses *handphone* berpengaruh negatif terhadap disiplin belajar siswa. Artinya semakin tinggi penggunaan waktu untuk mengakses *handphone* maka disiplin belajar semakin menurun. Hasil analisis data dapat dituliskan sumbangan relatif (SR) mengakses *handphone* memiliki SR sebesar 0,1% terhadap disiplin belajar. Langkah selanjutnya penelitian ini menuliskan sumbangan efektif mengakses *handphone* memiliki SE sebesar 0,1% terhadap disiplin belajar.

Hasil penelitian yang dilakukan di Desa Kopang, Lombok Tengah. Penggunaan waktu menonton televisi, dan mengakses *handphone* berpengaruh positif terhadap disiplin belajar siswa. Artinya semakin banyak penggunaan waktu untuk menonton televisi, dan mengakses *handphone* maka disiplin belajar semakin meningkat. Hal ini dikarenakan siswa menggunakan waktu untuk menonton televisi dan mengakses *handphone* berunsur pendidikan dan menambah wawasan siswa. Kontribusi penggunaan waktu menonton televisi dan mengakses *handphone* terhadap disiplin belajar secara bersama-sama adalah $75,7\%X1 + 0,1\%X3 = 75,8\%$.

SIMPULAN DAN SARAN

Penggunaan waktu menonton televisi berpengaruh positif terhadap disiplin belajar siswa di Desa Kopang, Lombok Tengah. Hal ini dibuktikan dengan nilai t_{hitung} adalah 3,644 dengan taraf signifikansi 0.000 lebih kecil dari taraf kesalahan 0,05. Meningkatnya disiplin belajar siswa dengan waktu menonton televisi yang berunsur pendidikan dan menambah wawasan siswa di Desa Kopang Lombok Tengah. Besarnya sumbangan relatif (SR) penggunaan waktu menonton televisi sebesar 75,7%, terhadap disiplin belajar. Langkah

selanjutnya penelitian ini menuliskan sumbangan efektif penggunaan waktu menonton televisi sebesar 43,1%, sedangkan sisanya 56,9% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

Penggunaan waktu mengakses *handphone* berpengaruh negatif terhadap disiplin belajar siswa di Desa Kopang, Lombok Tengah. Hal ini dibuktikan dengan nilai t_{hitung} adalah 1,477, pada taraf signifikansi 0.141 lebih besar dari taraf kesalahan 0,05. artinya semakin tinggi Penggunaan waktu mengakses *handphone* maka semakin rendah disiplin belajar siswa. sumbangan relatif (SR) mengakses *handphone* memiliki SR sebesar 0,1% terhadap disiplin belajar. Langkah selanjutnya penelitian ini menuliskan sumbangan efektif mengakses *handphone* memiliki SE sebesar 0,1% terhadap disiplin belajar.

Penggunaan waktu menonton televisi, dan mengakses *handphone* berpengaruh positif terhadap disiplin belajar. Hal ini dibuktikan dengan nilai F_{hitung} adalah 6,709 pada taraf signifikansi 0.001 lebih kecil dari derajat kesalahan 0,05. Hal ini dikarenakan siswa menggunakan waktu untuk menonton televisi dan mengakses *handphone* berunsur pendidikan dan menambah wawasan siswa. Besarnya sumbangan relatif (SR) menonton televisi, dan mengakses *handphone* memiliki SR sebesar 24,3% terhadap disiplin belajar. Langkah selanjutnya penelitian ini menuliskan sumbangan efektif menonton televisi, dan mengakses *handphone* memiliki SE sebesar 7% sedangkan sisanya 93% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

Penggunaan waktu mengakses internet, dan *handphone* berpengaruh negatif terhadap disiplin belajar siswa. Hal ini dibuktikan dengan nilai F_{hitung} adalah 3,152 pada taraf signifikansi 0.045 lebih besar dari derajat kesalahan

0,05. Artinya semakin tinggi penggunaan waktu mengakses internet, dan *handphone* maka disiplin belajar semakin rendah. Besarnya sumbangan relatif (SR) penggunaan waktu mengakses internet, dan *handphone* memiliki SR sebesar 75,8%. Langkah selanjutnya penelitian ini menuliskan sumbangan efektif penggunaan waktu mengakses internet, dan *handphone* memiliki SE sebesar 15,01% sedangkan sisanya 84,99% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

Dengan demikian pengaruh penggunaan waktu menonton televisi memberikan sumbangan positif yang paling besar terhadap disiplin belajar siswa. Kesimpulan hasil penelitian di atas, disarankan, Orang tua, agar senantiasa mengontrol aktivitas siswa ketika di rumah supaya tidak sampai melupakan waktu belajar. Aktivitas yang perlu dikontrol terutama penggunaan waktu dalam mengakses *handphone* yang berpengaruh negatif terhadap disiplin belajar siswa. Orang tua senantiasa mengingatkan siswa dalam mengakses *handphone* tidak membuka situs-situs yang berunsur pornografi yang dapat melupakan disiplin belajar di rumah.

DAFTAR PUSTAKA

- Badjuri, Adi. (2010). *Jurnalistik televisi*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Baran, Stanley. J. (2012). *Introduction to mass communication*. (S. Rouli Manalu) Jakarta: Erlangga
- Biagi, Shirley. (2010). *Introduction to mass media*. (Terjemahan Irfan dan Mahendra). Jakarta: Salemba Humanika
- Davidson, Jeff. (2008). *Ten minute guide managing your time*. (Terjemahan Niken Hindreswari). Yogyakarta: Andi
- Dawson, Prewitt, Dawson. (1977). *Political sosialization*. Toronto: Little, Brown and Company
- Daniyal, M & Hassan, A (2013). Impact of television programs and advertisements on school going adolescents. *Science and education policy. Research Journal*. 7. 26-37.
- Djamarah. (2008). *Rahasia sukses belajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Ezemenaka, E. (2013). The usage and impact of Internet enabled phones on academic concentration among students of tertiary institutions. *Education and Development using Information and Communication Technology. Research Journal*. 9. 162-173.
- Grob, Bernard (1985). *Basic television and video systems*. USA: McGraw-Hill
- Harris. I, Kevin, Trosby. (2010). *Short message service*. Cicester United Kingdom: Willey & Sons Ltd.
- Hurlock, E. B. (1978). *Child development* (Meitasari Tjandrasa). Jakarta: Erlangga
- Isaac, S & Michael, W. B. (1981). *Hand book in research and evaluation*. California-USA: Edit Publishers
- Kaufman, M & Kiver, M. (2012). *Television electronics*. New Jersey: Springer
- Mardapi, Djemari. (2012). *Pengukuran penilaian & evaluasi pendidikan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Mardapi, Djemari. (2008). *Pengukuran penilaian & evaluasi pendidikan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Nurgiyantoro. B, Gunawan, Marzuki. (2012). *Statistik terapan*. Yogyakarta: UGM
- Rakhmat, Jalaluddin. (2011). *Psikologi komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Santrok, J. W. (2009). *Psikologi pendidikan* (Terjemahan Diana Angelica). Jakarta: Salemba Humanika.
- Semiun, Yustinus. (2006). *Kesehatan mental*. Yogyakarta: Kanisius

- Senge, P. M (1996). *Fifth discipline*.
(Terjemahan Nunuk Ardiarni).
Jakarta: Binarupa Aksara
- Simanjuntak. (2002). *Dasar-dasar telekomunikasi*. Bandung: PT Alumni
- Shochib. (2010). *Pola asuh pendidikan anak*. Jakarta: Rineka cipta
- Slameto. (2010). *Belajar & faktor-faktor yang mempengaruhi*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Suyantoro, Sigit. (2005). *Membuat ringtone dan MMS sendiri*. Yogyakarta: Andi
- Wibisono, Usman,Hantoro. (2008). *Konsep teknologi seluler*. Bandung: Informatika



INSTITUT KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN MATARAM
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
Jurnal Realita

Gedung Dwitaya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991
e-mail: bk_fip@ikipmataram.ac.id; web: ojs.ikipmataram.ac.id; fip.ikipmataram.ac.id.

PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran dan pembelajaran,
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain,
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum	20 halaman

5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

Judul secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotokopi halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

Nama-nama penulis ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

Alamat instansi penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan dan nama perguruan tinggi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik dan nomor telpon.

Abstrak ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 200 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

Kata kunci (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

Daftar Pustaka ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah IKIP Mataram.



Alamat Redaksi

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram
Telp. (0370) 638991
Email : bk_fip@ikipmataram.ac.id
Web : ojs.ikipmataram.ac.id; fip.ikipmataram.ac.id

