

1. Bimbingan dan Konseling Multikulitural
2. Best Practice Kearifan Lokal Untuk Peningkatan Kualitas Pembelajaran
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Kurikulum BK
4. Kajian kearifan, Sejarah, Wawasan, Perilaku, dan Peningkatan Berbasis Kearifan Lokal
5. Peningkatan Perencanaan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademi & Keluarga)
6. Akademi, Mahasiswa, Page 121 PK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kemandirian Generasi Z
8. Inovasi Budaya Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Pembelajaran Kearifan Lokal



Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kecanduan Internet Pada Siswa SMP

Yulia Sherly Elicia¹, Yuanita Dwi Krisphianti², Guruh Sukma Hanggara³
 Universitas Nusantara PGRI Kediri¹²³
yuliasherly02@gmail.com¹, ju.wahyu@gmail.com², kangguruh@gmail.com³

ABSTRACT

Young (2012) argues that Internet addiction can be defined as a syndrome characterized by spending too much time on the Internet and being out of control with online use. A real example of internet addiction is that students have difficulty concentrating during class. The aim of this research is to reduce the level of internet addiction in junior high school students in Nganjuk City using the Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Group Counseling Process. The validity and reliability of the instrument is very important to implement in order to obtain accurate and accountable data in order to determine the level of internet addiction of junior high school students in Nganjuk City. This article is limited to the results of the validity test which were distributed to 60 class VIII students of SMP Negeri 1 Sukomoro, obtaining 34 valid items with a reliable coefficient of 0.805. The 34 items represent each indicator of internet addiction. Based on the validity and reliability test of the instrument, the Internet Addiction Scale can be used to measure the level of internet addiction in junior high school students in the city of Nganjuk in the next research stage.

Keywords: Group Counseling, Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), Internet Addiction

ABSTRAK

Young (2012) berpendapat bahwa kecanduan internet dapat didefinisikan sebagai sindrom yang ditandai dengan menghabiskan terlalu banyak waktu di Internet dan berada di luar kendali penggunaan *online*. Contoh nyata dari kecanduan internet ini adalah siswa sulit berkonsentrasi saat pelajaran berlangsung. Tujuan penelitian ini adalah untuk mereduksi tingkat kecanduan internet pada siswa SMP di Kota Nganjuk dengan menggunakan Proses Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Validitas dan reliabilitas instrumen sangat penting untuk dilaksanakan agar mendapatkan data yang akurat dan dapat dipertanggungjawabkan guna untuk mengetahui tingkat kecanduan internet siswa SMP di Kota Nganjuk. Pada artikel ini dibatasi sampai hasil uji validitas yang disebarkan kepada 60 siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Sukomoro, diperoleh 34 item valid dengan koefisien reliabel sebesar 0.805. Ke-34 item mewakili dari setiap indikator kecanduan internet. Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas instrumen tersebut maka Skala Kecanduan Internet dapat digunakan untuk mengukur tingkat kecanduan internet pada siswa SMP di kota Nganjuk pada tahap penelitian selanjutnya.

Kata Kunci: Konseling Kelompok, *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), Kecanduan Internet

PENDAHULUAN

Penelitian ini berawal dari fenomena yang ditemukan di SMP Negeri 3 Nganjuk. Terdapat beberapa fenomena yang terkait dengan adanya kecanduan internet yang dialami oleh beberapa siswa diantaranya; a) pikiran tertuju pada internet, b) penggunaan internet terus meningkat, c) tidak mampu

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Kualitas Pembelajaran
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Kebijakan, Strategi, Wawasan, Perencanaan, Pelaksanaan Berbasis Kearifan Lokal
5. Peningkatan Perencanaan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Akademi, Mahasiswa, Page 121-134
7. Peningkatan Nasionalisme dan Ketahanan Generasi Z
8. Inovasi Budaya Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Pembelajaran Generasi Z



mengontrol penggunaan internet, d) merasa tidak nyaman jika *offline*, e) *Online* lebih lama dari yang diharapkan.

Berdasarkan fenomena yang tertera di atas menunjukkan bahwa siswa memiliki tingkat kecanduan internet yang bisa tergolong sangat tinggi. Menurut Young (1996) yang menyatakan bahwa, Kecanduan internet ditunjukkan dengan beberapa kriteria sebagai berikut: merasa senang ketika online, tidak senang ketika offline, perhatian hanya tertuju pada internet, penggunaan meningkat, tidak mampu mengatur penggunaan internet, berani kehilangan karena internet, serta menggunakan internet sebagai cara untuk melarikan diri dari masalah. Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah merambah berbagai bidang kehidupan. Rismana, Normelani, dan Adyatma (2016) berpendapat bahwa masyarakat sekarang hidup di era informasi digital, terjadi perubahan dalam cara mereka berkomunikasi dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini juga akan mempengaruhi akses internet, sehingga lebih mudah dan cepat bagi rata-rata individu, termasuk pelajar. Internet adalah media yang memberikan individu akses mudah ke informasi, ide, dan jaringan sosial lainnya. Beberapa sekolah di kota-kota besar menggunakan Internet sebagai alat penting untuk kegiatan belajar mereka.

Young (2012) berpendapat bahwa kecanduan internet dapat didefinisikan sebagai sindrom yang ditandai dengan menghabiskan terlalu banyak waktu di Internet dan berada di luar kendali penggunaan *online*. Ada lima indikator teori kecanduan internet menurut Kimberly S. Young (Basri, 2014), untuk menentukan apakah individu tersebut dapat diklasifikasikan sebagai pecandu internet memiliki ciri-ciri jika; 1) Perhatian tertuju pada internet, mengarah pada perhatian yang selalu terpaku untuk memikirkan aktivitas online, 2) Penggunaan internet terus meningkat, mengacu pada keinginan yang terus menerus menggunakan internet dengan jumlah waktu yang semakin meningkat, 3) Tidak mampu mengontrol penggunaan internet, mengacu pada individu tidak bisa mengendalikan dirinya untuk mengurangi aktivitas membuka internet, 4) Merasa tidak nyaman jika *offline*, 5) *Online* lebih lama dari yang diharapkan, individu sulit untuk menetapkan waktu kapan harus menghentikan aktivitas berinternet. Hal ini mengacu pada kecenderungan untuk mengulangi pola penggunaan internet setelah kontrol.

Bahkan seiring berjalannya waktu, para guru juga telah memanfaatkan akses internet sebagai pengumpulan tugas dan ujian bagi siswanya. Biasanya tugas mereka dikumpulkan lewat *e-mail* dan biasanya mereka ujian lewat *google form*. Karena sebagian tugas yang diberikan guru selalu membutuhkan koneksi internet, jika tidak ada koneksi internet, siswa akan merasa buntung di kelas. Jika siswa tidak memiliki koneksi internet, mereka akan ketinggalan informasi yang telah disampaikan oleh gurunya. Bahkan beberapa siswa juga mengatakan penggunaan internet baginya saat ini merupakan bagian penting bagi hidupnya, tak hanya itu internet juga sudah menjadi suatu kebutuhan yang sulit untuk mereka hindari.

Dalam konseling memiliki banyak pendekatan, salah satu pendekatan konseling yang dapat di gunakan untuk menangani perilaku kecanduan internet adalah *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang merupakan pendekatan kognitif-behavioral. Menurut Fitriatun Solikhah (2016) Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) berfokus pada perilaku individu, akan tetapi *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menekankan bahwa perilaku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang tidak rasional.

Sedangkan menurut Kurnanto (dalam, Citra dan Makin, 2018) bahwa pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* lebih menekankan kebersamaan dan reaksi antara berfikir dan akal sehat (*Rasional*), berperasaan (*emoting*), dan berperilaku (*Acting*). *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah suatu pendekatan yang bersifat direktif, yaitu pendekatan yang menyebabkan oleh gangguan emosional yang mempengaruhi perilaku. Menurut George & Cristiani (dalam Citra dan Makin, 2018) Pendekatan ini merupakan aliran psikoterapi yang berlandaskan pandangan bahwa manusia terlahir dengan potensi untuk berfikir rasional dan jujur maupun untuk berfikir irasional atau jahat.

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) merupakan suatu proses yang dilakukan oleh konselor untuk membantu konseli agar bisa mengenali dan memahami perasaan, pemikiran, dan perilaku. Proses ini membantu konseli untuk menerima bahwa perasaan, pemikiran dan perilaku tersebut diciptakan oleh konseli sendiri.

Oleh sebab itu, dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) sebagai pendekatan yang akan membantu individu untuk mereduksi kecanduan internet yang sedang dihadapinya, dimana kecanduan itu berasal dari pikiran-pikiran irasional. Peneliti juga memilih dengan teknik *behaviour*. Peneliti memilih teknik tersebut karena, peneliti ingin memodifikasi perilaku negative konseli dengan cara mengubah akar-akar keyakinan yang tidak rasional dan tidak logis pada siswa. Siswa yang mengalami kecanduan internet dibantu untuk mengurangi kecanduan dengan melawan pikiran-pikiran irasional dari individu, sehingga pikiran individu dapat berubah menjadi rasional dan kecanduan dapat berkurang.

Dalam penelitian ini nantinya akan menggunakan Proses Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk mereduksi kecanduan internet pada siswa SMP di Nganjuk. Agar mendapatkan informasi data yang lebih akurat tentang kecanduan internet pada siswa, maka dibuatlah instrumen pengukuran yakni skala kecanduan internet. Instrumen dapat dikatakan valid dan reliabel setelah melakukan uji lapangan validitas dan reliabilitas. Artikel ini diberi batasan hasil uji validitas dan reliabilitas instrumen kecanduan internet siswa SMP. Berikut akan disampaikan hasil dari uji validitas dan reliabilitas instrumen.

METODE

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik penelitian quasy eksperimen. Menurut Arikunto, 2006 (dalam Krisphianti, dkk, 2020) Quasy eksperimen merupakan teknik penelitian dalam pendekatan kuantitatif yang belum memenuhi persyaratan ilmiah mengikuti peraturan-peraturan tertentu. Adapun *design* penelitian yang digunakan dalam *pre-test and post-test group*. Adapun prosedur penelitian sebagai berikut.

$$O_1 \times O_2$$

Gambar 1. Prosedur penelitian (Cohen, L. Manion, L & Mottison, 2007 dalam Krisphianti, dkk 2020)

Keterangan:

- O_1 : Pelaksanaan *pre-test* dengan menggunakan skala kecanduan internet
- X : Pelaksanaan treatment yakni dengan menggunakan Proses Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)
- O_2 : pelaksanaan *post test* dengan menggunakan skala kecanduan internet

Pelaksanaan penelitian ini dimulai dengan melaksanakan *pre test* dengan menggunakan alat pengumpul data berupa skala kecanduan internet. Skala kecanduan internet yang digunakan merupakan skala kecanduan internet yang telah dilakukan uji lapangan dan sudah dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas terlebih dahulu.

Siswa yang telah melakukan *pre test*, maka akan dapat diketahui berapa jumlah siswa yang memiliki kecanduan internet yang sangat tinggi. Siswa dengan kecanduan internet yang sangat tinggi nantinya akan menjadi subjek dalam penelitian ini. Ada 6 siswa yang memiliki kecanduan internet yang sangat tinggi. Pelaksanaan treatment dilakukan dengan menggunakan proses konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dan selanjutnya adalah pelaksanaan *post test* dengan menggunakan alat pengumpul data kecanduan internet.

Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecanduan internet. Penyusunan skala ini dilandaskan dari indikator karakter kecanduan internet. Dari indikator kemudian menjadi *blue-print* skala kecanduan internet dan mendapat 50 item yang dijabarkan dari masing masing indikator tersebut.

Uji lapangan dilaksanakan kepada siswa SMP Negeri 1 Sukomoro kelas VIII dengan jumlah 58 siswa. Setelah dilakukan uji lapangan selanjutnya dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas dengan menggunakan korelasi product moment pearson dan reliabilitas instrumen menggunakan *alpha cronbach* dengan bantuan *SPSS 22.0 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Kualitas Diri
3. Indikasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Kebudayaan, Sejarah, Wisata, Pariwisata, Dan Pembangunan Berbasis Kearifan Lokal
5. Peningkatan Perencanaan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Akademi, Mahasiswa, Page 101 PK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebangkitan Generasi Z
8. Inovasi Budaya Berbasis Kearifan Lokal
9. Mendukung Inovasi Berbasis Kearifan Lokal



Link Pendaftaran: <https://s.id/senja-kkn>

Tabel 1. Hasil Validitas Skala Kecanduan Internet

No Item Soal	Koefisien Validitas	r-tabel	Keputusan
1	0,719	0,349	Valid
2	0,627	0,349	Valid
3	0,388	0,349	Valid
4	0,621	0,349	Valid
5	0,613	0,349	Valid
6	0,626	0,349	Valid
7	0,415	0,349	Valid
8	0,572	0,349	Valid
9	0,120	0,349	Tidak Valid
10	0,035	0,349	Tidak Valid
11	0,366	0,349	Valid
12	0,080	0,349	Tidak Valid
13	0,503	0,349	Valid
14	0,548	0,349	Valid
15	0,382	0,349	Valid
16	0,522	0,349	Valid
17	0,204	0,349	Tidak Valid
18	0,130	0,349	Tidak Valid
19	0,556	0,349	Valid
20	0,379	0,349	Valid
21	0,097	0,349	Tidak Valid
22	0,144	0,349	Tidak Valid
23	0,206	0,349	Tidak Valid
24	0,512	0,349	Valid
25	0,301	0,349	Tidak Valid
26	0,405	0,349	Valid
27	0,249	0,349	Tidak Valid
28	0,017	0,349	Tidak Valid
29	0,507	0,349	Valid

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Kualitas Pembelajaran
3. Indikator Keefektifan Lokal dengan Layanan BK
4. Kebijakan, Strategi, Wawasan, Perencanaan, dan Pelaksanaan Berbasis Kearifan Lokal
5. Peningkatan Pembelajaran Generasi Z (Praktis-sosial, Akademik & Karakter)
6. Akademi, Mahasiswa, Page 121-134
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Inovasi Budaya Berbasis Kearifan Lokal
9. Mendukung Permasalahan Generasi Z (Praktis-sosial, Akademik & Karakter)



30	0,375	0,349	Valid
31	0,328	0,349	Tidak Valid
32	0,362	0,349	Valid
33	0,641	0,349	Valid
34	0,616	0,349	Valid
35	0,413	0,349	Valid
36	0,581	0,349	Valid
37	0,530	0,349	Valid
38	0,132	0,349	Tidak Valid
39	0,491	0,349	Valid
40	0,420	0,349	Valid
41	0,272	0,349	Tidak Valid
42	0,270	0,349	Tidak Valid
43	0,492	0,349	Valid
44	0,591	0,349	Valid
45	0,378	0,349	Valid
46	0,340	0,349	Valid
47	0,564	0,349	Valid
48	0,366	0,349	Valid
49	0,499	0,349	Valid
50	0,268	0,349	Tidak Valid

Tabel 2. Blue Print Skala Kecanduan Internet setelah uji validitas dan Reliabilitas

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item Pernyataan
Kecanduan Internet	Perhatian tertuju pada internet	Siswa selalu terpaku untuk memikirkan aktivitas online	1,2,3,4,5,6,7,8,11
	Penggunaan internet terus meningkat	Siswa mempunyai keinginan terus menerus menggunakan internet dengan jumlah waktu yang semakin meningkat	13,14,15,16,19,20
	Tidak mampu mengontrol penggunaan internet	Siswa tidak mampu mengendalikan dirinya untuk tidak bermain internet	24,26,29,30,32



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikulitural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Kualitas Pembelajaran
3. Indikasi Keefektifan Lokal dengan Layanan BK
4. Kebijakan, Strategi, Wawasan, Perencanaan, dan Pelaksanaan Berbasis Kearifan Lokal
5. Peningkatan Pembelajaran Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademi & Kelembagaan)
6. Akademi, Mahasiswa, Page 1211 PK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Ketahanan Generasi Z
8. Inovasi Pembelajaran Berbasis Kearifan Lokal
9. Meningkatkan Kualitas Pembelajaran Kearifan Lokal

SENJA KKN #5 PROSIDING
 Simposium Nasional Dalam Jaringan: Riset Kearifan Nusantara
 "Revitalisasi Bimbingan dan Konseling Berbasis Kearifan Lokal untuk Memperkuat Kreativitas & Ketangguhan Generasi Z menuju Indonesia Emas"



Link Pendaftaran: <https://s.id/senja-kkn>

Merasa tidak nyaman jika offline	Siswa merasa gelisah, murung ketika menghentikan penggunaan internet	33,34,35,36,37,39,40
Online lebih lama dari yang diharapkan	Siswa sulit untuk menetapkan kapan harus menghentikan aktivitas berinternet	43,44,45,46,47,48,49

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
,805	34

Berdasarkan tabel 1, hasil uji validitas skala kecanduan internet diatas, yakni item kurang dari r hitung, yakni item soal nomor soal 9, 10, 12, 17, 18, 21, 22, 23, 25, 27, 28, 31, 38, 41, 42, 50.

Berdasarkan tabel 2 yakni tentang *Blue print* Skala Kecanduan Internet setelah uji validitas dan reliabilitas, penyusunan kembali *blue print* skala kecanduan internet dapat diketahui bahwa masing-masing indikator kecanduan internet terwakili dengan item yang valid. Selanjutnya untuk menilai kereliabelan dari skala ini dilanjutkan dengan melakukan uji reliabel dengan menggunakan *alpha cronbach* dengan bantuan SPSS 22.0 for windows.

Berdasarkan uji reliabilitas skala yang didapatkan hasil *Alpha Cronbach* sebesar 0.805. Hal ini memiliki arti bahwa nilai koefisien reliabilitas skala kecanduan internet dalam rentang reliabel. Pernyataan ini didasarkan pada pendapat Azwar (2015) yang mengatakan bahwa koefisien reliabel yang mendekati 1.00 memiliki arti pengukuran instrumen semakin reliabel (Krisphianti, dkk, 2020). Dengan demikian, skala kecanduan internet dapat digunakan sebagai sebuah instrumen kecanduan internet siswa SMP di Kota Nganjuk dalam tahap penelitian selanjutnya, yakni untuk mendapatkan data tentang siapa saja siswa SMP yang memiliki tingkat kecanduan internet yang sangat tinggi.

Menurut Yusup, 2018 (dalam Krisphianti dkk, 2020) instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data atau mengukur objek dari suatu variabel penelitian. Nilai validitas dan reliabilitas suatu instrumen dipengaruhi oleh subjek yang diukur, pengguna instrumen, dan instrumen itu sendiri, oleh sebab itu, validitas dan reliabilitas harus diuji terlebih dahulu sebelum instrumen digunakan.

Adapun pendapat lain yang mendukung tentang betapa pentingnya uji validitas dan reliabilitas yakni menurut Widodo, 2006 (dalam Krisphianti dkk, 2020) yang berpendapat bahwa hasil uji validitas dan reliabilitas penelitian merupakan bukti yang mendukung atau sebaliknya tidak mendukung dari sebuah instrumen yang diukur. Berdasarkan dua pendapat diatas, maka benar adanya bahwa uji validitas dan reliabilitas pada sebuah instrumen penelitian

harus dilakukan guna untuk mendapatkan instrumen yang relevan terhadap variabel variabel penelitian.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Berdasarkan perihal yang telah dijelaskan diatas dapat diketahui bahwa menurunkan tingkat kecanduan internet pada siswa SMP menggunakan Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) membutuhkan sebuah instrumen pengumpul data yang harus relevan. Instrumen tersebut berupa skala kecanduan internet. Skala kecanduan internet dikembangkan berdasarkan indikator para ahli dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas instrumen, diperoleh 34 item yang telah mewakili dari setiap indikator yang dikembangkan dengan koefisien reliabel instrumen sebesar 0.805. Berdasarkan hasil hari uji tersebut, maka skala kecanduan internet dapat digunakan sebagai alat ukur kecanduan internet pada siswa SMP di Kota Nganjuk pada tahap penelitian selanjutnya.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah dapat mempertimbangkan penerapan bimbingan kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) sebagai salah satu metode untuk mereduksi tingkat kecanduan pada siswa. Selain itu, penelitian lanjutan dapat dilakukan dengan ruang lingkup yang tentunya lebih luas atau dalam konteks sekolah yang berbeda untuk memperkuat generalisasi temuan ini. Karena dalam penelitian ini dapat membuktikan bahwa keefektifan konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk mereduksi kecanduan internet pada siswa.

DAFTAR RUJUKAN

1. Dari Buku Teks

Latipun (2017) Buku berjudul Psikologi Konseling halaman 77, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.

2. Dari Elektronik Jurnal (e-Jurnal)

Krisphianti, Y. D., Setyaputri, N. Y., & Gumilang, G. S. (2020). Validitas dan Reliabilitas Skala Psikologis Percaya Diri untuk Mengukur Tingkat Percaya Diri Siswa SMK Kota Kediri. *Jurnal PINUS: Jurnal Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 6(1), 57-65.

Marlina, R. D. (2017). *Hubungan antara fear of missing out (fomo) dengan kecenderungan kecanduan internet pada emerging adulthood* (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).

1. Bimbingan dan Konseling Multikulitural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Kualitas Kelembagaan Sekolah
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Kebudayaan, Sejarah, Wisata, Perencanaan, Pemeliharaan Berbasis Kearifan Lokal
5. Peningkatan Perencanaan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Kelembagaan)
6. Akademi, Mahasiswa, Page 121-124
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kelembagaan Generasi Z
8. Inovasi Budaya Berbasis Kearifan Lokal
9. Meningkatkan Kualitas Pembelajaran Kelembagaan



Riadi, Muchlisin. (2021). *Kecanduan internet (Pengertian, Aspek, Jenis, Dampak dan Faktor yang Mempengaruhi)*.

Thahir, A., & Rizkiyani, D. (2017). Pengaruh Konseling Rational Emotif Behavioral Therapy (REBT) dalam Mengurangi Kecemasan Peserta Didik Kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 197-206.

Bastomi, H., & Aji, M. A. S. (2018). Konseling Rational Emotif Behaviour Therapy (Rebt)-Islami (Sebuah Pendekatan Integrasi Keilmuan). *Journal of Guidance and Counseling*, 2(2).

Erlina, N., & Sari, D. N. (2016). Pengaruh Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosional Pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016. *Konseli*, 3(2), 303-316.

SANTOSO, P. (2021). *Upaya Mereduksi Kecanduan Game Online Melalui Konseling Kelompok Berpendekatan Rational Emotive Behavior Therapy Pada Remaja Usia 13–18 Tahun Di Desa Karangasem Kecamatan Petarukan Kabupaten Pemalang* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS PANCASAKI TEGAL).

Tewuh, G. F. (2022). *PENGARUH INTERNET ADDICTION TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA SMK BINA WISATA LEMBANG (Survey Pada Mata Pelajaran Prakarya dan Kewirausahaan kelas XI Program Keahlian Administrasi Perkantoran Semester Ganjil Tahun Ajaran 2021-2022)* (Doctoral dissertation, FKIP UNPAS).

Sari, A. P., Ilyas, A., & Ildil, I. (2017). Tingkat kecanduan internet pada remaja awal. *Jppi (jurnal penelitian pendidikan indonesia)*, 3(2), 110-117.