

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Profil singkat Pondok Pesantren Sumber Bungur Pamekasan

Pondok pesantren sumber Bungur Pamekasan merupakan tempat pendidikan di Kabupaten Pamekasan, Pondok ini diresmikan pada tahun 1988. Adapun pondok pesantren sumber Bungur Pamekasan dipimpin oleh Kyai Haji Ahmad Madani, Kyai Haji Ahmad Madani lahir di Pamekasan pada tanggal 17 september 1941 tepatnya di Dusun sumber Bungur Pakong Pamekasan. Beliau putra dari 2 pasangan Kyai Haji Ahmad Abdul Majid dan Nyai rukoyah pada awalnya pondok pesantren dipimpin oleh Kyai Haji Abdul Majid akan tetapi Kyai Haji Abdul Majid meninggal dunia pada tahun 1959 maka pada saat itu Kyai Haji Ahmad Madani yang mengganti kepemimpinan ayahnya beliau masih berumur 30-an. Meskipun beliau masih muda umurnya akan tetapi beliau tidak merasa kesulitan dalam memimpin pondok pesantren sumber Bungur Pamekasan karena beliau mempunyai wawasan yang luas jadi dalam memimpin pondok pesantren Sumber Bungur Pamekasan beliau tidak merasa kesulitan, pada saat itu santri masih dibilang sedikit karena masih memiliki 50 Santri. Berbeda dengan sekarang santri yang mondok di pondok pesantren sumber Bungur Pakong Pamekasan kurang lebih 400-500 santri, Adapun dengan pendidikan di pondok pesantren sumber Bungur Pamekasan juga berbeda dengan yang dulu, yang dulu pondok pesantren sumber Bungur Pamekasan

merupakan Pondok Salaf, akan tetapi pada tahun 1960 pondok pesantren sumber Bungur Pamekasan berubah menjadi pondok pesantren yang modern.

Kyai Haji Ahmad Madani mempunyai 7 Putra diantaranya adalah Ahmad Arif Madani Lc, Muhammad Toyib Madani, S.Ip, Abdul Majid Ahmad Madani, Abdullah ahmad madani, Hafsah Madani, Hannah Madani, Ulfa Madani, dalam menempuh pendidikan Kyai Haji Ahmad Madani tidak pernah mengatur pendidikan putranya akan tetapi meskipun dalam hal pendidikan Tidak mengekang bukan berarti Kyai Haji Ahmad Madani tidak menjaga etika putranya. Beliau mengatakan bahwa silahkan berbeda dalam menempuh pendidikan akan tetapi harus sesuai syariat Islam, Maka dari itu kepemimpinan pada saat Kyai Haji Ahmad Madani ini dalam hal peraturan di pondok jika ada perubahan dalam hal peraturan untuk pelanggaran santri Kyai Haji Ahmad Madani tidak pernah menegur karena berkaca pada pendidikan keluarganya yakni asalkan sesuai dengan syariat Islam tidak apa-apa.

Pada saat dahulu peraturan di pondok pesantren sumber Bungur untuk santri yang melanggar hanya berdiri dan membaca rotib atau Asmaul Husna dan durasinya selama 15 menit, dan peraturan itu berlangsung sampai tahun 2017 bulan 3 dan pada tahun 2017 bulan 4 peraturan sudah berubah yakni bagi yang melanggar menghafalkan hadis sambil berdiri sampai hafal hadis yang sudah ditentukan oleh aturan pondok pesantren sumber Bungur Pamekasan. Peraturan tersebut tidak berlangsung lama,

semenjak kyai haji Ahmad madani wafat pada tahun 2021 dan kepemimpinan pondok pesantren sumber bungur pamekasan dialah tangankan pada putranya kyai Abdullah ahmad madani peraturan pondok pesantren sumber bungur berubah lagi. Jika dulu ada yang melanggar hanya berdiri sampai hafal hadist sekarang akan diberikan sanksi berupa berdiri didepan dhalem (rumah kyai) selama 2 jam, diberikan hafalan kitab amsilati dan didenda uang sebesar Rp.10.000. Bahkan syarat untuk bisa pulang saat liburan harus tuntas hafalan amsilati, jika tidak mencapai target yang sudah ditentukan maka harus pulang lebih akhir dari tanggal yang sudah ditetapkan dan akan balik pada tanggal yang sama.

2. Visi misi Pondok Pesantren Sumber Bungur Pamekasan

Adapun visi pondok pesantren sumber bungur pamekasan yaitu:

- Menyelenggarakan pendidikan dan bimbingan secara efektif sehingga santri berkembang secara optimal.
- Menumbuh kembangkan Penghayatan dan Pengamalan ajaran Islam sehingga santri dapat menjadi motivator dalam berakhlakul karimah.
- Upaya mencerdaskan kehidupan bangsa dan mewujudkan pendidikan nasional yang bermuara pada tujuan pembangunan nasional memerlukan usaha-usaha yang sistematis, terarah dan internasional dalam menggali dan mengembangkan potensi manusia Indonesia secara maksimal, sehingga dapat menjadi bangsa yang maju, sejahtera, damai, dan berdasarkan Pancasila.

Adapun misi pondok pesantren sumber bungur pamekasan yaitu:

- Menyelenggarakan pendidikan yang berbasis pada potensi santri.
- Membimbing dan mengembangkan potensi santri agar unggul dalam akademik dan non akademik.
- Menyelenggarakan pembelajaran yang integratif yang keempat menerapkan manajemen berbasis masyarakat yang terakhir menyelenggarakan bimbingan dan penyuluhan yang berkualitas.⁴⁶

3. Hasil uji persyarat analisis

a) Uji normalitas

Uji normalitas adalah uji prasyarat analisis yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya data yang didapat dari hasil variabel. Uji normalitas ini dilakukan melalui bantuan program SPSS versi 25 for windows dengan menggunakan Uji *Kolmogorov Smirnov*. Alasan pengambilan berdasarkan keputusan dalam tes ini adalah sebagai berikut:

- 1) Apabila skor signifikansi ($>$) lebih besar dari angka 0,05 maka data penelitian berdistribusi normal.
- 2) Apabila skor signifikansi ($<$) lebih kecil dari angka 0,05 maka data penelitian tidak berdistribusi normal.

⁴⁶ Siti Farida (pengurus pondok pesantren putri sumber bungur Pamekasan), wawancara langsung, Pondok Pesantren Sumber Bungur, 11 maret 2024.

Tabel 4.1
Hasil Output Uji Normalitas dengan SPSS

| | | |
|----------------------------------|----------------|---------------------|
| N | | 6 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | 47.50 |
| | Std. Deviation | 3.937 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .237 |
| | Positive | .237 |
| | Negative | -.237 |
| Test Statistic | | .237 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .200 ^{c,d} |

Berdasarkan hasil tes tersebut, diperoleh nilai Asymp. Sig. yang sama yakni besarnya 0,200 dalam artinya hasil uji normalitas yang dilakukan tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05 artinya variabel yang diteliti berdistribusi normal.

4. Data kuantitatif

a. Data pengukuran awal (*pre-test*)

Hasil pemilihan sampel yang dilakukan melalui *sampling purposive*, maka terpilihlah 6 santri menjadi subjek, dimana pada 6 santri tersebut diberikan sebuah perlakuan berupa konseling kelompok melalui teknik *self management*. Sebelum diberikan *treatment*, pengkaji memberikan Skala Kejenuhan Belajar terlebih dahulu guna memperoleh gambaran terkait keadaan awal dari subjek penelitian tersebut. Kemudian hasil yang diperoleh yakni:

Tabel 4.2
Hasil *pre-test*

| No | Subyek penelitian | Skor kejenuhan belajar | Kategori |
|---------------|-------------------|------------------------|----------|
| 1 | NF | 44 | Tinggi |
| 2 | AN | 50 | Tinggi |
| 3 | WS | 45 | Tinggi |
| 4 | SK | 52 | Tinggi |
| 5 | KK | 43 | Tinggi |
| 6 | AS | 51 | Tinggi |
| Jumlah | | 285 | |

b. Data hasil treatment

Perlakuan berupa konseling secara kelompok dengan menggunakan teknik *self management* diberikan kepada santri yang memiliki kejenuhan belajar yang rendah. Pada penelitian yang dilakukan ini konseling melalui teknik *self management* akan dilakukan kepada santri yang berjumlah 6 orang. Pemberian layanan konseling tersebut melalui *self management* dilakukan oleh peneliti sebanyak 3 kegiatan pertemuan dilaksanakan di ruang pengurus pondok pesantren putri sumber bungur pamekasan.

Pelaksanaan layanan konseling secara kelompok melalui teknik *self management* ini dilakukan peneliti untuk meningkatkan kejenuhan belajar peserta didik. Adapun rincian pelaksanaannya sebagai berikut:

1) Pra eksperimen

Hari/tanggal : Sabtu/ 09 Maret 2024

Pokok pembahasan : Menyebarkan skala kejenuhan belajar (*pre-test*), perkenalan, menjalin hubungan baik dengan santri, dimana nantinya akan memberikan pemahaman maksud dan tujuan layanan dan petunjuk pengisian alat instrument. Menjelaskan tentang kejenuhan belajar dengan pemberian teknik *self management*.

Tempat : Pondok pesantren

Tujuan : Untuk mengetahui skor awal mengenai kejenuhan belajar santri, agar santri dapat mengetahui dan memahami indikator dalam kejenuhan belajar.

Kegiatan: Peneliti memperkenalkan diri terlebih dahulu dan kemudian dilanjut santri memperkenalkan diri satu persatu. Setelah itu, peneliti menjelaskan tentang hal-hal yang termasuk dalam kejenuhan belajar dan memberikan contoh dari perilaku seseorang yang memiliki kejenuhan belajar. Peneliti menjelaskan hubungan antara kejenuhan belajar dengan *self management*.

2) Pertemuan pertama

Hari/ Tanggal : Minggu/ 10 Maret 2024

Pokok bahasan : Membahas materi tentang kejenuhan belajar bersama santri, melaksanakan *treatment* yaitu pelatihan melalui

media “gambar” dengan topik kejenuhan belajar, setelah selesai pelatihan selesai peneliti meminta santri untuk menyampaikan pendapatnya dari isi gambar tersebut.

Tempat : Pondok pesantren

Tujuan : Agar santri dapat memahami mengenai kejenuhan belajar sehingga nantinya mampu mengubah perilaku negatif.

Kegiatan : Peneliti meminta setiap individu untuk menjelaskan tentang pengetahuan kejenuhan belajar serta alasan mengapa kejenuhan belajar sangat penting untuk dihindari.

3) Pertemuan kedua

Hari/ Tanggal : Senin/ 11 Maret 2024

Pokok bahasan : Pada pertemuan kedua ini peneliti mereview ulang mengenai pertemuan sebelumnya. Setelah itu peneliti memberikan pelatihan melalui media “video”. Setelah selesai peneliti meminta santri untuk menyampaikan apa yang didapat dari video tersebut.

Tempat : Pondok pesantren

Tujuan : Agar santri tidak selalu merasa jenuh dalam belajar.

Kegiatan : Peneliti meminta setiap santri untuk memahami isi video dengan baik, agar isi video tersebut bisa tersampaikan atau bisa dipahami dengan baik.

4) Pertemuan ketiga

Hari/ Tanggal : Selasa/ 12 Maret 2024

Pokok bahasan :Peneliti memberikan pelatihan yang melalui media video dan meminta santri untuk menontonnya dengan seksama. Setelah video selesai peneliti meminta santri untuk menyampaikan makna dari video tersebut.

Tempat :Pondok pesantren

Tujuan :Agar santri dapat mempraktekkan dalam kehidupan sehari-harinya untuk tidak jenuh dalam belajar

Kegiatan :Peneliti meminta santri menonton video yang menceritakan seseorang yang merasa selalu jenuh dalam belajar.

5) Pasca eksperimen

Hari/ Tanggal : Rabu/ 13 Maret 2024

Pokok bahasan : Peneliti ingin mengetahui hasil pemberian *treatment* dengan menggunakan *self management* terhadap kejenuhan belajar santri dengan cara memberikan *post-test*.

Tempat :Pondok pesantren

Tujuan :Untuk Mengetahui hasil pemberian *treatment* dengan menggunakan teknik *self management* terhadap kejenuhan belajar santri.

c. Data hasil *post test*

Tabel 4.3
Hasil *post test*

| No | Subyek penelitian | Skor kejenuhan belajar | Kategori |
|---------------|-------------------|------------------------|----------|
| 1 | NF | 38 | Rendah |
| 2 | AN | 27 | Rendah |
| 3 | WS | 31 | Rendah |
| 4 | SK | 29 | Rendah |
| 5 | KK | 33 | Rendah |
| 6 | AS | 36 | Rendah |
| Jumlah | | 194 | |

Tabel 4.4
Perbandingan nilai *pre test* dan *post test*

| Responden | Pre test | Post test | Selisih |
|------------------|--------------|--------------|------------|
| NF | 44 | 38 | -6 |
| AN | 50 | 27 | -23 |
| WS | 45 | 31 | -14 |
| SK | 52 | 29 | -23 |
| KK | 43 | 33 | -10 |
| AS | 51 | 36 | -15 |
| Jumlah | 285 | 194 | -91 |
| Rata-rata | 47,50 | 32,33 | -15 |

5. Pembuktian hipotesis

Teknik analisis yang dilakukan untuk menguji suatu hipotesis yaitu uji paired sample T-test. Pengujian ini merupakan suatu elemen dari uji hipotesis komparatif. Alasan peneliti menggunakan uji ini karena untuk melihat perubahan rata-rata dari kedua sampel yang saling berkaitan. Diperoleh hasil uji hipotesis sebagaimana rincian berikut ini:

Tabel 4.5

Paired sample T test

| | | Paired Samples Test | | | | | | | |
|--------|--------------------|---------------------|----------------|-----------------|---|----------|-------|----|-----------------|
| | | Paired Differences | | | | | T | df | Sig. (2-tailed) |
| | | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference | | | | |
| | | | | | Lower | Upper | | | |
| Pair 1 | pretest - posttest | 15,16667 | 6,85322 | 2,79782 | 7,97465 | 22,35868 | 5,421 | 5 | 0,003 |

Paired Samples Statistics

| | | Mean | N | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|----------|---------|---|----------------|-----------------|
| Pair 1 | pretest | 47,5000 | 6 | 3,93700 | 1,60728 |
| | posttest | 32,3333 | 6 | 4,17931 | 1,70620 |

Paired Samples Correlations

| | | N | Correlation | Sig. |
|--------|--------------------|---|-------------|-------|
| Pair 1 | pretest & posttest | 6 | -0,425 | 0,400 |

Hasil uji paired sample t test menunjukkan *mean* sebesar 15.166 nilai tersebut merupakan selisih antara nilai *pretest* dan *posttest* serta diperoleh Sig. (2-tailed) sebesar 0,003. Berdasarkan pengambilan ketetapan uji paired sample t-test menurut Singgih Santosa sesuai nilai Sig. yaitu:

- 1) Jika nilai Sig. (2-tailed) lebih kecil dari 0,05 maka H₀ ditolak dan H_a diterima.
- 2) Jika nilai Sig. (2-tailed) lebih besar dari 0,05 maka H₀ diterima dan H_a ditolak.

Pada uji paired sample t test diatas tertera jika nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,003 menandakan lebih kecil dari 0,05 berarti terdapat perubahan signifikan dari hasil rata-rata *pretest* dan *post-test*.

a. Uji T

Pada tes T atau uji parsial, merupakan uji agar mendapati seperti apa pengaruh dari suatu variabel bebas terhadap variabel terikat. Uji tersebut bisa dilaksanakan melalui membandingkan T hitung dengan T tabel atau dengan melihat kolom signifikansi pada masing-masing T hitung. Dari hasil uji paired sample t tes yang telah dilakukan peneliti maka diketahui T hitung sebesar 5.421. Diketahui T tabel dengan df 5 adalah sebesar 2.570 yang berarti hasil dari T hitung lebih besar dibandingkan T tabel. Jadi dapat disimpulkan jika H_0 ditolak dan H_a diterima atau ada pengaruh variable (X) atau variable (Y) atau hipotesis diterima.

b. Uji paired sample correlations

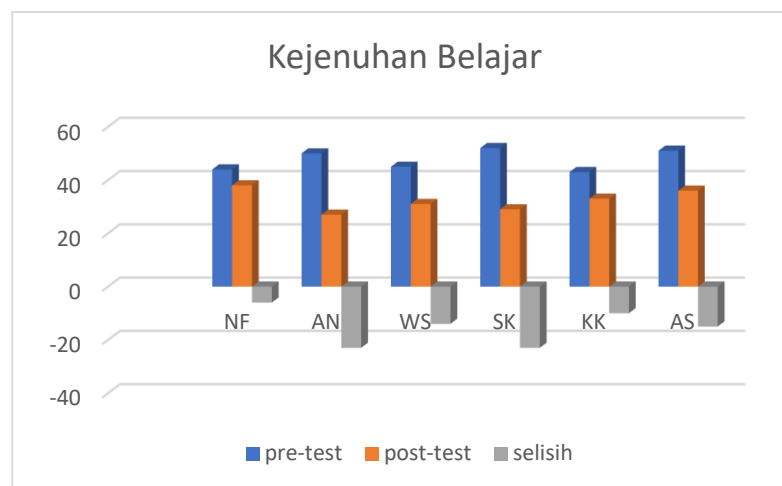
Melalui hasil uji *paired samples correlations* diketahui bahwa nilai korelasi yaitu -0.425 dengan nilai signifikansi sebesar 0,400. Karena nilai Sig. 0,400 > probabilitas 0,05 maka bisa dikatakan jika tidak terdapat hubungan antara variabel *pre-test* dengan variabel *post-test*.

c. Uji paired sample statistics

Berdasarkan uji *paired samples statistics* diperoleh hasil rata-rata nilai *pre-test* dengan nilai rata-rata sebesar 47,50 dan nilai rata-rata

post-test sebesar 32,33. Diketahui bahwa nilai rata-rata *post-test* lebih kecil dibanding nilai rata-rata *pre-test* yang menunjukkan bahwa ada perubahan skor yang bermakna dari hasil *treatment* yaitu konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam mengatasi kejenuhan belajar santri.

Gambar 4.1
Diagram batang hasil *pre test* dan *post test*
Skala Kejenuhan Belajar



Dari diagram diatas bisa diketahui ada perbedaan skor kejenuhan belajar. Untuk grafik *post-test* secara umum dikatakan lebih kecil dibandingkan *pre-test* karena hasil *pre-test* dan *post-test* ada perbedaan skor setelah diberikan *treatment* konseling kelompok dengan teknik *self management*.

6. Hasil wawancara

a. Pengurus Pondok Pesantren Sumber Bungur Pamekasan

Pembuktian hipotesis ini juga diperkuat dengan adanya pelaksanaan wawancara yang dilaksanakan pada pengurus pondok

pesantren sumber bungur pamekasan. Wawancara dilakukan mengenai permasalahan santri yang memiliki kejenuhan belajar, bagaimana pengurus menyikapi santri yang memiliki kejenuhan belajar, serta apakah ada perubahan setelah diberikan treatment dan bagaimana perubahannya.

“Kejenuhan belajar yang dialami oleh santri disebabkan beberapa hal, yaitu adanya rasa bosan dan malas mengenai mata pelajaran yang kurang disukai, guru yang membosankan, metode mengajar guru yang tidak menarik, serta cape pun menjadi penyebab santri memiliki kejenuhan belajar. Upaya yang dilakukan pengurus untuk mengurangi kejenuhan yang dialami oleh santri yaitu dengan cara memberi tahu pada guru yang mengajar agar metode yang digunakan lebih menarik dengan menyelengi pelajaran dengan sedikit permainan kecil agar murid yang diajarkan tidak merasa bosan dan malas, serta memberikan hukuman dan denda agar santri memiliki sikap jera. Dengan diberikan treatment berupa konseling kejenuhan belajar yang dialami santri mengalami perubahan, lebih menurun daripada sebelum diberikan treatment”.⁴⁷

b. Santri

Peneliti melakukan proses wawancara dengan santri yaitu NF, AN, WS, SK, KK, AS, untuk mengetahui apa penyebab mereka jenuh belajar, apa yang mereka lakukan saat jenuh belajar, apa yang dilakukan pengurus saat mengetahui ada santri yang memiliki kejenuhan belajar. Responden pertama yang peneliti tanyakan yaitu NF, NF mengatakan:

“Saya mengalami kejenuhan belajar disebabkan guru yang membosankan, hafalan yang menumpuk dan mengantuk. Disaat saya jenuh dalam belajar saya memilih bolos mata

⁴⁷ Siti Farida (pengurus pondok pesantren sumber bungur), wawancara langsung, pondok pesantren sumber bungur, 12 maret 2024.

pelajaran, tidak sekolah, tidak mendengarkan saat guru menjelaskan, jika pengurus mengetahui itu maka diberikan keringanan dalam menghafal dan diberi hukuman berdiri di lapangan selama kurang lebih 45 menit dan dikenakan denda”.

Responden kedua yang saya tanyakan adalah AN, AN menyatakan:

“Saya mengalami kejenuhan belajar dikarenakan guru yang kurang disukai dan pelajaran yang kurang disukai. Disaat saya jenuh belajar saya memilih tidur dan bolos, jika pengurus mengetahui itu maka diberikan jam belajar kurang lebih selama 1 jam dan akan diberikan hukuman berdiri dilapangan dan di denda”.

Responden ketiga yang saya tanyakan adalah WS, ws menyatakan:

“Saya mengalami kejenuhan belajar dikarenakan pelajaran yang kurang disukai dan guru yang membosankan. Disaat saya jenuh belajar saya memilih tidur dan baca novel, jika pengurus mengetahui itu maka novel yang saya baca akan dirampas dan diberikan hukuman berdiri di lapangan”.

Responden keempat yang saya tanyakan adalah SK, SK menyatakan:

“Saya mengalami kejenuhan belajar dikarenakan cape dan mengantuk disebabkan padatnya jam belajar yang ada di pesantren. Disaat saya jenuh belajar saya memilih tidur dan bercerita dengan teman, jika pengurus mengetahui itu maka saya akan diberikan hukuman berdiri di lapangan dengan menghafal kitab”.

Responden kelima yang saya tanyakan adalah KK, KK menyatakan:

“Saya mengalami kejenuhan belajar disebabkan pelajaran yang kurang disukai. Disaat saya jenuh belajar saya memilih baca novel, jika pengurus mengetahui itu maka novel yang saya baca akan dirampas”.

Responden terakhir yang saya tanyakan adalah AS, AS menyatakan:

“Saya mengalami kejenuhan belajar disebabkan guru yang membosankan. Disaat saya jenuh saya memilih baca novel dan bolos, jika pengurus mengetahui itu maka novel yang saya baca akan dirampas dan diberikan hukuman berdiri dilapangan”.

Dari jawaban wawancara diatas hampir keseluruhan santri yang memiliki kejenuhan belajar disebabkan beberapa faktor yaitu guru yang membosankan, pelajaran yang kurang disukai, padatnya jam belajar di pesantren, hal itu yang membuat santri jenuh dalam belajar.

Pertanyaan wawancara selanjutnya tentang perubahan yang dirasakan setelah diberikan *treatment* salah satu dari responden yaitu AN mengatakan:

“Saya mengalami perubahan dan saya merasakan itu sekarang setelah melakukan konseling, saya sudah mulai sadar bahwa jenuh dalam belajar bisa dikurangi bahkan dihilangkan atas kemauan saya sendiri beserta dukungan dari orang lain.”

B. PEMBAHASAN

1. Bagaimana keefektivan teknik *self management* untuk mengatasi kejenuhan belajar santri di pondok pesantren sumber bungur pamekasan?

Treatment yang digunakan peneliti yaitu konseling kelompok dengan teknik *self management* ini efektif digunakan dalam mengatasi kejenuhan belajar santri. Hal ini dapat dilihat dari signifikan (2-tailed) adalah $0,003 < 0,05$ dan ditunjukkan dari hasil t hitung (5.421) dan t tabel (2.570). Sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada keefektivan *treatment* yang digunakan peneliti yaitu konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengatasi kejenuhan belajar santri di Pondok Pesantren Sumber Bungur Pamekasan. Dalam *treatment* yang

digunakan peneliti ada beberapa teknik yang dapat digunakan untuk mengatasi kejenuhan belajar salah satunya adalah teknik *self management*.

Teknik *self management* ini merupakan prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Setiap manusia memiliki kemampuan untuk membuat pilihan atau keputusan dalam setiap perilakunya.

Dapat disimpulkan bahwa bagaimana individu berusaha untuk mengubah dirinya sendiri dan tidak bergantung pada orang lain, serta berusaha menemukan atau mencari cara sendiri agar keluar dari masalahnya. Berubah tidaknya seseorang semua itu tergantung usaha mereka. Usaha tersebut muncul dalam diri individu sendiri bukan dari orang lain. Namun terkadang tidak semua orang dapat membuat pilihan dalam kehidupan sehari-hari.

Keterkaitan antara teknik *self management* untuk mengatasi kejenuhan belajar santri ini adalah bagaimana usaha mereka membuat pilihan dan mencari solusi agar mereka dapat mengatasi kejenuhan belajar sehingga mereka dapat belajar dengan kondisi baik. Karena masih banyak sekali santri yang merasa jenuh dalam belajar dan lebih memilih untuk menghindari belajar. Hal ini disebabkan karena mereka malas dengan pelajarannya, bosan dengan guru yang mengajar, metode mengajar yang kurang menarik, bahkan ada yang bosan untuk belajar dikarenakan belajar terus menerus.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan pengurus pondok pesantren diperoleh hasil bahwa *treatment* konseling kelompok dengan teknik *self management* ini dapat mengatasi kejenuhan belajar santri. Hal ini bisa dilihat dari hasil wawancara yang dengan pengurus pondok yang menyatakan bahwa santri yang memiliki kejenuhan belajar yang tinggi sudah mengalami penurunan. Seperti halnya mereka sudah mengurangi membolos dari kelas disebabkan pelajaran yang kurang disukai dan guru yang membosankan.

2. Apakah ada perubahan yang signifikan pada skor kejenuhan belajar setelah diberikan *treatment* berupa konseling kelompok dengan teknik *self management*?

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan hasil skor dari kejenuhan belajar santri antara sebelum dan sesudah diberikan *treatment* melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Sampel yang digunakan peneliti berjumlah 6 orang santri Pondok Pesantren Sumber Bungur Pamekasan.

Pada pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self management* ini dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan. Pada pertemuan pertama merupakan penyebaran soal *pre-test* pada siswa untuk mengetahui tingkat kejenuhan belajar santri. Pada pertemuan kedua sampai keempat yaitu melaksanakan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Dan untuk pertemuan terakhir yaitu penyebaran soal

post-test untuk mengetahui tingkat kejenuhan belajar santri setelah diberi *treatment*. Berikut perbedaan skor antara *pre test* dan *post test*:

Tabel 4.6
Data hasil *pre test* dan *post test* skala kejenuhan belajar

| No | Subyek penelitian | Skor pre test | kategori | Skor post test | Kategori | keterangan |
|----|-------------------|---------------|----------|----------------|----------|------------|
| 1 | NF | 44 | Tinggi | 38 | Rendah | Menurun |
| 2 | AN | 50 | Tinggi | 27 | Rendah | Menurun |
| 3 | WS | 45 | Tinggi | 31 | Rendah | Menurun |
| 4 | SK | 52 | Tinggi | 29 | Rendah | Menurun |
| 5 | KK | 43 | Tinggi | 33 | Rendah | Menurun |
| 6 | AS | 51 | Tinggi | 36 | Rendah | Menurun |

Dalam hal ini telah dilakukan pengujian hipotesis menggunakan pengujian uji paired sample t test. Hasil analisis data yang diperoleh dari lapangan diketahui bahwa terdapat perbedaan hasil skor santri yang signifikan antara sebelum diberikan *treatment (pre test)* dengan setelah diberikan *treatment (post test)*. Nilai rata-rata *pre test* sebesar 47,50 dan nilai rata-rata *post test* sebesar 32,33. Disini nilai rata-rata *post test* lebih kecil dibandingkan nilai rata-rata *pre test* yang mengartikan jika ada perubahan skor bermakna dari hasil *treatment* konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif untuk mengatasi kejenuhan belajar santri. Berdasarkan wawancara dengan pengurus pondok pesantren yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa kejenuhan belajar santri menurun setelah diberikan *treatment*.