

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Profil Pondok Pesantren Karang Baru Blumbungan

Pondok Pesantren Karang Baru didirikan oleh Alm KH. Abdul Hamid Baqir bin KH. Abdul Majid pada tahun 1979 M. Berawal dari surau (musholla) kecil, dengan beberapa santri yang dibawakan langsung dari Pondok Pesantren Darul Ulum Banyuanyar. Yang kemudian dipasrahkan kepada KH. Moh Hasibin sebagai khodimul ma'had (pengasuh) Pondok Pesantren Darul Ulum Karang Baru.

Seiring dengan pembangunan kubuk kecil untuk para santri, yang diprakarsai langsung oleh KH. Abdul Hamid Baqir dari Pondok Pesantren Banyuanyar, muncul nama Pondok Pesantren Karang Baru. Nama ini dianugerahi oleh sang guru sebagai bentuk penghargaan dan harapan atas kelangsungan perjalanan Pendidikan dan dakwah.

Didirikan pada tahun 1979, Karang Baru menjadi lembaga pendidikan Islam dengan sistem wetonan dan sorogan pada masa awal. Namun, tidak berhenti di situ, beberapa tahun kemudian, Pondok Pesantren Karang Baru melangkah lebih jauh dengan mengembangkan pendidikan resmi di bawah lindungan Lembaga Pendidikan Islam Darul Ulum. Dalam perjalanannya, lembaga ini telah menjadi pilar kearifan dan pusat pembelajaran yang menginspirasi banyak generasi.

a. Visi Pondok Pesantren

Khairun Naas Anfa'uhum Lin-Naas

b. Misi Pondok Pesantren

Mencetak generasi yang shiddiq, amanah, tabligh dan fathonah dalam segala aspek kehidupan.

2. Data kuantitatif

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

Pada penelitian, sampel ditentukan yaitu dengan menggunakan purposif sampling, dengan menentukan sampel dengan alasan tertentu. Maka sampelnya yaitu 8 santri sebagai subjek penelitian dimana penentuan sampel ini tentunya adanya saran dari pengurus pondok pesantren yang kemudian diberikan perlakuan dengan memberikan layanan konseling dalam bentuk kelompok melalui teknik *Modelling*. Sebelum memberikan treatment atau perlakuan, peneliti memberikan skala kecemasan untuk mengetahui kondisi awal yaitu sebelum diberikannya perlakuan atau treatment.

Tabel 4.1

Kategorisasi data empirik skala kecemasan berbicara di depan umum

Kriteria	Kategori
$X \geq 90$	Tinggi
$60 \leq X \leq 90$	Sedang
$60 < X$	Rendah

Kemudian dapat dilihat skor pengukuran awal (pre-test)

yaitu:

Tabel 4.2
Hasil *Pree-test*

No	Responden	Skor Nilai	Kategori
1	IS	93	Tinggi
2	NM	100	Tinggi
3	ST	98	Tinggi
4	IK	113	Tinggi
5	WS	91	Tinggi
6	FS	98	Tinggi
7	HP	97	Tinggi
8	AS	92	Tinggi
Jumlah		674	

b. Data Hasil Treatment

Pelaksanaan pada penelitian ini yang sudah dilakukan yaitu dilakukan pada 15 Mei 2024. Dalam penelitian ini, peneliti memberikan treatment atau perlakuan kepada 8 santri yang mempunyai kecemasan berbicara saat di depan umum. Pelaksanaan dalam pemberian treatment dilakukan di mushalla pondok pesantren putri. Berikut susunan kegiatan penelitian dengan menerapkan teknik Modelling dengan dinamika konseling kelompok:

Tabel 4.3
Daftar Kegiatan Pelaksanaan Dalam Pemberian Perlakuan (Treatment)

No	Hari/Tanggal	Tempat	Kegiatan
1.	Senin/ 20 Mei 2024	Mushalla Pondok Santri Putri	Perkenalan dengan santri dan memberikan materi tentang kecemasan berbicara di depan umum.
2.	Selasa/ 21 Mei 2024	Ruang Pengurus Santri	Mengeksplorasi permasalahan yang dialami santri dan keinginan santri untuk mengurangi kecenderungan berbicara dalam keadaan cemas ketika di depan umum, menerapkan teknik <i>modelling</i> simbolis berupa tayangan video yang menampilkan contoh sikap ketika berbicara di depan.
3.	Rabu/ 22 Mei 2024	Mushalla Pondok Santri Putri	Memberikan contoh tips/ cara berbicara di depan umum dengan baik yang berguna untuk mengurangi rasa kecemasan dengan teknik <i>modelling</i> simbolis berupa tayangan video, yang kemudian meminta santri untuk melakukan perilaku yang ditampilkan dalam video, memberikan motivasi atau penguatan kepada santri terkait perilaku model
4.	Kamis/ 23 Mei 2024	Mushalla Pondok Santri Putri	Kegiatan.konseling kelompok dengan fokus terminasi dan <i>follow up</i> untuk mengungkap perasaan dan pikiran santri setelah pelaksanaan konseling kelompok, tindak lanjut terhadap hasil kegiatan yang telah disepakati dan dilakukan sehingga akan diketahui sejauh mana tingkat keberhasilan dan kemajuan kegiatan yang telah dilakukan.
8	Jum'at/ 24 Mei 2024	Mushalla Pondok Santri Putri	Penyebaran angket post-test

9	Sabtu/ 25 Mei 2024	Mushalla Pondok Santri Putri	Wawancara
---	--------------------	------------------------------	-----------

c. Data Pengukuran Akhir (*Post-test*)

Tabel 4.4
Hasil *Post-test*

No	Responden	Skor nilai	Kategori
1	IS	58	Rendah
2	NM	53	Rendah
3	ST	59	Rendah
4	IK	56	Rendah
5	WS	41	Rendah
6	FS	50	Rendah
7	HP	57	Rendah
8	AS	50	Rendah
Jumlah		534	

3. Hasil Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Merupakan uji prasyarat analisis yang dilakukan untuk menentukan data dari hasil variabel tersebut apakah normal atau tidak. Dilakukan dengan menggunakan Uji Kolmogorov Smirnov dalam program SPSS versi 25 untuk Windows.

Berikut ini adalah alasan pengambilan keputusan:

- 1) Apabila skor signifikan (tanda) di atas 0,05 menunjukkan distribusi normal.
- 2) Apabila skor signifikan (tanda) di bawah 0,05 menunjukkan distribusi tidak normal.

Tabel 4.5

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Unstandardized Residual	
N		8	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	5.43778770	
Most Extreme Differences	Absolute	.182	
	Positive	.182	
	Negative	-.160	
Test Statistic		.182	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.	.605	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.593
		Upper Bound	.618
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			
d. This is a lower bound of the true significance.			
e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.			

Berdasarkan hasil uji normalitas diatas, diketahui nilai Asymp. Sig. (2-tailed) yaitu $0,200 > 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

4. Pembuktian Hipotesis

Peneliti menggunakan uji *Paired sample T-test* yang merupakan bagian dari uji hipotesis komparatif. Peneliti menggunakan tes ini untuk melihat perubahan rata-rata dari kedua sampel. Berikut hasil uji hipotesis:

Tabel 4.6
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	PRE TES - POST TES	4.47500E1	7.08620	2.50535	38.82579	50.67421	17.862	7	.000

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE TES & POST TES	8	.407	.317

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE TES	97.7500	8	6.96419	2.46221
	POST TES	53.0000	8	5.95219	2.10442

Hasil uji sampel T-test menunjukkan mean sebesar 4,475 yang merupakan selisih antara nilai pree-test dan post-test, dan didapat Sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Menurut Singgih Santosa, penetapan uji sampel T-test sesuai dengan nilai Sig., yaitu:

- 1) H₀ ditolak dan H_a diterima apabila nilai Sig. (2-tailed) < dari 0.05
- 2) H₀ diterima dan H_a ditolak apabila nilai Sig. (2-tailed) > dari 0.05

Pada uji paired sample T-test di atas menunjukkan bahwa nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000 menunjukkan bahwa nilai itu lebih kecil dari 0,05. Oleh

karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan dari hasil pre-test terhadap post-test, dan dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima.

a. Uji T

Tes T bertujuan untuk mengukur pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat. Salah satu cara untuk melakukan uji tersebut adalah dengan membandingkan t hitung dengan t tabel atau dengan melihat kolom signifikan masing-masing t hitung. Hasil dari uji sampel T-test yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa t hitung sebesar 17,862 dan t tabel dengan df 7 sebesar 2,364, yang menunjukkan bahwa hasil t hitung $>$ daripada t tabel. Jadi dapat disimpulkan jika H_0 ditolak dan H_a diterima..

b. Uji Paired Sample Correlations

Hasil uji *paired sample correlations* ditemukan memiliki nilai korelasi 0,407 dan nilai signifikansi 0,317. Karena nilai signifikansi 0,317 $>$ dari probabilitas 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada korelasi antara variabel pre-test dan variabel post-test.

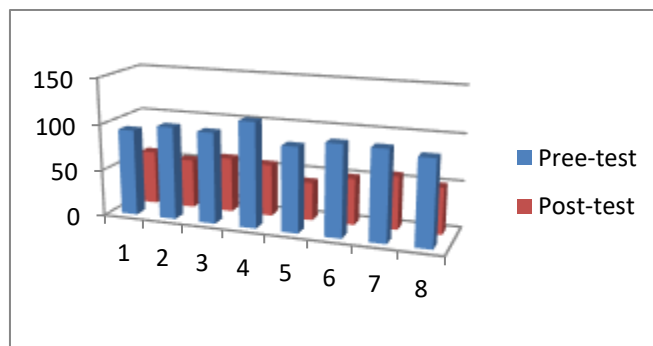
c. Uji spaired sample statistic

Berdasarkan uji statistic paired samples, nilai pre-test rata-rata 97,75 dan nilai post-test rata-rata 53,00 diketahui bahwa nilai rata-rata post-test lebih kecil dari nilai rata-rata pre-test yang menunjukkan bahwa ada perubahan skor yang bermakna dari hasil treatment yaitu konseling kelompok dengan teknik *Modelling* efektif untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan umum santri.

Tabel 4.7
Perbandingan Nilai *Pre-test* dan *Post-test*

No	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	Selisih
1	93	58	35
2	100	53	47
3	98	59	39
4	113	56	57
5	91	41	50
6	98	50	48
7	97	57	40
8	92	50	42
Jumlah	782	424	358
Rata-rata	97,75	53	44,75

Dari tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dari skor kecemasan masing-masing santri antara sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *Modelling* untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan umum.



Grafik di atas menyatakan adanya perbedaan dalam skor kecemasan berbicara di depan umum. Karena ada perbedaan skor antara

hasil pre-test dan post-test setelah treatment konseling kelompok dengan teknik *Modelling*, grafik *post-test* lebih kecil dibandingkan *pre-test*.

5. Hasil Wawancara

a. Hasil wawancara peneliti dengan pengurus pondok pesantren

Hasil dari wawancara peneliti dengan pengurus pondok pesantren dan salah satu santri pada hari Sabtu, 25 Mei 2024 menunjukkan bahwa santri yang mengikuti proses konseling kelompok menggunakan teknik *Modelling* sudah dapat berbicara di depan umum. Hasil analisis data peneliti menunjukkan terdapat peningkatan antara skor pre-test dan post-test dan tidak ada kesamaan skor. Dalam wawancara dengan guru pengurus pondok pesantren, menjelaskan bahwa:

“Menurut saya pelaksanaan konseling kelompok yang sudah diterapkan untuk bisa mengurangi kecemasan santri, bisa dikatakan sudah baik”¹

Pengurus menyatakan bahwa konseling kelompok telah dilakukan dengan baik dalam menurunkan rasa cemas santri untuk berbicara saat di depan umum. Hal ini juga karena sebelumnya penerapan konseling kelompok belum pernah diterapkan kepada santri jadi santri bisa mengetahui apa itu konseling kelompok dan juga

¹ Nurul Layli, Pengurus Pondok Pesantren Karang Baru Bumbungan, *Wawancara langsung* (25 Mei 2024)

pelaksanaan atau penerapannya. Dan peneliti mewawancarai terkait sudah bisa atau tidak untuk berbicara di depan umum yaitu:

“Setelah melewati proses konseling kelompok, santri sudah dapat berbicara di depan umum tanpa rasa cemas”²

Hasil wawancara menunjukkan bahwa santri sudah tidak cemas jika hendak berbicara di depan umum. Ini menunjukkan santri memiliki kemampuan untuk menghilangkan pikiran negatif yang menguasai dirinya yang menjadi penyebab utama santri mengalami kecemasan, yang artinya teknik yang sudah peneliti terapkan mampu membantu santri dalam mengurangi kecemasan yang dialami, pengurus juga menyatakan bahwa”

“Reaksi santri pada saat disuruh untuk maju kedepan yaitu santri sudah tidak merasa takut atau bahkan malu. Dan santri dapat menjelaskan materi dengan tenang”³

Dari pernyataan di atas, teknik yang diterapkan cukup efektif dalam menangani santri yang memiliki masalah dengan kecemasan yaitu saat berbicara di depan khalayak umum. Santri yang takut akan mengalami kesulitan untuk mengungkapkan kata-kata karena santri tersebut kesulitan dalam berkonsentrasi. Dari hasil wawancara dengan pengurus juga menyebutkan bahwa:

“Ada perubahan yang signifikan setelah santri mengikuti proses konseling kelompok dengan teknik *modelling* yaitu

² ibid

³ Nurul Layli, Pengurus Pondok Pesantren Karang Baru Blumbungan, *Wawancara langsung* (25 Mei 2024)

santri sudah mulai membiasakan diri untuk mencoba berbicara secara terbuka”⁴

Dari pernyataan pengurus diatas, bisa disimpulkan jika santri sudah merasa rilkes ketika berbicara didepan umum, yang artinya santri dapat menghilangkan pikiran negatif yang menjadi penyebab utama kecemasan yang dialami oleh santri setelah diberikan treatment. Dan pengurus juga menyatakan terkait dengan harapannya terhadap santri yang mengikuti proses konseling yaitu:

“Harapan saya santri dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya dengan cara santri membiasakan diri dengan berbicara secara terbuka, dan metode yang digunakan oleh peneliti dapat membantu santri mengurangi kecemasan”⁵

Menurut pengurus pondok pesantren, berharap santri bisa berbicara pada waktu di depan umum, dan teknik yang diterapkan oleh peneliti juga efektif. Dan peneliti juga mewawancarai pengurus terkait adanya dampak positif dan dampak negatif setelah di berikan treatment dan pengurus menyatakan bahwa:

“Tidak ada efek negatif, tetapi ada efek positif yaitu santri dapat berbicara di depan orang lain dan tidak merasa malu atau khawatir lagi”⁶

Dalam hasil wawancara tersebut, pengurus menyatakan bahwasanya tidak ada dampak negatif yang muncul setelah diberikan treatment

⁴ Ibid

⁵ Nurul Layli, Pengurus Pondok Pesantren Karang Baru Blumbungan, *Wawancara langsung* (25 Mei 2024)

⁶ Ibid

dan untuk dampak positifnya yaitu santri dapat maju kedepan umum tanpa rasa khawatir ataupun malu.

b. Hasil wawancara peneliti dengan santri

Berdasarkan wawancara antara peneliti dengan salah satu santri yang mengikuti proses konseling kelompok yaitu santri dapat menerangkan sebuah materi tanpa adanya rasa cemas, gugup, khawatir, ataupun takut. Hal ini karena santri dapat menghilangkan pikiran negatif. Hasil dari wawancara peneliti dengan salah satu santri yang terlibat dalam konseling santri tersebut menyatakan bahwa:

“Perasaan saya sesudah mengikuti proses konseling yaitu lebih tenang jika berbicara di depan umum, saya sudah tidak grogi dan dapat menjelaskan materi dengan jelas tanpa adanya rasa gugup”⁷

Dari pernyataan santri diatas, dapat disimpulkan bahwa santri bisa rileks atau tenang setelah diberikan treatment oleh peneliti dan santri dapat menjelaskan sebuah materi tanpa adanya perasaan gugup. Dan santri juga menyatakan bahwa:

“Sebelum mengikuti proses konseling saya malu untuk maju kedepan akan tetapi setelah saya mengikuti proses konseling saya dapat menghilangkan pikiran negatif yang menjadi penghambat saya”⁸

Setelah diberikan treatment santri merasa lebih tenang pada saat berada didepan umum dilihat dari hasil wawancara di atas dimana

⁷ Helmalia Putri, Santri Karang Baru Blumbungan, *Wawancara Langsung* (25 mei 2024)

⁸ Ibid

santri dapat menghilangkan pikiran negatif yang artinya santri dapat berpikir jernih dan santri dapat berkonsentrasi.

Berdasarkan dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada pengurus yaitu ada perubahan yang signifikan yang dialami oleh santri yaitu, santri dapat berbicara didepan umum setelah diberikan treatment, santri sudah tidak takut, malu atau merasa khawatir, dan dapat mengurangi kecemasan yang dialaminya. Hal ini diperkuat oleh adanya pernyataan dari salah satu santri yang mengikuti proses konseling dimana santri mengatakan bahwa santri dapat menjelaskan sebuah materi tanpa adanya rasa gugup, grogi dan juga dapat berkonsentrasi pada saat berbicara di depan umum. Hasil analisis data juga mendukung kesimpulan ini, karena tidak ada kesamaan antara hasil pengukuran awal dan akhir. Dengan demikian, konseling kelompok menggunakan teknik *Modelling* cukup efektif untuk mengurangi atau menurunkan rasa kecemasan pada saat berbicara di depan umum.

B. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik *Modelling* dapat membantu santri di pondok pesantren Karang Baru Blumbungan dalam mengurangi kecemasan berbicara di depan umum. Dibuktikan dengan adanya hasil wawancara yang sudah peneliti lakukan kepada pengurus santri Karang Baru Blumbungan yang mengatakan bahwa terdapat peningkatan kepada santri yang sudah mengikuti proses konseling dengan teknik

Modelling. Dengan kata lain, santri mulai belajar presentasi di hadapan orang lain dan tidak merasa takut atau malu lagi. Dan hasil wawancara dengan santri yang telah mengikuti proses konseling kelompok melalui teknik *Modelling* menunjukkan bahwa santri merasa tenang, dan sudah tidak merasakan cemas.

Sebagian santri mungkin sudah terbiasa, tetapi tidak semuanya bisa berbicara di depan khalayak. Karena mereka yang mengalami hal tersebut, memiliki kesulitan dalam mengungkapkan sebuah kata untuk dijelaskan dan menganggap berbicara di depan umum sangatlah menakutkan. Kecemasan sering muncul karena adanya pikiran negatif yang menguasai diri santri. Sehingga beranggapan bahwa diri mereka tidak akan bisa. Hal itu menghalangi santri untuk memaksimalkan potensinya.

Dalam hal ini, Sigmund Freud mengatakan kecemasan adalah kondisi yang tidak menyenangkan yang disertai dengan gejala fisik yang mengingatkan seseorang pada bahaya yang akan datang. Hilgard juga berpendapat bahwasanya kecemasan merupakan perasaan yang menakutkan atau perasaan yang menegangkan yang ditandai dengan adanya gejala fisik seperti ketakutan, gelisah, khawatir yang berlebihan yang dirasakan dengan tingkat yang berbeda-beda.⁹ Kecemasan yang dialami oleh santri disebabkan karena adanya pikiran negatif yang menguasai sehingga siswa beranggapan bahwa yang saat ini dipikirkan merupakan

⁹Matthew Zico Karauwan, Refleksi Kecemasan Dalam Film Destination 3 Karya James Wong, *Jurnal Skripsi*: Universitas Sam Ratulangi, 2020. Hlm. 2

sebuah kenyataan yang akan terjadi dengan adanya gejala fisik yang muncul seperti, ketakutan, kekhawatiran, grogi, malu.

Dalam hal ini, peneliti memberikan perlakuan atau treatment berupa konseling kelompok dengan teknik *Modelling*. Pemberian treatment disini yaitu bertujuan untuk membantu santri dalam mengurangi kecemasan yang dirasakan oleh santri. Jika seorang santri mengalaminya, mereka akan menghadapi kesulitan dalam berkonsentrasi. Sebagai teknik dalam konseling, *Modelling* diperuntukkan bagi konseli yang telah memiliki pengetahuan tentang penampilan perilaku tetapi belum dapat menampilkannya.

Albert Bandura menegaskan bahwa *Modelling* merupakan konsekuensi perilaku meniru orang lain dari pengamatan. Baik pengamatan langsung maupun tidak langsung, sehingga reaksi-reaksi emosional dan rasa takut seseorang dapat dihapuskan.¹⁰

Keterbatasan yang dijumpai peneliti yaitu, pada awal pertemuan santri masih merasa canggung dan itu terjadi pada awal proses konseling kelompok akan tetapi lama-kelamaan santri sudah mulai terbiasa dalam mengikuti proses konseling dan santri sudah mulai terbuka, sehingga memudahkan peneliti dalam memberikan treatment berupa teknik *Modelling*.

Terdapat peningkatan melalui hasil treatment yang diterapkan oleh peneliti kepada santri yang cemas saat berbicara di hadapan orang lain. Di

¹⁰ Zakki Nurul Amin, *Portofolio Teknik-Teknik Konseling (Teori dan Contoh Aplikasi Penerapan)*, (Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2017), 3.

mana dalam penelitian ini, peneliti memberikan layanan berupa konseling kelompok dengan teknik *Modelling* dalam membantu santri menghadapi kecemasan saat berbicara didepan umum. Dalam penelitian ini peneliti memberikan treatment sebanyak 7 kali pertemuan yang didalamnya termasuk dengan pre-test, post-test dan wawancara.

Dalam penelitian ini didukung oleh adanya penelitian lainnya yaitu Ummu Latifah Abdullah Sa'adah yang menyatakan bahwa ada pengaruh layana bimbingan kelompok dengan teknik *Modelling* simbolik terhadap pengurangan kecemasan berbicara di depan umum. Dibuktikan dengan adanya hasil perhitungan statistik yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa nilai Asymp. Sig. (2-tailed) yaitu $0.0001 < 0.05$ artinya H_0 ditolak dan H_a diterima.¹¹

Selain itu, hasil penelitian ini diperkuat oleh adanya penelitian lainnya yaitu A. Diva Zalzabilah E. Pabokori yang menyatakan bahwa video self *Modelling* efektif dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan umum, yang dibuktikan adanya teknik analisis data menggunakan Uji Wilcoxon dengan nilai 0.014 yang berarti hipotesis alternatifnya diterima.¹²

Dengan demikian, konseling kelompok dengan teknik *Modelling* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada diri santri. Hal tersebut dilihat

¹¹ Ummu Latifah Abdullah Sa'adah, "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Simbolik Terhadap Pengurangan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 2 Abung SELATAN Tahun Ajaran 2018/2019", *Skripsi*. 2018

¹² A. Diva Zalzabilah E. Pabokori, DKK. "Video Self *Modelling* Untuk Mengatasi Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa di Makassar" *Jurnal On Education* Vol.06, No.01 (September-Desember, 2023)

dari uji hipotesis yang sudah peneliti lakukan oleh peneliti. Pada hasil uji hipotesis dengan uji *Paired Sample T-test* menunjukkan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 yang berarti Hipotesis nol (H_0) ditolak dan Hipotesis Alternatif (H_a) diterima.

Jadi dapat disimpulkan bahwasanya teknik yang diberikan pada penelitian ini berupa teknik *Modelling* cukup efektif dalam membantu santri mengurangi kecemasan pada saat berbicara di depan umum, karena dapat mengurangi tingkat kecemasann yang dialami oleh santri.