

**EFEKTIVITAS TEKNIK GAMES UNTUK MENGURANGI  
KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS VIII  
MTs NEGERI 1 LUWU**

*Skripsi*

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas  
Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo*



**Oleh**

**WINDASARI**  
19 0103 0072

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PALOPO  
2025**

**EFEKTIVITAS TEKNIK GAMES UNTUK MENGURANGI  
KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS VIII  
MTs NEGERI 1 LUWU**

*Skripsi*

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas  
Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo*



**Oleh**

**WINDASARI**  
19 0103 0072

**Pembimbing:**

- 1. Dr. Hj. Nuryani, M.A.**
- 2. Harun Nihaya, S.Pd., M.Pd.**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PALOPO**

**2025**

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Windasari**

NIM : **19 0103 0072**

Fakultas : **Ushuluddin, Adab dan Dakwah**

Program Studi : **Bimbingan dan Konseling Islam**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri, bukan plagiasi atau duplikasi dari tulisan/karya orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri,
2. Seluruh bagian dari skripsi ini adalah karya saya sendiri selain kutipan yang ditunjukkan sumbernya. Segala kekeliruan dan atau kesalahan yang ada di dalamnya adalah tanggung jawabsaya.

Bilamana di kemudian hari pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi administratif atas perbuatan tersebut dan gelar akademik yang saya peroleh karenanya dibatalkan.

Demikian pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palopo, 27 Oktober 2025  
Yang membuat pernyataan,



**WINDASARI**  
NIM. 19 0103 0072

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul Efektifitas Teknik *Games* untuk Mengurangi Kejemuhan Belajar Siswa Kelas VIII di MTs Negeri 1 Luwu yang ditulis oleh Windasari Nomor Induk Mahasiswa 1901030072, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) Palopo yang *dimunaqasyahkan* pada hari Rabu, tanggal 1 Oktober 2025 M bertepatan dengan 24 Rabi'ul Akhir 1447 H telah diperbaiki sesuai catatan dan permintaan Tim Penguji, dan diterima sebagai syarat meraih gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Palopo, 27 Oktober 2025

### TIM PENGUJI

1. Dr. Abdain, S.Ag., M.HI.
2. Dr. Masmuddin, M.Ag.
3. Hamdani Thaha, S.Ag., M.Pd.I.
4. Dr. Hj. Nuryani, M.A.
5. Harun Nihaya, S.Pd., M.Pd.

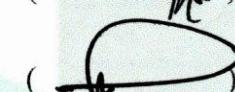
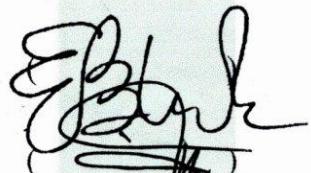
Ketua Sidang

Penguji I

Penguji II

Pembimbing I

Pembimbing II



### Mengetahui:

a.n. Rektor UIN Palopo  
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan  
Dakwah



Dr. Abdain, S.Ag., M.HI.  
NIP. 19710512 199903 1 002

Ketua Program Studi  
Bimbingan dan Konseling Islam



Abdu Mutakabbir, S.Q., M.Ag.  
NIP. 19900727 201903 1 013

## PRAKATA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى أَلِيهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ.

أَمَّا بَعْدُ

Alhamdulillah segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah swt. yang telah menganugerahkan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, serta kekuatan lahir dan batin, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul “*Efektivitas Teknik Games untuk Mengurangi Kejemuhan Belajar Siswa Kelas VIII di MTs Negeri 1 Luwu*” setelah melalui proses yang panjang. Selawat dan salam kepada Nabi Muhammad saw. kepada para keluarga, sahabat, dan pengikut-pengikutnya. Skripsi ini disusun sebagai syarat yang harus diselesaikan, guna memperoleh gelar sarjana sosial dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam pada Universitas Islam Negeri (UIN) Palopo. Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, bimbingan serta dorongan dari banyak pihak walaupun penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna.

Penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang tak terhingga, penghargaan yang setinggi-tingginya dan yang teristimewa penulis ucapkan kepada kedua orang tua tercinta yakni Ayahanda Alm. Supardi, cinta pertamaku dan Ibunda Juneda, pintu surgaku. Terimakasih atas setiap tetes keringat dalam setiap langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberi yang terbaik kepada penulis, mengusahakan segala kebutuhan penulis, mendidik, membimbing dan selalu memberi kasih sayang yang tak terhingga dan tulus,

motivasi, dukungan serta mendoakan penulis dalam keadaan apapun agar penulis mampu bertahan dan melangkah setapak demi setapak dalam meraih mimpi di masa depan. Terimakasih untuk selalu berada di sisi penulis dan menjadi alasan bagi penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini hingga memperoleh gelar sarjana. Beserta saudara saudari yang penulis sayangi dan banggakan telah membantu, menyemangati, dan tak hentinya mendoakan penulis agar dimudahkan segala urusan penulis, mudah-mudahan Allah swt mengumpulkan kita semua di surga-Nya kelak. Tak lupa pula penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga dengan penuh ketulusan hati dan keikhlasan, kepada:

1. Dr. Abbas Langaji, M.Ag. Rektor UIN Palopo, beserta Wakil Rektor I, II, dan III UIN Palopo.
2. Dr. Abdain, S.Ag., M.HI.. Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN Palopo beserta Bapak Wakil Dekan I, II, dan III Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN Palopo
3. Abdul Mutakabbir, SQ., M.Ag. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam dan Harun Nihaya, S.Pd., M.Pd. Sekertaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam di UIN Palopo beserta staf yang telah membantu dan mengarahkan dalam penyelesaian skripsi.
4. M. Ilham, Lc., S.Fil.I., Dosen Penasehat Akademik
5. Dr. Hj. Nuryani, M.A. dan Harun Nihaya, S.Pd., M.Pd. dosen pembimbing I dan dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan mengarahkan dalam rangka penyelesaian skripsi.

6. Harun Nihaya, S.Pd., M.Pd. Dosen validator yang telah memberikan bimbingan, masukan dan mengarahkan dalam rangka penyelesaian skripsi.
7. Seluruh Dosen beserta seluruh staf pegawai UIN Palopo yang telah mendidik penulis selama berada di UIN Palopo dan memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.
8. Kepala Madrasah MTs Negeri 1 Luwu, beserta guru-guru, dan staf, yang telah memberikan izin dan bantuan dalam melakukan penelitian di sekolah ini.
9. Para siswa kelas VIII MTs Negeri 1 Luwu yang telah bekerja sama dengan peneliti dalam proses penyelesaian penelitian ini.
10. Kepada semua teman seperjuangan, mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Palopo angkatan 2019 (khususnya kelas B), yang selama ini membantu dan selalu memberikan saran dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga Allah swt selalu mengarahkan hati kepada perbuatan baik dan menjauhi kemungkaran Aamiin. Peneliti juga berharap agar skripsi ini nantinya dapat bermanfaat dan bisa menjadi referensi bagi para pembaca. Kritik dan saran yang sifatnya membangun juga penulis harapkan guna perbaikan penulisan selanjutnya.

Palopo, 27 Oktober 2025  
Yang membuat pernyataan,

**Windasari**  
NIM. 19 0103 0072

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN DAN SINGKATAN

### A. *Transliterasi Arab-Latin*

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf Latin dapat dilihat pada tabel berikut:

#### 1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	‘sa	‘s	es (dengan titik atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	H	ha (dengan titik bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	‘zal	‘z	zet (dengan titik atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	ş	es (dengan titik bawah)
ض	,dad	đ	de (dengan titik bawah)
ط	.ta	ť	te (dengan titik bawah)
ظ	.za	ż	zet (dengan titik bawah)
ع	‘ain	‘	apostrof terbaik
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Hamzah (ه) yang terletak di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apa pun. Jika ia terletak di tengah atau di akhir, maka ditulis dengan tanda (‘).

## 2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
ī	<i>fathah</i>	A	A
ׁ	<i>Kasrah</i>	I	I
ׂ	<i>dammah</i>	U	U

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
ء	<i>fathah dan yā'</i>	Ai	a dan i
ء	<i>fathah dan wau</i>	Au	a dan u

### Contoh:

كَيْفَ : *kaifa*

هُول : *haul*

### 3. *Maddah*

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harakat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
ء . ó ..   . ó ..	<i>fathah</i> dan <i>alif</i> atau <i>yā'</i>	Ā	a dan garis di atas
ء	<i>kasrah</i> dan <i>yā'</i>	Ī	i dan garis di atas
ء	<i>dammah</i> dan <i>wau</i>	Ū	u dan garis di atas

مات	: <i>māta</i>
رمى	: <i>ramā</i>
قيل	: <i>qīla</i>
يُمُوتُ	: <i>yamītu</i>

#### 4. *Tā' marbūtah*

Transliterasi untuk *tā' marbūtah* ada dua, yaitu: *tā' marbūtah* yang hidup atau mendapat harakat *fathah*, *kasrah*, dan *dammah*, transliterasinya adalah [t]. Sedangkan *tā' marbūtah* yang mati atau mendapat harakat sukun transliterasinya adalah [h].

Kalau kata yang berakhir dengan *tā' marbūtah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *tā' marbūtah* itu transliterasinya dengan ha (ha).

Contoh:

رُوضَةُ الْأَطْفَالِ	: <i>raudahal-atfāl</i>
الْمَدِينَةُ الْفَاضِلَةُ	: <i>al-madīnahal-fādilah</i>
الْحِكْمَةُ	: <i>al-hikmah</i>

#### 5. *Syaddah (Tasydīd)*

*Syaddah* atau *tasydīd* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda tasydīd (ᬁ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda *syaddah*.

Contoh:

رَبَّنَا	: <i>rabbanā</i>
نَجَّا نَا	: <i>najjainā</i>
الْحَقُّ	: <i>al-haqq</i>
نُعَمَّ	: <i>nu'imā</i>
عُدُوُّ	: <i>'aduwun</i>

Jika huruf ى ber-*tasydīd* di akhir sebuah kata dan didahului oleh huruf *kasrah* (سِسِيَّ), maka ia ditransliterasi seperti huruf *maddah* menjadi ى.

Contoh:

عليٌ : 'Alī (bukan 'Aliyy atau 'Aly)

عربيٌ : 'Arabī (bukan 'Arabiyy atau 'Araby)

#### 6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ال (alif lam ma'rifah). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasi seperti biasa, al-, baik ketika diikuti oleh huruf syamsi yah maupun huruf qamariyah. Kata sandang tidak mengikuti bunyi huruf langsung yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-).

Contoh:

الشمسُ : *al-syamsu* (bukan *asy-syamsu*)

الزلزلة : *al-zalzalah* (*al-zalzalah*)

الفلسفة : *al-falsafah*

البلاد : *al-bilādu*

#### 7. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (‘) hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun, bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa alif.

Contoh:

تأمرونَ : *ta 'murūna*

النَّوعُ : *al-nau'*

شَيْءٌ : *syai 'un*

أُمِرْتُ : *umirtu*

#### 8. Penulisan Kata Arab yang Lazim digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang transliterasinya adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang suadah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan bahasa

Indonesia, atau sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, atau lazim digunakan dalam dunia akademik tertentu, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi diatas. Misalnya, kata al-Qur'an (dari *al-Qur'ān*), alhamdulillah, dan munaqasyah. Namun, bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab, maka harus ditransliterasi secara utuh. Contoh:

*Syarhal-Arba 'īnal-Nawāwī*

*RisālahfīRi'āyahal-Maṣlahah*

#### 9. *Lafzal-Jalālah* (الله)

Kata "Allah" yang didahului pertikel seperti huruf *jarr* dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *mudāfiyah* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah.

Contoh:

بِاللهِ دِينُ اللهِ *dīnūllāh*

Adapun *tā' marbūtahdi* akhir kata yang disandarkan kepada *lafzal-jalālah*, ditransliterasi dengan huruf [t].

Contoh:

هُمْ فِي رَحْمَةِ اللهِ *hum fī rahmatillāh*

#### 10. *Huruf Kapital*

Walau sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital (*All Caps*), dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan Bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital, misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tmpat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat.

Bila nama diri didahului oleh kata sandang (al-), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukun huruf awal kata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (Al-). Ketentuan yang sama juga berlaku untuk huruf awal dari judul referensi yang didahului oleh kata sandang al-, baik ketika ia ditulis dalam teks maupun dalam catatan rujukan (CK, DP, CDK, dan DR).

Contoh:

*Wa mā Muḥammadun illā rasūl*

*Inna awwala baitin wudi 'alinnāsi lallażī bi Bakkata mubārakan*

*Syahru Ramaḍān al-lażī unzila fihi al-Qur'ān*

Naşīr al-Dīn al-Ṭūsī

Naşr Hāmid Abū Zayd

Al-Ṭūfī

Al-Maşlaḥah fī al-Tasyrī al-Islāmī

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata Ibnu (anak dari) dan Abū (bapak dari) sebagai anak kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka atau agtar referensi. Contoh:

Abū al-Walīd Muḥammad ibn Rusyd, ditulis menjadi: Rusyd, Abū al-Walīd

Muḥammad (bukan: Rusyd, Abū al-Walīd Muḥammad Ibnu)

Naşr Hāmid Abū Zaīd, ditulis menjadi: Abū Zaīd, Naşr Hāmid (bukan: Zaīd

Naşr Hāmid Abū)

## B. Daftar Singkatan

Beberapa singkatan yang dibakukan adalah:

swt.	: <i>subḥānahūwata 'ālā</i>
saw.	: <i>ṣallallāhu 'alaihi wasallam</i>
as	: <i>'alaihi al-salām</i>
H	: Hijrah
M	: Masehi
SM	: Sebelum Masehi
W	: Wafat tahun
QS.../...	: QS Muhammad/47:36
HR	: Hadis Riwayat

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>v</b>
<b>PODOMAN LITERASI ARAB DAN SINGKATAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR KUTIPAN AYAT .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xix</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xx</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II KAJIAN TEORI.....</b>	<b>10</b>
A. Penelitian terdahulu yang relevan .....	10
B. Landasan Teori .....	12
C. Kerangka Pikir .....	27
D. Hipotesis Penelitian.....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	30
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	31
C. Defenisi Operasional Variabel .....	31
D. Populasi dan Sampel .....	32
E. Teknik Pengumpulan Data.....	33
F. Instrumen Penelitian.....	37
G. Uji Validasi dan Realibilitas Instumen .....	38
H. Teknik Analisis Data.....	40
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>42</b>
A. Hasil Penelitian .....	42
B. Pembahasan.....	57
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>67</b>

A. Kesimpulan .....	67
B. Saran.....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>69</b>

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## **DAFTAR AYAT**

Kutipan Ayat Q.S al- Mujadilah/58:11 .....	2
Kutipan Ayat Q.S an-Nahl / 16: 125.....	3

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kategori Pemberian Skor Skala Likert untuk Pernyataan Positif .....	35
Tabel 3.2 Interpretasi Kategori Kejemuhan Belajar.....	35
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Skala Kejemuhan Belajar .....	39
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Observasi.....	41
Tabel 3.5 Interpretas Realibilitas .....	44
Tabel 4.6 Sarana dan Prasarana MTs Negeri 1 Luwu.....	52
Tabel 4.7 Hasil Uji Validitas Instrumen .....	53
Tabel 4.8 Uji Realibilitas Instrumen .....	55
Tabel 4.9 Hasil Kategori Kejemuhan Belajar <i>Pre-test</i> .....	56
Tabel 4.10 Hasil Kategori Kejemuhan Belajar Siswa <i>Post-test</i> .....	57
Tabel 4.11 Analisis Statistik Deskriptif <i>Pre-Test</i> Dan <i>Post-test</i> .....	58
Tabel 4.12 Perbedaan Hasil Kategori Kejemuhan Belajar Siswa <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> .....	59
Tabel 4.13 Uji Normalitas <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> .....	60
Tabel 4.14 Uji Hipotesis <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> .....	60
Tabel 4.15 Hasil Analisis Uji Keefektifan Teknik <i>Games</i> dalam Mengurangi Kejemuhan Belajar pada Siswa.....	62
Tabel 4.16 Pelaksanaan Kegiatan Penelitian .....	64
Tabel 4.17 Perbandingan Hasil Skor <i>Pre-test Post-test</i> Siswa .....	67

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Pikir .....	28
Gambar 3.2 Pola <i>Design One Group Pre-test Post-test</i> .....	30
Gambar 3.3 Hubungan Antara Variabel.....	31
Gambar 4.4 Perbandingan Perolehan Nilai <i>Pre-test Post-test</i> .....	59
Gambar 4.5 Hasil Persentase Pre-test Dan Post-test Kejemuhan Belajar Siswa ...	69

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Pernyataan Bersedia Menjadi Responden
- Lampiran 2 Angket Penelitian
- Lampiran 3 Tabulasi *Pre-test*
- Lampiran 4 Tabulasi *Post-test*
- Lampiran 5 Hasil Perbanding Skor *Pre-test* dan *Post-test* Kejemuhan Belajar Siswa Kelas VIII MTs Negeri 1 Luwu
- Lampiran 6 Hasil Uji Validasi
- Lampiran 7 Hasil Uji Realibilitas
- Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas *Pre-test Post-test*
- Lampiran 9 Hasil Uji Hipotesis (Uji T) *Pre-test Post-test*
- Lampiran 10 Hasil Analisis Statistik Deskriptif *Pre-test dan Post-test*
- Lampiran 11 Surat Izin Penelitian Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu
- Lampiran 12 Dokumentasi
- Lampiran 13 Riwayat Hidup

## ABSTRAK

**Windasari, 2025.** “Efektivitas Teknik Games untuk Mengurangi Kejemuhan Belajar Siswa Kelas VIII di MTs Negeri 1 Luwu”, Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo. Dibimbing Oleh Nuryani dan Harun Nihaya .

Skripsi ini membahas tentang Efektivitas Teknik Games untuk Mengurangi Kejemuhan Belajar Siswa Kelas VIII di MTs Negeri 1 Luwu. Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi kejemuhan belajar siswa kelas VIII di MTs Negeri 1 Luwu. Jenis penelitian kuantitatif dengan metode *pre-eksperimen design* tipe *one group pretest-posttest design*. Populasi adalah siswa Kelas VIII di MTs Negeri 1 Luwu. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive random sampling*, sampel yang digunakan berjumlah jumlah 32 siswa yang masuk dalam kriteria siswa dengan kejemuhan belajar tinggi hingga sedang. Data diperoleh melalui observasi, angket/kuesioner dan dokumentasi dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial dengan menggunakan *IMB SPSS for Windows Versi 20*. Hasil dari *pre-test* yang telah diberikan kepada 32 responden diketahui bahwa terdapat 0 siswa memiliki kategori rendah, 18 siswa yang memiliki kategori kejemuhan belajar tinggi dan 14 siswa yang memiliki kategori sedang. Hasil *post-test* setelah diberikan perlakuan/treatment diperoleh terdapat 0 siswa yang memiliki kategori tinggi, 0 siswa memiliki kategori sedang dan 32 siswa memiliki kategori rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai uji t data *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan tabel *output paired samples test*, nilai  $t_{hitung}$   $41,894 > t_{tabel} 2,063$ , maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan di atas disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, berdasarkan tabel *output* hasil uji t diperoleh nilai  $sig = 0,000$ , yang berarti lebih kecil dari nilai 0,05, jika dilihat dari nilai proses perhitungan dengan demikian  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak dan dapat disimpulkan epektivitas teknik *games* berpengaruh dalam mengurangi kejemuhan belajar siswa Kelas VIII di MTs Negeri 1 Luwu. Selanjutnya, Berdasarkan hasil perhitungan N-Gain hasil uji N-Gain masuk dalam kategori efektif, yaitu dengan presentasi mean 94%, yang mana jika dilihat pada standar tafsiran di atas berada pada interval mean  $>76$ .

Kata Kunci: Teknik *Games*, Kejemuhan Belajar

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan sangat penting dan mendasar bagi setiap individu baik bagi kepentingan pribadi maupun dalam kedudukannya sebagai warga negara. Berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa. Sebagai seorang pendidik, diketahui bahwa profesionalisme seorang guru bukanlah pada kemampuannya mengembangkan ilmu pengetahuan, tetapi lebih pada kemampuannya untuk melaksanakan pembelajaran yang menarik dan bermakna bagi siswanya.

Pembelajaran adalah suatu upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik untuk menyampaikan ilmu pengetahuan, mengorganisasi dan menciptakan sistem lingkungan dengan berbagai metode sehingga siswa dapat melakukan kegiatan belajar secara efektif dan efisien serta dengan hasil yang optimal sedangkan belajar merupakan suatu proses yang dilakukan individu memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.<sup>1</sup>

Perubahan dan kemampuan untuk berubah merupakan batasan dan makna yang terkandung dalam belajar, karena dengan belajar maka manusia dapat berkembang lebih jauh dari pada makhluk-makhluk lainnya. Kemampuan

---

<sup>1</sup> Tohirin, Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), h. 8.

berkembang melalui belajar itu pula manusia secara bebas dapat mengeksplorasi, memilih, dan menetapkan keputusan-keputusan penting untuk kehidupanya.

Belajar merupakan kewajiban bagi setiap orang beriman agar memperoleh ilmu pengetahuan dalam rangka meningkatkan derajat kehidupan mereka. Hal ini dinyatakan dalam Qur'an surat al- Mujadilah/58:11 sebagai berikut:

يَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا  
 يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ آنْشُرُوا فَانْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ  
 وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَتٌ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ  
 ﴿١١﴾

Terjemahnya:

“Wahai orang-orang yang beriman! Apabila dikatakan kepadamu, “Berilah kelapangan di dalam majlis-majlis,” maka lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan, “Berdirilah kamu,” maka berdirilah, niscaya Allah akan mengangkat (derajat) orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Dan Allah maha teliti apa yang kamu kerjakan.”.<sup>2</sup>

Surat Al- Mujadilah ayat 11 tersebut menjelaskan tentang pentingnya ilmu pengetahuan bagi kehidupan umat manusia. Manusia diberi potensi bagi Allah SWT berupa akal yang harus terus diasah, diberdayakan dengan cara belajar dan berkarya. Dengan belajar manusia bisa mendapat ilmu dan wawasan baru. Dengan ilmu manusia dapat berkarya untuk kehidupan yang lebih baik bahwa kemudahan dan kesuksesan hidup baik di dunia maupun di akhirat dapat dicapai oleh manusia melalui ilmu pengetahuan.

<sup>2</sup>Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Bandung: PT Sygma Examedia Arkan leema, h.542

Sistem pendidikan yang baik merupakan suatu strategi atau cara yang akan dipakai untuk melakukan proses belajar mengajar dalam mencapai tujuan agar para pelajar tersebut dapat secara aktif mengembangkan potensi di dalam dirinya yang diperlukan untuk dirinya sendiri dan masyarakat. Dalam hal ini guru memegang peranan yang sangat penting. Ia menjadi titik fokus sekaligus figur yang menjadi panutan siswa di dalam kelas. Selain itu seorang guru harus memberikan motivasi kepada peserta didiknya agar senantiasa bersungguh-sungguh dalam menuntut ilmu. Sebagaimana Allah SWT berfirman dalam Q.S. an-Nahl / 16: 125 sebagai berikut:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَدِلْهُم بِالْقِيَةِ هَيْ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ



Terjemahnya:

serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.<sup>3</sup>

Proses belajar siswa tidak jarang ditemukan kendala-kendala dalam belajar. Salah satunya adalah kejemuhan belajar. Siswa seringkali merasakan kejemuhan dengan berbagai faktor penyebab, seperti mata pelajaran yang tidak

---

<sup>3</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan terjemah*, (Jakarta Timur: Surya Prisma Sinergi, 2012), h. 282.

disukai, guru yang tidak disukai, metode yang digunakan pendidik dan masih banyak lagi penyebab-penyebab lainnya. Jika tidak diatasi, kejemuhan ini dapat menjadi penyebab turunnya prestasi siswa dan membuat tujuan belajar tidak tercapai.

Perasaan jemu dalam belajar sering dikeluhkan para siswa dalam setiap kesempatan. Di satu sisi siswa harus belajar dengan giat dan memahami mata pelajaran dengan sebaik-baiknya, apalagi menghadapi ujian, tetapi di pihak lain siswa tersebut terserang kejemuhan. Kondisi ini membuat siswa kurang bergairah dan bersemangat dalam belajarnya serta timbul perasaan khawatir, takut tidak lulus ujian.

Kejemuhan belajar merupakan kondisi emosional ketika seorang siswa merasa lelah dan jemu secara mental maupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan akademik yang meningkat.<sup>4</sup> Jadi demikian juga yang terjadi pada siswa, sering kita menemukan beberapa siswa yang mengalami hambatan belajar, sulit meraih prestasi dasar di sekolah, padahal telah mengikuti pelajaran dengan sungguh-sungguh, bahkan ditambah dengan pelajaran tambahan di rumah, tetapi hasilnya tetap kurang memuaskan. Sehingga siswa terkesan lambat melakukan tugas, yang berhubungan dengan kegiatan belajar. Mereka tampak malas, mudah putus asa, acuh tak acuh, jemu dan bosan dan juga terkadang disertai sifat menentang orang tua, guru, atau siapa saja yang yang mengarahkan mereka untuk belajar.

---

<sup>4</sup> Thursan Hakim, Belajar Secara Efektif, (Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara, 2004), h. 62.

Mereka juga sering menunjukkan sikap pemurung, mudah tersinggung. Bahkan tak jarang dari mereka yang bersikap menyimpang seperti membolos, melalaikan tugas dan mogok untuk belajar. Jadi maksud kejemuhan belajar adalah suatu kondisi mental siswa dalam rentang waktu tertentu malas, lelah, bosan, lesu, tidak bersemangat, tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar.

Persoalannya adalah sulit untuk mengetahui berapa lama suatu kejemuhan akan hilang dengan sendirinya. Karena itu, selama siswa dihinggapi kejemuhan belajar, jalan pertama untuk mengatasinya adalah dengan cara memaksakan diri untuk belajar. Kejemuhan akan hilang dengan lebih cepat bila seorang siswa dapat menemukan motif-motif baru dalam belajar. Motif tersebut berupa keinginan keinginan yang sangat besar untuk lulus dalam ujian akhir yang mau tidak mau memang harus dihadapi.

Kondisi seperti ini kerap kali menyebabkan siswa tidak bisa konsentrasi dalam belajar bahkan memungkinkan untuk terjadinya perilaku menyimpang seperti bolos, pura-pura sakit, dan lain-lain. Jika hal ini, tidak ditindak lanjuti dengan serius oleh para pendidik maka akan mengganggu proses belajar dan menurunnya produktivitas belajar.

Saat ini dapat ditemui banyak siswa yang mengalami titik jemuhan pada saat mengikuti proses pembelajaran, umumnya seperti siswa yang suka sibuk sendiri dan suka duduk di belakang agar leluasa untuk bermain dengan temannya, mulai cuek dengan penjelasan dan tidak memperhatikan penjelasan guru karena siswa merasa jemuhan dengan metode lama yang digunakan yaitu ceramah atau mengdikte dalam memberikan materi. Oleh karena itu siswa memerlukan suasana yang tidak

membosankan yang membuat dirinya tidak menjadi jemu dalam belajar, untuk itu peran seorang guru untuk menciptakan suasana yang tadinya jemu menjadi suasana yang menyenangkan seperti pada saat memberikan bimbingan, konselor dapat memberikan permainan untuk mencairkan suasana yang tegang.

Banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam proses belajar mengajar. Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya permasalahan adalah guru yang selalu monoton dalam mengajar. Mereka hanya menyampaikan pengetahuan secara sepihak tanpa berusaha melibatkan mental psikologi siswa dan masih menggunakan metode belajar yang lama yaitu ceramah tanpa adanya hiburan yang diberikan, kondisi seperti ini menyebabkan siswa jemu.

Kejemuhan belajar ialah rentan waktu tertentu yang digunakan untuk belajar tetapi tidak mendatangkan hasil.<sup>5</sup> Seorang siswa yang mengalami kejemuhan belajar merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi dalam rentan waktu tertentu saja. Namun tidak sedikit siswa yang mengalami rentan waktu yang membawa kejemuhan belajar itu berkali-kali dalam satu periode belajar tertentu.

Proses belajar mengajar perlu adanya teknik cara mengajar supaya tercipta suasana kelas yang menyenangkan, maka untuk itu perlu adanya suatu model pembelajaran yang menyenangkan, suatu cara untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan adalah model pembelajaran permainan yaitu dengan memberikan teknik *games*, karena siswa yang umumnya menikmati hidup dengan

---

<sup>5</sup> Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011) h.181

selalu bermain, sehingga mereka memerlukan sebuah permainan walaupun dalam masa proses belajar mengajar, ini akan membuat suasana yang tidak membosankan dan dinikmati oleh siswa, sehingga siswa tidak akan merasa takut menghadapi proses pembelajaran yang akan disampaikan, memang dengan pembelajaran yang asyik dan menyenangkan tidak menjadikan proses pembelajaran sebagai proses yang menyebalkan dan membosankan bagi siswa. Siswa mesti didorong untuk mencintai setiap mata pelajaran melalui kreativitas guru dalam proses belajar mengajar.

Piaget dalam Suwarjo dan Eliasa menerangkan bahwa bermain merupakan bagian dari perkembangan kognitif anak. Bermain dengan objek yang ada dilingkungannya merupakan cara anak belajar dan selain itu bermain merupakan suatu proses pemecahan masalah serta proses berpikir secara fleksibel.<sup>6</sup>

Berdasarkan teori diatas maka pemberian teknik *games* sangat cocok diterapkan pada semua tingkatan siswa, dari siswa taman kanak-kanak, sampai siswa pada tingkatan yang lebih tinggi dan juga mempunyai kelebihan tersendiri seperti melatih pengungkapan diri serta memecahkan masalah, meningkatkan keaktifan belajar dengan melibatkan siswa dalam mempelajari situasi yang hampir serupa dengan kejadian yang sebenarnya, memberikan motivasi belajar untuk mengungkapkan diri.

Berdasarkan observasi awal yang di lakukan oleh peneliti pada tanggal 10 Oktober 2023 dengan mewawancarai salah seorang guru mata pelajaran dan

---

<sup>6</sup> Suwarjodan Elisa. *Permainan Dalam Bimbingan Konseling*. Yogyakarta :Paramitra Publising. 2011, h. 2.

beberapa para siswa mengatakan bahwa, kejemuhan belajar ini ditemukan di MTs Negeri 1 Luwu, hal ini ditandai dengan tidak memperhatikan guru saat menjelaskan, siswa yang kurang bersemangat belajar dan mudah lelah dan juga siswa yang kurang bergairah, mudah menyerah, merasa malas, dan merasa bosan dengan kondisi belajarnya ini disebabkan karena titik jemuhan siswa kini di alaminya dan yang lebih penting lagi sebab teknik yang akan digunakan belum pernah dilakukan di sekolah ini, sehingga masalah ini harus segera ditangani untuk mengurangi timbulnya rasa jemuhan berlebihan yang ada pada diri siswa.

Dalam mengurangi masalah ini terdapat beberapa teknik, namun penulis menawarkan teknik *games* untuk diterapkan di dalam sebuah proses belajar mengajar dimana teknik ini sendiri merupakan peralihan situasi dari kejemuhan, membosankan, mengantuk, menjemuhan, dan tegang menjadi rileks, bersemangat, tidak membuat mengantuk, serta ada perhatian dan ada rasa senang untuk mendengarkan atau melihat orang yang berbicara di depan kelas.

Dari uraian di atas, maka penulis mencoba mengkajinya melalui penelitian yang berjudul “Efektifitas Teknik *Games* untuk Mengurangi Kejemuhan Belajar siswa di MTs Negeri 1 Luwu”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah teknik *games* efektif untuk mengurangi kejemuhan belajar siswa kelas VIII di MTs Negeri 1 Luwu.”

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin di capai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah teknik *games* efektif untuk mengurangi kejemuhan siswa kelas VIII di MTs Negeri 1 Luwu.

### **D. Manfaat Penelitian**

Terdapat dua manfaat dari penelitian ini yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi ilmu pengetahuan khususnya bidang ilmu bimbingan konseling, terutama yang berkaitan dengan penerapan Teknik *games* sebagai salah satu upaya untuk mengurangi kejemuhan belajar siswa. Hasil penelitian ini juga di harapkan dapat di gunakan sebagai studi banding bagi peneliti lain dengan tema yang relatif sama.

#### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa di MTs Negeri 1 Luwu yaitu dapat mengatasi permasalahannya terkait dengan kejemuhan belajar melalui teknik *games*.
- b. Bagi Guru pendamping yaitu memberikan alternatif cara menurunkan kejemuhan Belajar melalui teknik *games* untuk layanan bimbingan.
- c. Bagi peneliti selanjutnya yaitu memberikan dasar bagi pengembangan penelitian lebih lanjut dalam mengkaji dan mengembangkan teknik *games* sebagai salah satu upaya mengatasi atau menurunkan kejemuhan Belajar.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Penelitian Terdahulu yang Relevan**

Sebagai bukti keaslian atau orisinalitas dari penelitian ini, maka peneliti melakukan studi pendahuluan dengan mencari reverensi berupa Artikel dan tesis yang relevan dengan membahas pengaruh media digital dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. Berikut akan dipaparkan penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian ini baik dari segi jenis penelitian maupun dari kajian materinya.

Banyak hasil penelitian berupa artikel ilmiah atau jurnal telah membuktikan bagaimana efektivitas dan pengaruh multimedia terhadap peningkatan motivasi belajar siswa, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Irwansyah pada tahun 2020 yang berjudul Pengaruh Metode Permainan untuk Mengurangi Kejemuhan Belajar siswa di SMP Pelita Medan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknik permainan dalam mengatasi kejemuhan belajar pada siswa kelas VIII SMP Pelita Medan. Terdapat perbedaan yang signifikan antara *gain score* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan kualitas penurunan pada kelompok eksperimen lebih baik sedangkan kelompok kontrol mengalami peningkatan. Pada pengujian hipotesis hasil perhitungan *Wilcoxon signed rank test* dengan menggunakan SPSS 16.0 for windows menunjukkan  $p = 0,002 < 0,05$  (signifikan), sehingga dapat diinterpretasikan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sehingga  $\mu_1 \neq \mu_2$  yang berarti bahwa rata-rata penurunan kejemuhan belajar dengan

menggunakan teknik - teknik permainan dengan siswa yang tidak mendapatkan teknik permainan.<sup>1</sup> Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah untuk mengatasi masalah terkait dengan kejemuhan belajar siswa

2. Penelitian yang dilakukan oleh Nurul Fauziana, dkk pada tahun 2022 yang berjudul Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Gamess untuk Menurunkan Kejemuhan Belajar Siswa di SMA Negeri 1 Simpang Tigadan berdasarkan hasil penelitian tersebut diperoleh nilai asymp sign.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ( $0,001 \leq 0,005$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dengan nilai rata-rata setelah diberikan perlakuan kelompok eksperimen (30,29) lebih kecil dari nilai rata-rata kelompok kontrol (65,29), hal ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik Gamess efektif untuk menurunkan kejemuhan belajar pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Simpang Tiga.<sup>2</sup> Adapun perbedaan dari penelitian ini yaitu pada penelitian yang dilakukan oleh Nurul Fauziana ini lebih berfokus pada sebuah bimbingan sedangkan pada penelitian ini hanya untuk memberikan sebuah solusi bahwa teknik Games mampu menurunkan kejemuhan belajar siswa disamping itu persamaan dari penelitian ini yaitu untuk mengukur bagaimana efektivitas teknik Games dalam mengatasi kejemuhan belajar siswa.

---

<sup>1</sup> Muhammad Irwansyah, Pengaruh Metode Permainan untuk Mengurangi Kejemuhan Belajar Siswa di SMP Pelita Medan, *Tesis*, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, (2020), h. 70

<sup>2</sup> Nurul Fauziana, dkk. "Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Gamess untuk Menurunkan Kejemuhan Belajar Siswa di SMA Negeri 1 Simpang Tiga"(JURNAL PSIKO EDUKASI) *Jurnal Pendidikan, Psikologi, dan Konseling* Vol. 20 Issue 1, (2022), h.11.

3. Nurmi pada tahun 2014 yang berjudul Penerapan Teknik Simulation Game untuk Mengurangi Kejemuhan Belajar Siswa di Madrasah Aliyah DDI Kanang Polewali Mandar. Hasil penelitiannya telah membuktikan bahwa teknik simulation game mampu mengurangi kejemuhan siswa dalam belajar. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmi adalah pada penelitian ini mengukur bagaimana keefektifan dari teknik game sedangkan pada penelitian tersebut meneliti tentang bagaimana penerapan teknik simulation game.<sup>3</sup>

## B. Landasan Teori

### 1. Pengertian *Games* dan Teknik *Games*

#### a. Pengertian *Games* (Permainan)

*Games* diartikan dalam Bahasa Indonesia adalah permainan. Menurut istilah *Games* adalah suatu perbuatan yang mengandung keasyikan dan dilakukan atas kehendak diri sendiri, bebas tanpa paksaan dengan bertujuan untuk memperoleh kesenangan pada waktu mengadakan kegiatan tersebut. Secara fungsional, kegiatan bermain dan bekerja mengandung perbedaan cukup mendasar, sebab bekerja itu lebih diarahkan kepada hasil yang akan dicapai, disamping adanya keterikatan yang lebih ketat daripada sebuah permainan.<sup>4</sup>

*Games* merupakan perpaduan yang harmoni antara bimbingan kelompok, karena dengan kegiatan bermain dapat melatih siswa baik secara kognitif, afektif,

---

<sup>3</sup> Nurmi, "Penerapan Teknik Simulation Game untuk Mengurangi Kejemuhan Belajar Siswa di Madrasah Aliyah DDI Kanang Polewali Mandar" Universitas Negeri Makasar, (2014), h. 115.

<sup>4</sup> Abu Ahmadi, Munawar Shaleh. *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Asdi Mahasatya,(2005) h.106

dan psikomotornya, sehingga mampu untuk menumbuhkan siswa dalam melakukan eksplorasi, melatih imajinasi, dan memberikan peluang untuk berhubungan dengan orang lain, serta merasa tidak jemu ketika berada dalam proses mempelajari keterampilan dan pengetahuan baru. Sedangkan menurut Nur Afifah Chayatie, permainan adalah suatu latihan yang mana pesertanya terlibat dalam sebuah kontes dengan peserta lain dan dikenai sejumlah peraturan.<sup>5</sup>

Bermain merupakan pengertian yang sulit dipahami karena muncul dalam beraneka ragam bentuk. Bermain itu sendiri bukan hanya tampak pada tingkah laku anak, tetapi pada usia dewasa, bahkan bukan hanya pada manusia.<sup>6</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat para tokoh diatas maka dapat disimpulkan bahwa bermain adalah suatu aktifitas seseorang yang dilakukan secara sukarela (tanpa paksaan) untuk mendapatkan informasi, memberikan kesenangan dan mengembangkan imajinasi pada anak secara spontan dan tanpa beban.

Dalam *games* terdapat nilai-nilai yang berguna bagi anak dalam mengembangkan sikap percaya diri, tanggung jawab, terbuka, kooperatif, menghargai orang lain, kejujuran, dan spontanitas. Kegiatan bermain memberikan pengalaman bagi siswa karena siswa akan menyerap segala sesuatu yang terjadi di lingkungan sekitarnya. Selain itu proses bimbingan yang terjadi didalam permainan dapat mengubah tingkah laku, sikap, dan pengalaman. Nilainilai yang diperoleh siswa karena terlibat dalam melakukan permainan (*Games*) akan melekat didalam diri siswa. Hal itulah yang dapat mendukung siswa

---

<sup>5</sup> Edy Irawan dkk, *Pengembangan teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa*, Jurnal Fokus Konseling Volume 1,(2015), h.1.

<sup>6</sup> Hamzah B Uno, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*, Jakarta: Bumi Aksara,(2010) h. 106.

meningkatkan keterampilan dan mengembangkan kemampuannya seoptimal mungkin.

Penggunaan teknik *games* dalam kegiatan bimbingan dan konseling (*Games*) mempunyai banyak fungsi selain lebih dapat memfokuskan kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan yang ingin dicapai, juga dapat membangun suasana dalam kegiatan bimbingan dan kelompok lebih bergairah dan tidak cepat membuat siswa jemu mengikutinya.

Berdasarkan beberapa pendapat para tokoh diatas maka dapat disimpulkan bahwa bermain adalah suatu aktifitas seseorang yang dilakukan secara sukarela (tanpa paksaan) untuk mendapatkan informasi, memberikan kesenangan dan mengembangkan imajinasi pada anak secara spontan dan tanpa beban.

#### b. Pengertian Teknik *Games*

Teknik *games* merupakan teknik pembelajaran yang menyenangkan dimana peserta didik akan dihadapkan beberapa petunjuk dan aturan permainan.<sup>7</sup> Teknik *games* merupakan perpaduan yang harmoni antara bimbingan kelompok, karena dengan teknik kegiatan *games* atau bermain dapat melatih siswa baik secara kognitif, afektif, dan psikomotornya, sehingga mampu untuk menumbuhkan siswa dalam melakukan eksplorasi, melatih imajinasi, dan memberikan peluang untuk berhubungan dengan orang lain, serta merasa tidak jemu ketika berada dalam proses mempelajari keterampilan dan pengetahuan baru. Sedangkan menurut Nur Afifah Chayatie, permainan adalah suatu latihan

---

<sup>7</sup> Wina Sanjaya, *Perencanaan dan Desain Sistem Pembelajaran*, Kencana, Jakarta, (2008), h. 222

yang mana pesertanya terlibat dalam sebuah kontes dengan peserta lain dan dikenai sejumlah peraturan.<sup>8</sup>

c. Kelebihan Teknik *Games*

Menurut Sadiman sebagai teknik pembelajaran, permainan mempunyai beberapa kelebihan, yaitu :

- 1) Permainan adalah sesuatu yang menyenangkan untuk dilakukan, sesuatu yang menghibur dan menarik
- 2) Permainan memungkinkan adanya partisipasi aktif dari siswa untuk belajar.
- 3) Permainan dapat memberikan umpan balik langsung.
- 4) Permainan memberikan pengalaman-pengalaman nyata dan dapat diulangi sebanyak yang dikehendaki, kesalahan-kesalahan operasional dapat diperbaiki. Membantu siswa meningkatkan kemampuan komunikatifnya.

Membantu siswa belajar dengan metode tradisional.

- 5) Permainan bersifat luwes, dapat dipakai untuk berbagai tujuan pendidikan.
- 6) Bermain dapat dengan mudah dibuat dan diperbanyak.<sup>9</sup>

d. Fungsi Teknik *Games*

Permainan sebagai salah satu teknik dalam bimbingan konseling, dipaparkan oleh ahli konseling anak, yaitu Katryn Geldard bersama suaminya David Geldard dalam bukunya mengupas beberapa teknik permainan sebagai jembatan komunikasi konseling. Adapun fungsi dari penggunaan teknik *games* dalam konseling yaitu:

---

<sup>8</sup> Edy Irawan dkk. *Pengembangan teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa*, Jurnal Fokus Konseling Volume 1. (2005), h.1.

<sup>9</sup> Anggi Sundono, *Sumber Belajar dan Alat Permainan*, Grasindo, Jakarta, (2000), h. 2

- 1) Mendapatkan penguasaan diri atas permasalahan yang dihadapi
- 2) Mendapat kekuatan dalam dirinya
- 3) Mengekspresikan emosinya
- 4) Membentuk pemecahan masalah dan kemampuan membuat keputusan
- 5) Membangun kemampuan sosial
- 6) Membangun self concept dan *self esteem*
- 7) Meningkatkan kemampuan komunikasi
- 8) Menambah wawasan.<sup>10</sup>

e. Manfaat Teknik *Games*

Adapun beberapa manfaat teknik permainan adalah sebagai berikut :

- 1) Menimbulkan kegembiraan
- 2) Sebagai pemicu kreatifitas
- 3) Meningkatkan respon anak-anak terhadap hal-hal yang baru
- 4) Melatih anak untuk menyelesaikan atau mengatasi konflik
- 5) Sarana untuk bersosialisasi dan menegakkan disiplin dengan menaati peraturan-peraturan dalam permainan
- 6) Melatih kepekaan dan empati
- 7) Membentuk kepribadian anak
- 8) Mengembangkan rasa percaya diri
- 9) Sarana mengekspresikan diri
- 10) Menumbuhkan motivasi.<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> Eva Imania Eliasa, *Artikel (Games) dalam Bimbingan dalam MGBK Nasional*, Tanggerang Konseling, (2012), h. 3.

f. Prosedur Pelaksanaan Teknik *Games*

Adapun prosedur pelaksanaan teknik permainan yaitu :

- 1) Persiapan
  - a) Menentukan topik
  - b) Merumuskan tujuan
  - c) Menyiapkan alat atau bahan-bahan untuk permainan
  - d) Menyusun petunjuk pelaksanaan metode permainan
- 2) Pelaksanaan
  - a) Guru menjelaskan maksud dan tujuan serta proses permainan
  - b) Guru membagi atau memasang alat atau bahan permainan
  - c) Siswa melakukan kegiatan permainan
  - d) Siswa melaporkan hasil permainan, yaitu berupa pengertian atau berupa konsep tertentu.

g. Jenis dan Tahapan Pelaksanaan *Games*

Jenis permainan yang digunakan dalam penelitian ini adalah permainan yang berguna untuk menurunkan kejemuhan belajar. Terdapat 4 permainan yang bernama Miskin, Kursi Tumpuan (Geser Kursi), *Out Of The Box* dan Kalimat Rusak. Keempat permainan tersebut memiliki fungsi dan tahapannya masing-masing dalam menurunkan kejemuhan belajar. Adapun *games* tersebut yaitu :

1) *Games* miskin

*Games* ini berfungsi untuk mengusir kebosanan di dalam kelas. Selain itu permainan ini juga dapat membuat suasana kelas menjadi lebih bersemangat.

---

<sup>11</sup> Mubiar Agustin, *Mengenali dan Memahami Dunia Anak*, (Kajian Tentang Perkembangan Anak Ditinjau Dari Berbagai Perseptif) UPI Press, Bandung, (2008), h. 66

Fungsi lain dari permainan ini ialah menumbuhkan rasa percaya diri serta membuat suasana belajar lebih menyenangkan. Tahap permainan ini yaitu siswa dibagi menjadi beberapa kelompok. Setelah itu fasilitator memberikan pertanyaan yang harus dijawab oleh masing-masing kelompok dengan berebut. Kelompok yang telah menjawab dengan benar selanjutnya kertas yang berisi skor yang nantinya akan dijumlahkan seiring tiap kelompok berhasil menjawab. Kelompok yang berhasil mendapatkan total skor 200 dianggap menang. Skor tersebut terbagi beberapa nilai diantaranya 5, 10, 15, 20, dan 50 namun terdapat kartu yang bertuliskan “Miskin” dengan jumlah yang disesuaikan. Jika ada kelompok yang mengambil kertas bertuliskan miskin maka skor yang telah dikumpulkan akan hangus.

## 2) Permainan *Out OF The Box*

*Out OF The Box* adalah permainan yang bertujuan untuk melatih daya imajinasi (Suwarjo & Eliasa, 2013 : 86). Beberapa langkah permainan ini diantaranya adalah siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, selanjutnya kelompok diminta untuk menuliskan manfaat sebuah benda misalnya “pulpen” sebanyak-banyaknya dan dibatasi waktu 5 menit, setelah itu hasil dari diskusi kelompok dipresentasikan untuk dibandingkan antar kelompok. Kelompok yang paling banyak menemukan fungsi benda yang dibahas adalah pemenang permainan ini.

## 3) *Games Jumble Words*

Adapun tahapan dalam permainan ini adalah :

Guru menyiapkan sebuah wacana, kemudian keluarkan kalimat-kalimat yang terdapat dalam wacana tersebut ke dalam kartu-kartu kalimat setelah itu guru membuat kartu soal beserta kartu jawaban yang di acak nomornya sesuai materi bahan ajar teks yang telah dibagikan sebelumnya dan membagikan kartu soal tersebut. Siswa dibuat dalam beberapa kelompok dan selanjutnya siswa dalam kelompok masing-masing mengerjakan soal dan mencari kartu soal untuk jawaban yang cocok, sebelumnya jawaban telah di acak sedemikian rupa dan kemudian tahap terakhir adalah siswa diharuskan dapat menyusun kata jawaban yang telah tersedia dalam waktu yang telah ditentukan. Setelah selesai mengerjakan soal, hasil pekerjaan siswa dikumpulkan dan dilakukan pemeriksaan.

h. Refleksi dan Tujuan *Games*.

1) Merangsang Pekembangan Kognitif .

Dengan permainan sensomotor, anak/siswa akan mengenal permukaan lembut, halus atau kasar atau kaku sehingga meningkatkan kemampuan abstraksi dan mengenal kostruksi, besar- kecil, atas-bawah, penuh-kosong. Melalui permainan, individu dapat menghargai aturan, keteraturan dan logika.

2) Memberi struktur kognitif.

Melalui permainan, anak akan memperoleh informasi lebih banyak sehingga pengetahuan dan pemahamannya lebih kaya dan lebih mendalam

3) Membangun kemampuan kognitif.

Kemampuan kognitif mencakup kemampuan mengidentifikasi, mengelompokkan, mengurutkan, mengamati, meramal, menentukan hubungan sebab-akibat, menarik kesimpulan.

4) Belajar memecahkan masalah.

Permainan memungkinkan anak bertahan lama menghadapi kesulitan sebelum persoalan yang ia hadapi dipecahkan. Proses pemecahan masalah ini mencakup imajinasi aktif anak-anak yang akan mecegah kebosanan.

5) Mengembangkan rentang konsentrasi

2. Kejemuhan Belajar

a. Pengertian Kejemuhan Belajar

Kejemuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu tidak bersemangat atau hidup tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar. Jadi maksud kejemuhan belajar adalah suatu kondisi mental siswa dalam rentang waktu tertentu malas, lelah, bosan, lesu, tidak bersemangat, tidak berghairah untuk melakukan aktivitas belajar.<sup>12</sup>

Menurut Abu Abdirrahman Al-Qawiy bahwa kejemuhan adalah tekanan sangat mendalam yang sudah sampai titik jenuh.<sup>13</sup> Seseorang yang mengalami kejemuhan, ia akan berusaha sekuat tenaga melepaskan diri dari tekanan tersebut.

Kejemuhan belajar muncul karena adanya proses pengulangan belajar yang tidak mendatangkan prestasi atau hasil yang memuaskan sehingga membuat siswa letih secara fisik maupun psikis.<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> Thursan Hakim, *Belajar Secra Efektif*, Jakarta: Puspa Swara, ( 2004 ), h. 62.

<sup>13</sup> Abu Abdirrahman Al-Qawi, *Mengatasi Kejemuhan*, (Jakarta: Khalifa, 2004),(diakses pada tgl 08-7-2023, 10.36)

<sup>14</sup> Gian Sugiana, *Tekhnik Self Instruction dalam Menangani Kejemuhan Belajar Siswa (Pra Eksperimen terhadap Siswa Kelas XI Ipa SMA Angkasa Lanud Husen Sastranegara Bandung*, (diakses pada tgl 21 agustus 2023, 08.21)

### b. Faktor Penyebab Kejemuhan Belajar

Kejemuhan belajar dapat melanda siswa apabila ia telah kehilangan motivasi dalam tingkat keterampilan tertentu sebelum siswa sampai pada tingkat keterampilan berikutnya. Namun penyebab kejemuhan yang paling umum adalah keletihan yang melanda siswa, karena keletihan dapat menjadi penyebab munculnya perasaan bosan pada siswa yang bersangkutan. Keletihan fisik dan indra dalam hal ini mata, telinga pada umumnya dapat dikurangi dengan melakukan isirahat yang cukup. Tetapi keletihan mental tidak dapat diatasi dengan cara yang sederhana seperti cara mengatasi keletihan-keletihan lainnya. Itulah sebabnya, keletihan mental dianggap faktor utama penyebab munculnya kejemuhan belajar.

Ada empat faktor penyebab keletihan mental dalam belajar siswa yaitu:

- 1) Karena kecemasan siswa terhadap dampak negatif yang ditimbulkan oleh keletihan itu sendiri.
- 2) Karena kecemasan siswa terhadap standar atau patokan keberhasilan bidang-bidang studi tertentu yang dianggap terlalu tinggi terutama ketika siswa tersebut sedang merasa bosan mempelajari bidang-bidang studi tadi.
- 3) Karena siswa berada ditengah-tengah situasi kompetitif yang ketat dan menuntut lebih banyak kerja intelek yang berat.
- 4) Karena siswa mempercayai konsep kinerja akademik yang optimum, sedangkan dia sendiri menilai belajarnya sendiri hanya berdasarkan ketentuan yang ia buat sendiri.<sup>15</sup>

---

<sup>15</sup> Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011) h.181

Sedangkan faktor penyebab kejemuhan dalam belajar itu sendiri yaitu:

- 1) Kesibukan monoton.
- 2) Prestasi mandeg.
- 3) Lemah minat.
- 4) Penolakan hati nurani.
- 5) Kegagalan berusaha.
- 6) Penghargaan nihil.
- 7) Ketegangan panjang.
- 8) Perlakuan buruk.<sup>16</sup>

Agar penjelasan tentang faktor-faktor penyebab kejemuhan belajar dalam diri siswa maka peneliti secara langsung menjelaskan satu per satu faktor penyebab tersebut yaitu:

- 1) Kesibukan monoton.

Kemonotonan sering kali merupakan salah satu sebab kebosanan. Melakukan hal yang sama secara berulang-ulang tanpa beberapa perubahan juga dapat membuat jemu. Sebab paling umum dibalik timbulnya rasa jemu adalah kesibukan yang monoton. Seseorang yang mengerjakan sesuatu berulang, dengan proses sama, suasana yang sama, hasil sama, dalam kurun waktu yang lama.

- 2) Prestasi mandeg

Sebab selanjutnya yang kerap memicu kejemuhan adalah kemandegan prestasi. Siswa yang terus menerus belajar dengan giat secara konsisten tidak kenal lelah pantang menyerah. Namun setelah sekian lama belajar tidak

---

<sup>16</sup> Abu Abdirrahman Al-Qawi, *Mengatasi Kejemuhan*, (Jakarta: Khalifa, 2004), (diakses pada tanggal 08-9-2023, 10.36)

mengalami perubahan yang diharapkan. Maka kondisi seperti ini berpotensi melahirkan kejemuhan, bahkan rasa frustasi.

3) Lemah minat

Kejemuhan juga akan muncul ketika seseorang menekuni yang tidak diinginkan. Demikian pula dengan siswa yang sejak awal tidak menyukai atau tidak minat pada mata pelajaran tertentu ia akan selalu merasa jemu dan bosan terhadap mata pelajaran tersebut.

4) Penolakan hati nurani

Penyebab selanjutnya adalah tinggal atau berkecimpung di sebuah lingkungan yang tidak sesuai dengan hati nurani. Demikian pula dengan seorang siswa, kalau tempat sekolahnya karena dipilih oleh orang tua tidak sesuai dengan kehendaknya maka ia akan merasa jemu dan malas untuk sekolah.

5) Kegagalan beruntun

Penyebab lain kejemuhan adalah kegagalan yang beruntun. Seorang siswa yang pernah mengalami kegagalan dalam meraih prestasi di sekolah padahal ia telah belajar dan berusaha tetapi gagal. Maka siswa tersebut pasti mengalami kejemuhan.

6) Penghargaan nihil

Sebab lain yang memicu kejemuhan adalah penghargaan kecil terhadap penghargaan prestasi pengorbanan yang telah dilakukan. Didunia belajar, betapa

banyak kita saksikan pelajar-pelajar yang kecewa terhadap guru atau lembaga penyelenggara pendidikan.

#### 7) Ketegangan panjang

Sebab selanjutnya yang menimbulkan kejemuhan adalah ketegangan yang berkepanjangan. Ketegangan dalam hidup kadang perlu, setidaknya agar hidup ini tidak terasa datar atau monoton. Tetapi ketegangan yang terus menerus bisa menimbulkan kejemuhan besar.

#### 8) Perlakuan buruk

Sebab lain yang kerap kali menimbulkan kejemuhan adalah perlakuan buruk. Hal tersebut juga bisa terjadi pada siswa yang mendapat perlakuan buruk dari gurunya pada salah satu bidang studi, tentunya siswa tersebut akan merasa jemu, bosen dan males terhadap mata pelajaran itu. Banyak sebab yang melatar belakangi timbulnya kejemuhan, sebabsebab itu berasal dari diri sendiri, dari kesibukan yang ditekuni, dari lingkungan pergaulan, suasana hidup masyarakat, alam sekitar bahkan dari pemikiran yang dianut.

#### c. Cara Mengatasi Kejemuhan Belajar

Kejemuhan merupakan kondisi psikologis yang bersifat alamiah. Artinya, siapapun akan dapat mengalami kebosanan atau kejemuhan terhadap sesuatu maupun dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. Boleh jadi, sesuatu yang monoton, tanpa variasi, atau kegiatan rutin yang menjadi penyebab kebosanan itu.

Kejemuhan belajar itu lazimnya dapat diatasi dengan menggunakan kiat-kiat antara lain sebagai berikut:

- 1) Melakukan istirahat dan mengkonsumsi makanan dan minuman yang bergizi dengan takaran yang cukup banyak.
- 2) Pengubahan atau penjadwalan kembali jam-jam dari hari-hari belajar yang dianggap lebih memungkinkan siswa belajar lebih giat.
- 3) Pengubahan atau penataan kembali lingkungan belajar siswa yang meliputi pengubahan posisi meja tulis, lemari, rak buku, alat-alat perlengkapan belajar dan sebagainya sampai memungkinkan siswa merasa berada di sebuah kamar baru yang lebih menyenangkan untuk belajar.
- 4) Memberikan motivasi dan stimulasi baru agar siswa merasa terdorong untuk belajar lebih giat dari pada sebelumnya.
- 5) Siswa harus berbuat nyata (tidak menyerah atau tinggal diam) dengan cara mencoba belajar dan belajar lagi.<sup>17</sup>

d. Indikator Kejemuhan Belajar

Setiap orang juga mempunyai ambang kebosanan yang berbeda-beda, mempunyai karakter yang berbeda pula terhadap rasa bosan. Umumnya yang terjadi dalam setiap individu adalah kebiasaan yang monoton dan terus menerus berulang yang menjadikan kejemuhan terjadi, maka dari itu perlunya inovasi baru dalam setiap kegiatan terutama dalam belajar agar kejemuhan bisa diminimalisir. Beberapa indikator dari kejemuhan belajar yang seharusnya diketahui oleh seorang guru khususnya pada proses pembelajaran yaitu :

- 1) Kelelahan Emosi

---

<sup>17</sup> Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2010), h.183

Aspek kejemuhan belajar ditinjau dari kelelahan emosional. Aspek ini merujuk pada keadaan dimana individu merasa lelah secara emosional yang ditandai dengan timbulnya rasa sedih, putus asa, terbebani oleh pelajaran, bosan, perasaan yang tidak ingin menolong, takut, cemas, stress dan lain-lain sebagai akibat dari tuntutan beban yang stagnan dan sangat tinggi.

## 2) Kelelahan Fisik

Aspek kejemuhan belajar ditinjau dari kelelahan fisik. Aspek ini merujuk pada keadaan dimana individu merasa lelah secara fisik yang ditandai dengan timbulnya rasa sakit di kepala, leher, mual pusing, insomnia, hilangnya nafsu makan, dan lain-lain sebagai akibat dari tingginya beban belajar yang harus dikerjakan.

## 3) Kelelahan Kognitif

Aspek kejemuhan belajar ditinjau dari kelelahan berpikir atau kognitif. Aspek ini merujuk pada keadaan dimana individu merasa lelah secara kognitif yang ditandai dengan, tidak ingin mengerjakan PR, hilangnya konsentrasi ketika belajar, serta kemampuan daya ingat yang menurun.

## 4) Kehilangan Motivasi

Aspek kejemuhan belajar ditinjau dari kehilangan motivasi individu. Aspek ini merujuk pada keadaan dimana individu merasa kehilangan motivasi untuk belajar yang ditandai dengan kehilangan semangat belajar, kehilangan kemauan dan minat untuk belajar serta munculnya perasaan mudah menyerah. Selain itu, aspek ini juga dapat ditandai dengan hilangnya idealisme atau keyakinan dalam

diri individu serta munculnya anggapan bahwa segala impiannya merupakan hal yang tidak realistik dan tidak dapat dicapai.<sup>18</sup>

### C. Kerangka Pikir

Beban psikologis dalam pembelajaran adalah hal yang penting diperhatikan untuk memahami konseptual tentang kejemuhan belajar. Pasalnya dalam proses pembelajaran, tekanan dihasilkan oleh pelajaran itu sendiri, sehingga beban pekerjaan yang tinggi serta sumber tekanan psikologis lainnya dalam pembelajaran akan menghantarkan siswa pada kejemuhan emosional.

Ini berarti bahwa suasana belajar juga menjadi salah satu faktor pemicu munculnya gejala kejemuhan belajar. Penekanan ini diperlukan agar sudut pandang memahami kejemuhan belajar siswa tidak terjebak pada pemahaman negatif yang mensubordinasi siswa sebagai sumber masalah. Perlu juga dipertimbangkan bahwa *burnout* atau kejemuhan belajar muncul dikarenakan situasi pembelajaran yang menjemukan siswa khususnya siswa pada sekolah menengah ke atas saat ini.

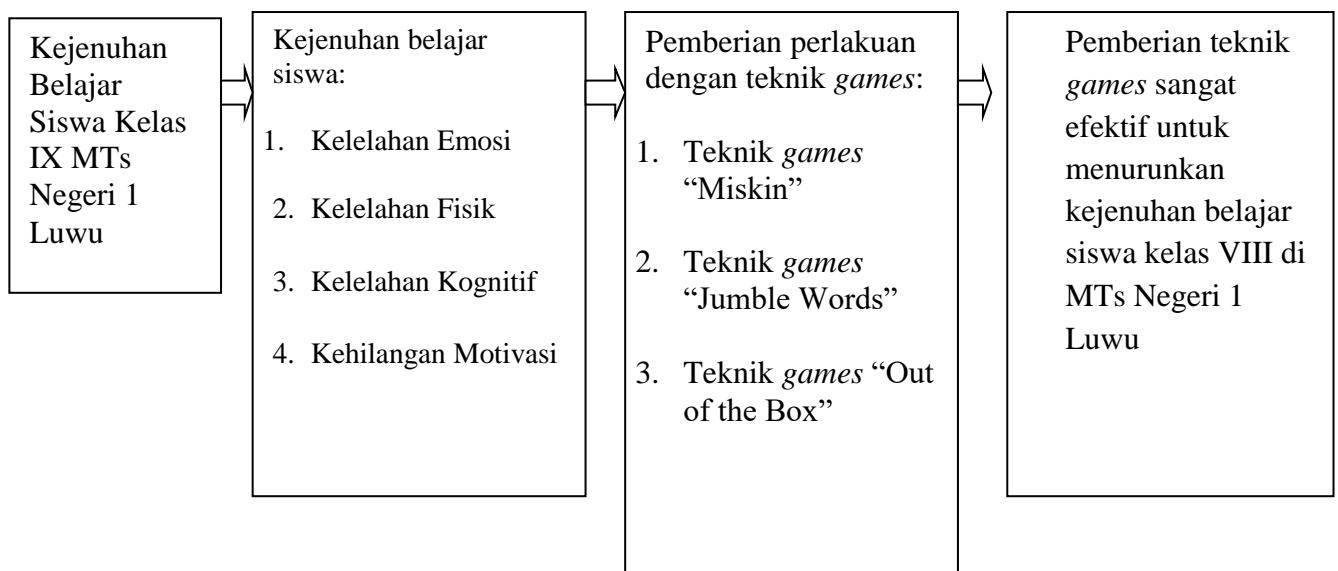
Tingkat kejemuhan belajar siswa yang dialami di MTs Negeri 1 Luwu yang ditandai dengan tingkat kejemuhan belajar yang tinggi disebabkan oleh beberapa faktor yaitu metode belajarnya yang tidak berfariasi, belajar yang hanya di tempat tertentu, susasana belajar yang tidak berubah-ubah, kurangnya aktifitas rekreasi atau hiburan sehingga pikiran menjadi tegang, adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut saat belajar di sekolah.

---

<sup>18</sup> Damayanti, S., & Apriyanto, M. T. *Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teams Games Tournament Terhadap Hasil Belajar Matematika*, JPKM (Jurnal Kajian Pendidikan Matematika), 2017, h.235.

Dengan demikian, salah satu solusi yang akan dilakukan oleh peneliti adalah penerapan teknik *games* agar dapat membantu masalah siswa yaitu mengurangi kejemuhan belajar mereka, karena dengan menghilangkan kejemuhan belajar siswa akan kembali dalam belajar dengan kata lain akan terjadi perubahan yang baik pada siswa yaitu mereka mampu mengubah cara belajarnya menjadi lebih baik, suasana belajar yang lebih baik, menjadi lebih rileks dan mampu mengurangi ketegangan mental yang dilami siswa dalam belajar di sekolah hingga akhirnya terlihat adanya penurunan tingkat kejemuhan siswa dalam belajar di MTs Negeri 1 Luwu. Adapun kerangka pikirnya seperti bagan berikut:

**Gambar 2.1 Kerangka Pikir**



#### **D. Hipotesis**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka hipotesis dalam penelitian ini berdasarkan hasil uji *paired samples test* diperoleh nilai *sig* = 0.000, yang berarti lebih kecil dari nilai 0,05, jika dilihat dari nilai proses perhitungan

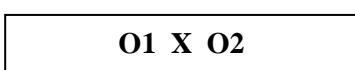
dengan demikian Ho ditolak dan Ha diterima dan dapat disimpulkan bahwa teknik *games* efektif dalam mengurangi kejemuhan siswa kelas VIII di MTs Negeri 1 Luwu.

## **BAB III**

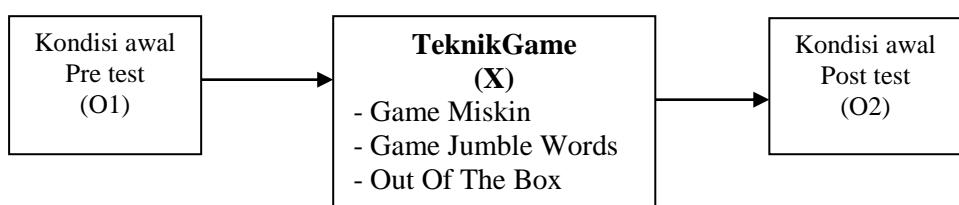
### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

Jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah penelitian kuantitatif yang merupakan analisis data dalam bentuk angka dengan analisis statistik. Penelitian ini adalah penelitian eksperimen, yang merupakan bagian dari metode kuantitatif yang memiliki khas tersendiri, terutama dengan adanya kelompok kontrolnya. Bentuk penelitian eksperimen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre Eksperiment design dengan One Group Pre test*, subyek diberikan (*Pre test*) kemudian diberikan perlakuan atau treatment pada waktu tertentu kemudian dilakukan pengukuran kembali (*Post test*) untuk membandingkan keadaan sebelum dan sesudah perlakuan. Alasan peneliti menggunakan design penelitian ini untuk mengukur kejemuhan belajar siswa sebelum diberikan treatment dengan teknik game. Secara umum desain penelitian yang akan digunakan dapat digambarkan sebagai berikut :



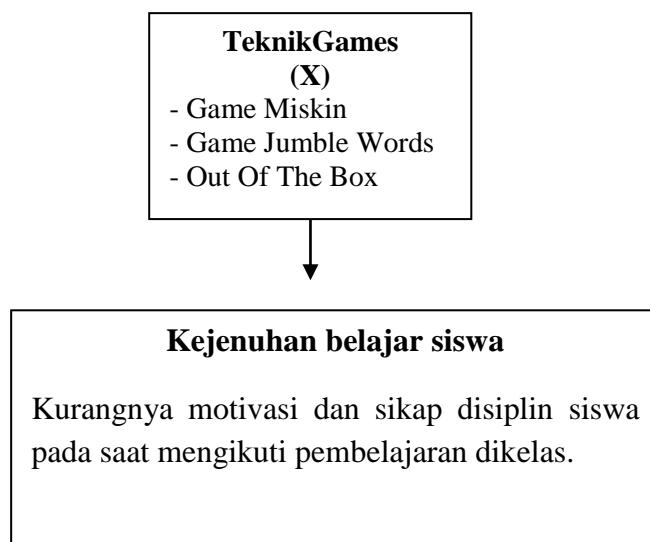
**Gambar 3.2 Pola Design One Group Pretest – Posttest**



Dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas atau independen (X) dan variabel terikat atau dependen (Y). Variabel - variabel

dalam penelitian ini yakni variabel bebas (X) adalah teknik game dan yang menjadi variabel terikat (Y) yaitu kejemuhan belajar siswa. Hubungan antar variabel tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:

**Gambar 3.3** Hubungan antara variabel



### **B. Lokasi dan waktu penelitian**

Tempat penelitian ini adalah di MTs Negeri 1 Luwu yang berada di pusat kota Belopa yang merupakan salah satu madrasah negeri di wilayah Kabupaten Luwu jalan Pendidikan 1 No. 5 kecamatan Belopa Utara. Penelitian ini dilaksanakan selama kurang lebih 2 bulan tehitung dari bulan November sampai dengan Desember 2024

### **C. Definisi Operasional Variabel**

Definisi operasional merupakan batasan-batasan yang digunakan untuk menghindari perbedaan interpretasi terhadap variabel yang diteliti dan sekaligus menyamakan persepsi tentang variabel yang dikaji, maka dikemukakan definisi operasional variabel penelitian sebagai berikut :

1. Teknik *games* adalah suatu teknik dan aktifitas seseorang yang dilakukan secara sukarela (tanpa paksaan) untuk mendapatkan informasi, memberikan kesenangan dan mengembangkan imajinasi pada anak secara spontan dan tanpa beban.
2. Kejemuhan belajar adalah kejemuhan yang dialami siswa mengacu pada kondisi fisiknya yaitu kurang bersemangat dan mudah lelah sedangkan dari kondisi mentalnya yaitu tidak memperhatikan saat guru menjelaskan, kurang bergairah, tidak bertanggung jawab, mudah menyerah, merasa malas, merasa bosan, takut, tidak terbuka, meninjau sisi negatif dan tidak komfirmis.

#### **D. Populasi dan Sampel**

##### 1. Populasi

Dalam suatu penelitian keberadaan populasi merupakan hal yang mutlak sebagai sumber data atau informasi penelitian guna menjawab permasalahan penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII MTs Negeri 1 Luwu Tahun ajaran 2024/2025 sebanyak 255 siswa. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili).<sup>1</sup> Sampel yang diambil dari beberapa siswa (populasi) yang berdasarkan pada pengumpulan data yang didapat dan sampel tersebut sesuai maksud atau tujuan peneliti.

---

<sup>1</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung:Alfabeta,2014), h. 7.

Adapun teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. *Purposive Sampling* adalah sebuah teknik yang dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan cirri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian. yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu ”. Sampel dalam penelitian ini yaitu 32 orang siswa yang ditentukan berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria tersebut adalah :

1. Siswa dengan permasalahan kejemuhan belajar, data diperoleh berdasarkan hasil pembagian angket kejemuhan belajar.
2. Siswa yang memperoleh skor kejemuhan belajar dengan kategori tinggi dan sedang.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data adalah cara yang dipakai untuk mengumpulkan informasi atau fakta-fakta yang ada dilapangan yang dilaksanakan di MTs Negeri 1 Luwu. Adapun cara yang dipakai untuk mengumpulkan informasi mengenai siswa adalah teknik pengumpulan data melalui angket, observasi, dan dokumentasi.

### 1. Observasi

Observasi atau yang biasa disebut pula dengan pengamatan, meliputi kegiatan pemasatan perhatian terhadap suatu objek dengan menggunakan seluruh alat indera. Observasi dalam penelitian ini menggunakan observasi partisipatori yang berarti pengamat atau observer ikut serta dalam kegiatan, dan juga berperan mengamati kegiatan, serta ikut dalam kegiatan-kegiatan tersebut. Observasi

dilakukan oleh observer di MTs Negeri 1 Luwu. Hasil observasi yang dilakukan untuk memperoleh data tentang pengaruh *games* untuk menurunkan tingkat kejemuhan belajar yang dialami siswa.

## 2. Angket

Angket merupakan bentuk pengumpulan data dengan menyerahkan atau mengirimkan daftar pertanyaan untuk diisi sendiri oleh siswa sebagai responden. Responden adalah orang yang memberikan tanggapan atas jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang diajukan<sup>2</sup>. Adapun penggunaan angket dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mengukur tingkat kejemuhan belajar siswa. Jenis angket yang dipakai dalam penelitian ini adalah skala likert yang terdiri dari dua jenis pernyataan yaitu pernyataan positif (*favorable*) dan pernyataan negative (*Unfavorable*).

Instrumen yang berisi skala ini diisi oleh siswa dengan memilih salah satu tanggapan yang telah di sediakan. Agar dalam memberikan jawaban sesuai dengan yang dirasakan, maka peneliti menyajikan pertanyaan yang bervariasi (ada pernyataan positif dan negatif) dengan lima alternatif pilihan. Dalam hal ini peneliti tidak memberikan tanggapan ragu-ragu pada kedua pernyataan tersebut, karena dikhawatirkan ada banyak jawaban asal-asalan tanpa pertimbangan dan selalu bersikap netral. Adapun alternatif pilihan tersebut adalah selalu, sering, kadang-kadang, hampir tidak pernah dan tidak pernah.

---

<sup>2</sup> Irawan Soeharto, *Metode Penelitian Sosial*, ( Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004), h. 77.

Skor yang digunakan dalam rencana penelitian ini disediakan lima alternatif pilihan jawaban untuk setiap item mempunyai nilai terdiri dari 5 sampai dengan 1, mulai dari selalu (SL) sampai dengan tidak pernah (TP).

Untuk pertanyaan favorable (item pertanyaan yang mendukung objek yang ingin diukur) bergerak dari 4,3,2,1 dan bila unfavorable (item pertanyaan tidak mendukung objek yang ingin diukur) dari kelompok 1,2,3,4. Secara lebih rinci dapat dilihat pada tabel bawah ini :

**Tabel 3.1** Kategori pemberian skor Skala Likert untuk pernyataan positif

<b>Pernyataan Positif (+)</b>		<b>Pernyataan Negatif (- )</b>	
Pilihan Jawaban	Skor	Pilihan Jawaban	Skor
Sangan setuju (SS)	4	Sangan setuju (SS)	1
Setuju (S)	3	Setuju (S)	2
Tidak setuju (TS)	2	Tidak setuju (TS)	3
Sangat tidak setuju (STS)	1	Sangat tidak setuju (STS)	4

Menurut Eko dalam aturan pemberian skor dan klarifikasinya hasil Penelitian Adalah Sebagai Berikut

- a. Menentukan Hasil Skor Maksimal Ideal Yang Diperoleh Sampel,

$$\text{Skor Maksimal Ideal} = \text{Jumlah Item} \times \text{Skor Tertinggi}$$

- b. Menentukan Skor Terendah Ideal Yang Diperoleh Sampel,

$$\text{Skor Minimal Ideal} = \text{Jumlah Item} \times \text{Skor Terendah}$$

- c. Mencari Rentan Skor Ideal Yang Diperoleh Sampel,

$$\text{Rentan Skor} = \text{Skor Maksimal Ideal} - \text{Skor Minimal Ideal}$$

- d. Mencari Interval Skor

Interval Skor = Rentang Skor/3.<sup>3</sup>

Berdasarkan pendapat di atas, maka interval kriteria dapat ditentukan sebagai berikut:

- a. Skor Tertinggi =  $20 \times 4 = 80$
- b. Skor Terendah =  $20 \times 1 = 20$
- c. Rentang =  $80 - 20 = 60$
- d. Interval =  $60 \div 3 = 20$

Adapun interpretasi kategori kejemuhan belajar dapat dilihat pada tabel 3.2 berikut:

**Tabel 3.2** Interpretasi Kategori Kejemuhan Belajar

Kategori	Rentang skor
Tinggi	60 – 80
Sedang	40 – 60
Rendah	20 – 40

Selain angket, teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah dengan observasi. Observasi adalah metode atau cara-cara dalam menganalisis dan mengadakan pencatatan secara sistematis mengenai tingkah laku dengan cara melihat dan mengamati siswa atau sekelompok siswa secara langsung.<sup>4</sup> Observasi sering dikenal dengan istilah pengamatan yang merupakan suatu perhatian berfokus terhadap kejadian, gejala atau sesuatu.<sup>5</sup> Dalam penelitian ini, peneliti

<sup>3</sup>Eko Putra Widoyoko, *Penelitian Hasil Pembelajaran Di Sekolah*, (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2014),h. 144.

<sup>4</sup>Dzakiah Daradjad, *Metode Pengajaran Agama Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2008), h. 214.

<sup>5</sup> Emzir, *Analisis Data*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2011), h. 37-38.

melakukan pengamatan terhadap siswa, sejauh mana bisa menerima, menangkap dan menggunakan informasi yang diberikan oleh peneliti sehingga dapat melakukan suatu perubahan kearah positif.

### 3. Dokumentasi

Metode ini sebagian besar data berbentuk gambar atau foto-foto. Metode dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh daftar nama-nama siswa yang diteliti serta foto-foto pelaksanaan kegiatan sebelum treatment, pada saat treatmen berlangsung, dan setelah treatment diberikan. Penggunaan metode dokumentasi ini juga untuk memperkuat dan mendukung informasi yang didapatkan dari hasil penyebaran angket, observasi dan wawancara.

## F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatan mengumpulkan data agar kegiatan tersebut sistematis dan mudah”.<sup>6</sup> Pada umumnya penelitian akan berhasil apabila banyak menggunakan instrumen, karena yang diperlukan untuk menjawab pertanyaan penelitian (masalah) dan menguji hipotesis diperoleh melalui instrument.<sup>7</sup>

Adapun kisi-kisi instrumen kejemuhan belajar dapat dilihat pada tabel berikut :

---

<sup>6</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 27.

<sup>7</sup> Margono S, *Metodelogi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 155.

**Tabel 3.3.** Kisi-kisi instrumen kejemuhan belajar

<b>Variabel</b>	<b>Indikator</b>	<b>No Item</b>		<b>Jumlah</b>
		<b>(+)</b>	<b>(-)</b>	
Kejemuhan Belajar	Kelelahan Emosi	1, 2,	3,4	4
	Kelelahan Fisik	5,6,7	8,9,10	6
	Kelelahan Kognitif	11,12,13	14,15,16	6
	Kehilangan Motivasi	17,18	19,20	4
<b>Jumlah</b>		<b>10</b>	<b>10</b>	<b>20</b>

(Sumber Data: Schaufeli & Enzmann, 1998: 21-22)

## G. Uji Validitas dan Realibilitas Instrumen

### 1. Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevaliditan atau kesahihan. Suatu instrument yang valid mempunyai validitas yang tinggi sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah.<sup>8</sup>

Adapun validitas isntrumen dalam penelitian ini digunakan validitas konstruk, yaitu konsep validitas yang berangkat dari konstruksi teoritis yang harus diukur oleh suatu jenis alat ukur. Untuk mengetahui valid atau tidaknya suatu instrumen, peneliti melakukan uji coba instrument.

Hasil Uji Validitas dengan menggunakan jumlah responden sebanyak 32, maka nilai r tabel dapat di peroleh melalui table r product moment pearson dengan df (*degree of freedom*) = n-2, jadi df= 32-2= 30, maka tabel = 0,349. Butir pertanyaan di katakan valid jika r hitung > r tabel.

<sup>8</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 211.

## 2. Reabilitas Instrumen

Selain validitas, reabilitas juga diperlukan dalam melakukan penelitian. Reabilitas adalah instrument yang cukup dapat dipercaya untuk mengetahui pengumpulan data karena alat instrumen tersebut sudah baik. Reabilitas mempunyai arti keandalan. Instrumen yang digunakan haruslah memiliki sifat keandalan. Maksud keandalan dalam penelitian adalah memberikan hasil yang sama meskipun dilakukan berulang-ulang namun hasilnya tidak berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh orang yang berbeda dengan waktu yang berbeda pula. Suatu alat ukur dikatakan reliabel apabila alat ukur tersebut memberikan hasil yang tetap sama selama variabel yang diukur tidak berubah.

Menurut Sugihartono dan Situnjak menyatakan bahwa realibilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian untuk memperoleh informasi yang digunakan dapat dipercaya sebagai alat pengumpulan data dan mampu mengungkap informasi yang sebenarnya di lapangan<sup>9</sup>. Realibilitas menunjukkan pada sejauh mana pengukuran tersebut dilakukan cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik. Program pada statistik SPSS, dapat digunakan uji statistik *Cronbach Alpha (a)* untuk mengukur reliabilitas suatu variabel. Variabel dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach's Alpha* > 0,60 atau lebih

---

<sup>9</sup>Sugihartono dan Situnjak, "Analisis Validasi, Reliabilitas, dan Kelayakan Instrumen Penilaian Percaya Diri Peserta didik," *Jurnal Kualita Pendidikan* 2, No.3 (2022), h.134.

besar dari nilai  $r_{tabel}$  yang ditentukan. Adapun interpretas realibilitas dapat dilihat pada tabel 3.5 berikut:<sup>10</sup>

**Tabel 3.5** Interpretas Realibilitas

Interval	Interpretasi Reliabilitas
0,80 – 1,00	Sangat tinggi
0,60 – 0,80	Tinggi
0,40 – 0,60	Sedang
0,20 – 0,40	Rendah

## H. Teknik Analisis Data

Analisis data juga dapat diartikan sebagai proses pengorganisasian data ke dalam suatu pola, kategori satuan uraian dasar sehingga ditemukan jawaban dari tujuan penelitian.<sup>11</sup> Setelah seluruh data yang diinginkan (telah diisi oleh siswa) terkumpul, maka data tersebut akan dianalisis. Tahapan analisis data merupakan tahapan yang paling penting yang akan memberikan kehidupan dalam kegiatan penelitian.<sup>12</sup> Adapun teknik analisis data merupakan suatu langkah yang paling menentukan dari suatu penelitian, karena analisis data berfungsi untuk menyimpulkan hasil penelitian. Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan dengan cara kuantitatif.

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui kenormalan distribusi sebaran skor variabel apabila terjadi penyimpangan tersebut. Dalam penelitian ini menguji

<sup>10</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, h. 457.

<sup>11</sup> Marzuki, *Metodologi Riset*, (Yogyakarta: Fakultas Ekonomi UI, 1989), h. 89.

<sup>12</sup> Suharsimi Arikunto, dkk, *Penelitian Tindakan Kelas*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2012), h. 131.

normalitas data, peneliti menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* dengan ketentuan sebagai berikut:

- a) Jika signifikansi (Significance Level)  $> 0.05$  maka distribusi normal
- b) Jika signifikansi (Significance Level)  $< 0.05$  maka distribusi tidak normal.<sup>13</sup>

## 2. Uji Hipotesis

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini uji hipotesi adalah dengan menggunakan uji atau *paired t-test* dengan tujuan untuk mengetahui keberhasilan eksperimen dalam mengurangi kejemuhan belajar pada siswa.<sup>14</sup> Asumsi dasar dari pengujian ini adalah normalitas dan homogenitas dari kedua data sebagai persyaratan analisis harus terlebih dahulu. ketentuan diterima atau tidaknya hipotesis penelitian adalah sebagai berikut:

- 1)  $t_{hitung} < t_{tabel}$ , maka  $H_a$  ditolak,  $H_0$  diterima dan tidak ada pengaruh.
- 2)  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , maka  $H_a$  diterima,  $H_0$  ditolak dan ada pengaruh.

## 3. Uji Keefektifan (*N-Gain*)

Uji *N-Gain* bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan suatu perlakuan (*treatment*) tertentu dalam penelitian *one group pre-test post test design* maupun penelitian menggunakan kelompok *control*. Dengan menghitung selisih antara nilai *pre-test* dan *post-test* (*Gain score*), kita dapat mengetahui apakah teknik *games* efektif atau tidak dalam mengurangi kejemuhan belajar pada siswa.

---

<sup>13</sup>Dwi Priyatno, *Mandiri Belajar SPSS*, (Jakarta: PT Buku Kita, 2009), h. 38.

<sup>14</sup>Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, h. 108.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

###### **a. Sejarah singkat berdirinya MTs Negeri 1 Luwu**

Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Luwu merupakan salah satu lembaga pendidikan Islam yang memberikan pendidikan dan pengajaran pada tingkat tsanawiyah atau menengah pertama, yang pada saat ini mengalami perkembangan sangat menggembirakan. Hal ini dapat dilihat pada pembangunan sarana dan prasarana untuk beberapa tahun terakhir yakni Tahun 2007 sampai sekarang.

Meskipun pada awal berdirinya pada Tahun 1967, atas gagasan seorang tokoh agama yakni “Ustadz Rahima” masih berstatus kelas jauh dengan nama PGAN 4 Tahun Palopo kelas di Belopa. Selanjutnya pada Tahun 1979 berubah menjadi MTs. Negeri Palopo kelas jauh di Belopa hingga Tahun 1987. Kemudian Tahun 1987, diubah lagi menjadi MTs. Negeri Palopo Filial di Belopa sampai Tahun 1995. Pada Tahun 1995 Madrasah Tsanawiyah Negeri Palopo Filial di Belopa ditetapkan oleh pemerintah pusat dalam hal ini Menteri Agama Republik Indonesia dengan KMA No. 15 Tahun 1995 sebagai salah satu madrasah negeri di Kabupaten Luwu dengan nama Madrasah Tsanawiyah Negeri Belopa. Kemudian pada Tahun 2017, berdasarkan Keputusan Menteri Agama Republik Indonesia nomor 368 tahun 2015 tentang perubahan nama Madrasah di Sulawesi Selatan, 42 Madrasah Tsanawiyah Negeri di Sulawesi Selatan berubah nama termasuk salah satunya Madrasah Tsanawiyah Negeri Belopa yang berubah

nama menjadi Madrasah Tsanawiyah Negeri Luwu. Kemudian pada Tahun 2022 berubah nama menjadi Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Luwu sesuai surat Direktorat Jenderal Anggaran Kementerian Keuangan Republik Indonesia Nomor S-81/AG/AG.4/2022 tanggal 14 Maret 2022.

Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Luwu adalah satu-satunya madrasah negeri di kabupaten Luwu sampai Tahun 2019, sebagai induk Kelompok Kerja Madrasah (KKM) dari 41 madrasah tsanawiyah yang ada di wilayah Kabupaten Luwu. Madrasah Tsanawiyah di Kabupaten Luwu sudah terbagi menjadi 3 induk KKM. Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Luwu sebagai induk KKM-1 yang menaungi 14 Madrasah di Kabupaten Luwu.

Adapun pengelolaan madrasah mendapat dukungan orang tua dan masyarakat yang terhimpun dalam Majelis Madrasah MTs Negeri 1 Luwu yang memberi peluang untuk berkembang sehingga menjadi layanan pendidikan yang memenuhi standar pendidikan bermutu. Selanjutnya untuk mengetahui lebih jelas tentang gambaran MTs Negeri 1 Luwu berikut dicantumkan urutan pejabat pelaksana sejak berdirinya sampai sekarang:

1. Rahima : 1967 sampai 1969
2. Marhati : 1969 sampai 1970
3. Ustadz Ali Safar, Bakri Maga : 1970 sampai 1979
4. Muhammad Saleh : 1979 sampai 1982
5. Mustaring Sekin, S.Ag : 1982 sampai 2010
6. Hijeria, S. Ag, MA : 2010 sampai 2018
7. Dra. Hj. Sitti Ara, M.Pd.I : 2018 sampai sekarang.

Dalam hal otonomi pendidikan MTs Negeri 1 Luwu, menetapkan VISI dan MISI yang merupakan pencerminkan Madrasah Tsanawiyah yang memiliki prospek jaminan pendidikan ke depan yang menjanjikan sebagai layanan pendidikan yang berbasis mutu.

b. Data Identitas Madrasah

Nama Madrasah : Madrasah Tsanawiyah Negeri Luwu  
NPSN : 40320217  
Alamat Madrasah : Jl. Pendidikan 1 No.5  
Kecamatan : Belopa Utara  
Kabupaten : Luwu  
Provinsi : Sulawesi Selatan  
Kode Pos : 91994  
Telepon dan Faksmile : (0471) 3314365  
Email : [mtsnbelopa2010@yahoo.co.id](mailto:mtsnbelopa2010@yahoo.co.id)  
Status Madrasah : Negeri  
No. Akte Pendirian : KMA No.5A/ Tahun 1995  
Tahun berdiri Madrasah : 1995  
Status Akreditasi : A / 2013

c. Visi Madrasah

Sebagai salah satu madrasah yang terletak di tengah-tengah masyarakat kota Belopa Kabupaten luwu yang memiliki pola hidup yang berdaya saing tinggi, baik dari aspek kehidupan ekonomi dan aspek pendidikan maupun kehidupan

beragama masyarakat. Oleh karena itu, dalam menetapkan Visi Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Luwu, senantiasa mengacu pada kondisi tersebut, yaitu: “Terwujudnya Lulusan Madrasah yang Memiliki Daya Saing di Bidang Iptek Yang Berbasis Religius Berkarakter dan Berwawasan Lingkungan”.

d. Misi Madrasah

Untuk mencapai visi yang telah ditetapkan di atas, maka langkah-langkah yang harus dilakukan untuk mencapai hal tersebut adalah sebagai berikut :

Untuk mencapai visi yang telah ditetapkan di atas, maka langkah-langkah yang harus dilakukan untuk mencapai hal tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Menumbuhkembangkan sikap, prilaku, dan amaliah yang berlandaskan agama islam di madrasah
- 2) Menumbuhkan semangat belajar agama Islam
- 1) Melaksanakan bimbingan dan pembelajaran aktif, kreatif, efektif, dan menarik sehingga siswa berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang mereka miliki
- 2) Menumbuhkan semangat keunggulan secara intensif dan daya saing yang sehat kepada seluruh warga madrasah baik prestasi akademik maupun nonakademik
- 3) Menata lingkungan madrasah yang bersih, sehat, dan indah
- 4) Mendorong, membantu, dan memfasilitasi siswa untuk mengembangkan kemampuan, bakat, dan minatnya sehingga dapat dikembangkan secara lebih optimal dan memiliki daya saing yang tinggi
- 5) Mengembangkan life skills dalam setiap aktifitas pendidikan

- 6) Mengembangkan sikap kepekaan terhadap lingkungan
- 7) Menerapkan manajemen partisipatif dengan melibatkan seluruh warga madrasah, komite madrasah, dan para pemangku kepentingan dalam pengambilan keputusan
- 8) Mewujudkan madrasah sebagai lembaga pendidikan yang memperoleh kepercayaan dari masyarakat.

Adapun sarana dan prasarana di MTs Negeri 1 Luwu dapat dilihat pada tabel 4.6 berikut:

**Tabel 4.6** Sarana dan Prasarana MTs Negeri 1 Luwu

No	Jenis Bangunan	Jumlah ruang	Luas m <sup>2</sup>	Keadaan	Ket
1	Ruang Kantor	1	72	Baik	
2	Ruang Belajar	24	42	Baik	
3	Perpustakaan	1	72	Baik	
4	Ruang UKS	1	28	Baik	
5	Laboratorium	3	72	Baik	
6	Mushallah	1	90	Baik	
7	Ruang Guru	1	80	Baik	
8	Ruang Tenaga Administrasi	1	21	Baik	
9	BK	1	24	Baik	
10	WC	14	36	Rusak sedang	
11	Kantin	5	12	Baik	
12	Gudang	1	15	Baik	
13	Lapangan	1	1000	Baik	
14	Westafel	8	buah	Baik	
Jumlah unit					

(Sumber Data: Tata Usaha MTs Negeri 1 Luwu 2025)

## 2. Uji Validitas dan Realibilitas Instrumen

### a. Uji Validitas

Uji validitas berguna untuk mengetahui validitas atau kesesuaian kuesioner yang digunakan oleh peneliti dari para responden. Kuesioner dikatakan valid jika pernyataan pada kuesioner mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut. Uji signifikan dilakukan dengan membandingkan Nila  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$ . Uji validitas instrumen dilakukan menggunakan bantuan *IMB SPSS Vers 20*, tujuan uji validitas ini untuk mengevaluasi sejauh mana suatu instrumen dapat dianggap valid atau dapat diandalkan dalam mengukur variabel yang diteliti. Hasil pengujian validitas item instrumen dapat dilihat pada tabel 4.7 berikut ini

Keterangan:

Perbandingan nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$

- 1) Jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  = Valid
- 2) Jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  = Tidak Valid

**Tabel 4.7** Hasil Uji Validitas Instrumen

Item	$R_{hitung}$	$R_{tabel}$	Keterangan
P1	0,470	0,349	VALID
P2	0,448	0,349	VALID
P3	0,653	0,349	VALID
P4	0,536	0,349	VALID
P5	0,625	0,349	VALID
P6	0,599	0,349	VALID
P7	0,465	0,349	VALID
P8	0,510	0,349	VALID

Item	$R_{hitung}$	$R_{tabel}$	Keterangan
P9	0,714	0,349	VALID
P10	0,599	0,349	VALID
P11	0,536	0,349	VALID
P12	0,619	0,349	VALID
P13	0,693	0,349	VALID
P14	0,494	0,349	VALID
P15	0,695	0,349	VALID
P16	0,445	0,349	VALID
P17	0,389	0,349	VALID
P18	0,608	0,349	VALID
P19	0,626	0,349	VALID
P20	0,581	0,349	VALID

**(Sumber Data:** Hasil olah data dengan *IBM SPSS Statistic 20, 2025*)

Tabel di atas adalah hasil uji validitas menggunakan *pearson correlation* menunjukkan semua nilai korelasi (r) hitung lebih besar dari (r) tabel, artinya sebuah instrumen tersebut dianggap valid. Hal ini menyatakan bahwa data yang diperoleh terdapat 20 valid dan dapat dilakukan pengujian dala lebih lanjut.

#### b. Uji Realibilitas

Uji realibilitas adalah suatu proses untuk mengevaluasi sejauh mana hasil pengukuran dapat diandalakan atau dipercaya. Realibilitas penting untuk memastikan bahwa data yang diperoleh sesuai dengan tujuan pengukuran dan menunjukkan konsistensi antara item-item yang telah diuji. Berikut adalah hasil dari pengujian realibilitas instrument yang dapat dilihat pada tabel 4.8 dibawah ini:

**Tabel 4.8** Uji Realibilitas Instrumen**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.975	20

(Sumber Data : Hasil olah data *IMB SPSS 20, 2025*)

Berdasarkan tabel di atas *cronbach's alpha* bernilai 0,975. Dikatakan reliabel menurut Wuratna Sujarweni *cronbach's alpha* harus lebih dari 0,60. Jadi nilai koefisien reliabilitas diatas lebih besar dari 0,60 dapat disimpulkan bahwa item pernyataan kuesioner dinyatakan reliabel.

### 3. Hasil Analisis Data

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diperoleh data hasil penelitian. Data tersebut kemudian di analisis agar dapat memperoleh kesimpulan dari data hasil penelitian. Analisis data penelitian ini terdiri atas uji coba instrumen, analisis statistik deskriptif dan analisis statistik inferensial.

#### a. Hasil Analisis statistik deskriptif

##### 1) Hasil *pre-test* dan *post-test*

Pengukuran statistik deskriptif variabel ini dilakukan untuk melihat gambaran data secara umum seperti nilai rata-rata (Mean) tertinggi (Max), terendah (Min) dan standar deviasi dari masing-masing data *pre-test* sebelum diberi perlakuan berupa konseling kelompok melalui teknik *games* dan data *post-test* setelah diberi perlakuan berupa konseling kelompok melalui teknik *games*, sebagaimana hasil *pre-test* dan *post-test* yang terdapat pada tabel 4.9 di bawah ini:

**Tabel 4.9** Hasil kategori kejemuhan belajar siswai *pre-test*

No.	Responden	<i>Pre-test</i>	
		Skor	Kategori
1	Res 1	68	Tinggi
2	Res 2	61	Tinggi
3	Res 3	52	Sedang
4	Res 4	64	Tinggi
5	Res 5	63	Tinggi
6	Res 6	61	Tinggi
7	Res 7	62	Tinggi
8	Res 8	51	Sedang
9	Res 9	61	Tinggi
10	Res 10	52	Sedang
11	Res 11	60	Tinggi
12	Res 12	66	Tinggi
13	Res 13	59	Sedang
14	Res 14	54	Sedang
15	Res 15	56	Sedang
16	Res 16	61	Tinggi
17	Res 17	51	Sedang
18	Res 18	57	Sedang
19	Res 19	59	Sedang
20	Res 20	56	Sedang
21	Res 21	57	Sedang
22	Res 22	54	Sedang
23	Res 23	53	Sedang
24	Res 24	61	Tinggi
25	Res 25	64	Tinggi
26	Res 26	68	Tinggi
27	Res 27	61	Tinggi
28	Res 28	52	Sedang
29	Res 29	64	Tinggi
30	Res 30	63	Tinggi
31	Res 31	61	Tinggi
32	Res 32	62	Tinggi

(Sumber Data : Hasil olah data *Microsoft Excel 2010*, 2025)

Berdasarkan pada tabel 4.9 diperoleh skor *pre-test* yaitu terdapat 18 orang siswa yang masuk kategori tinggi dan 14 orang siswa masuk kategori sedang dan 0 siswa yang masuk kategori rendah, sedangkan hasil *post-test* menunjukkan skor dan kategori pada tabel 4.10 berikut:

**Tabel 4.10** Hasil kategori kejemuhan belajar siswa *post-test*

No.	Responden	<i>Post-test</i>	
		Skor	Kategori
1	Res 1	34	Rendah
2	Res 2	33	Rendah
3	Res 3	31	Rendah
4	Res 4	38	Rendah
5	Res 5	34	Rendah
6	Res 6	32	Rendah
7	Res 7	34	Rendah
8	Res 8	34	Rendah
9	Res 9	39	Rendah
10	Res 10	29	Rendah
11	Res 11	39	Rendah
12	Res 12	33	Rendah
13	Res 13	36	Rendah
14	Res 14	39	Rendah
15	Res 15	35	Rendah
16	Res 16	37	Rendah
17	Res 17	37	Rendah
18	Res 18	37	Rendah
19	Res 19	36	Rendah
20	Res 20	37	Rendah
21	Res 21	32	Rendah
22	Res 22	31	Rendah
23	Res 23	29	Rendah
24	Res 24	37	Rendah
25	Res 25	31	Rendah
26	Res 26	34	Rendah
27	Res 27	27	Rendah

28	Res 28	34	Rendah
29	Res 29	34	Rendah
30	Res 30	30	Rendah
31	Res 31	38	Rendah
32	Res 32	34	Rendah

(Sumber Data : Hasil olah data *Microsoft Excel 2010*, 2025)

Hasil skor *post-test* yaitu terdapat 32 orang siswa yang masuk kategori rendah dan 0 orang siswa masuk kategori sedang dan 0 siswa masuk kategori tinggi.

Dari kedua data *pre-test* dan *post-test* menunjukkan hasil analisis statistik deskriptif pada tabel 4.11 berikut :

**Tabel 4.11** Analisis Statistik Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre_Test	32	53.00	76.00	72.52	5.55278
Post_Test	32	99.00	125.00	42.95	8.93961
Valid N (listwise)	32				

(Sumber Data : Hasil olah data *IBM SPSS Statistic 20*, 2025)

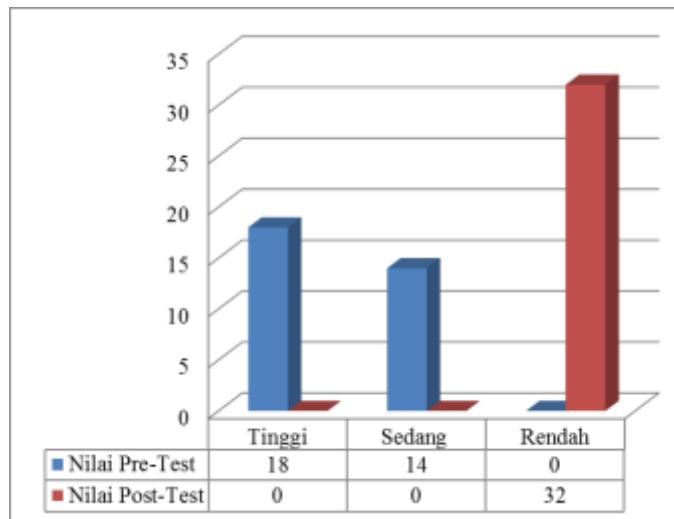
Berdasarkan tabel hasil statistik deskriptif hasil tabel hasil statistik deskriptif *pre-test* menggambarkan distribusi skor kejemuhan belajar siswa diperoleh nilai minumum = 53,00, nilai maksimum = 76,00, mean (rataan) = 72,52 , nilai standar deviasi = 5,552. *post-test* menggambarkan distribusi skor kejemuhan belajar siswa diperoleh nilai minumum = 99,00, nilai maksimum = 125,00, mean (rataan) = 42,95, dan nilai standar deviasi = 8.939. Hal ini dikatakan bahwa nilai mean (rataan) *pre-test*  $72,52 > 42,95$  nilai mean (rataan) *post-test*.

## 2) Perbedaan Hasil Analisis *Pre-Test* Dan Hasil *Post-Test*

Berdasarkan data yang telah diperoleh pada analisis statistik deskriptif maka dapat digambarkan perbedaan antara nilai statistik *Pre-Test* dan *Post-Test* pada tabel 4.12 dan gambar 4.4 berikut ini:

**Tabel 4.12** Perbedaan Hasil kategori kejemuhan belajar siswa *Pre-Test* dan *Post-Test*

Kategori	Nilai	
	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>
Tinggi	18	0
Sedang	14	0
Rendah	0	32
<b>TOTAL</b>	<b>32</b>	<b>32</b>



**Gambar 4.4** Perbandingan Perolehan Nilai *Pre-Test Post-Test*

### b. Hasil Analisis Data Statistik Inferensial

#### 1) Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk memahami apakah data yang diteliti dari distribusi normal atau tidak. Uji statistik yang digunakan dalam menguji normalitas data adalah uji *Kolmogorow-Smirnov*, peneliti menggunakan uji ini

karena sampel yang digunakan berjumlah kecil. Dengan ketentuan jika signifikansi  $> 0,05$  maka data tersebut berdistribusi normal. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi  $< 0,05$  maka data tersebut tidak berdistribusi normal. Dalam hal ini menggunakan bantuan program *IBM SPSS Statistic 20*. Hasil uji normalitas data *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel 4.13 berikut:

**Tabel 4.13** Uji Normalitas *pre-test* dan *post-test*

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
PRE_TEST	.190	32	.020	.902	32	.020
POST_TEST	.175	32	.048	.933	32	.104

a. Lilliefors Significance Correction

(**Sumber Data** : Hasil olah data *IBM SPSS Vers. 20*, 2025)

Berdasarkan uji normalitas pada tabel 4.18 dengan menggunakan rumus *Kolmogrov Smirnov* berbantuan *IBM SPSS Statistic 20* sehingga diperoleh nilai sig. *Shapiro-Wilk* masing-masing hasil *pre-test* sebesar  $0,020 > 0,05$  dan untuk hasil *post-test* sebesar  $0,104 > 0,05$  artinya kedua *pre-test* dan *post-test* pada penelitian ini berdistribusi normal karena nilai sig  $> 0,05$

## 2) Uji Hipotesis

Hasil hipotesis data *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel 4.14 berikut:

**Tabel 4.14** Uji Hipotesis *pre-test* dan *post-test*

	Paired Samples Test						T	Df	Sig. (2-tailed)			
	Paired Differences											
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference								
				Lower	Upper							

Pre_test - Post_test	58.00000	6.92219	1.38444	55.14266	60.85734	41.894	31	.000
-------------------------	----------	---------	---------	----------	----------	--------	----	------

(Sumber Data : Hasil olah data *IBM SPSS Vers. 20, 2025*)

Berdasarkan tabel *output paired samples test* di atas, diketahui  $t_{hitung}$  bernilai yaitu sebesar sebesar 41.894.

Tahap selanjutnya mencari nilai  $t_{tabel}$ , dimana  $t_{tabel}$  dicari berdasarkan nilai df (*degree of freedom* atau derajat kebebasan) dan nilai signifikansi ( $\alpha/2$ ). Nilai *output* di atas diketahui nilai df adalah sebesar 31 dan nilai  $0,05/2$  sama dengan 0,025. Nilai ini gunakan sebagai dasar acuan dalam mencari nilai  $t_{tabel}$  pada distribusi nilai  $t_{tabel}$  statistic. Nilai  $t_{tabel}$  yang ditemukan adalah sebesar 2,032, karena nilai  $t_{hitung}$   $41.894 > t_{tabel} 2,063$ , maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan di atas dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dan dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata hasil *pre-test* dengan *post-test* yang artinya konseling kelompok melalui teknik *games* berpengaruh dalam mengurangi kejemuhan belajar siswa kelas VIII MTs Negeri 1 Luwu.

Hasil tabel uji t diperoleh nilai  $sig = 0,000$ , yang berarti lebih kecil dari nilai 0,05, jika dilihat dari nilai proses perhitungan dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dan dapat disimpulkan konseling kelompok melalui teknik *games* berpengaruh dalam mengurangi kejemuhan belajar siswa kelas VIII MTs Negeri 1 Luwu.

### 3) Uji N-Gain

Setelah dilakukan uji asumsi prasyarat, maka dilanjutkan dengan melihat keefektifan perlakuan yaitu perlakuan dengan teknik *games*. Uji keefektifan ini

bertujuan untuk mengetahui efektif tidaknya perlakuan teknik *games* dalam mengurangi kejemuhan belajar pada siswa. Dengan pertimbangan kategori tafsiran efektivitas N-Gain menurut Meltzer di bawah ini<sup>1</sup>:

< 40	Tidak Efektif
< 40 – 55	Kurang Efektif
< 56 – 75	Cukup Efektif
> 76	Efektif

Adapun hasil uji keefektifan teknik *games* dalam mengurangi kejemuhan belajar pada siswa terdapat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 4.15** Hasil analisis uji keefektifan teknik *games* dalam mengurangi kejemuhan belajar pada siswa

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Ngain_skor	32	-2.00	.27	-.9465	.65459
Ngain_persen	32	-200.00	26.67	-94.6487	65.45924
Valid N (listwise)	32				

(**Sumber Data** : Hasil olah data *IBM SPSS Vers. 20, 2025*)

Berdasarkan hasil perhitungan *N-Gain* pada tabel di atas, menunjukkan bahwa nilai rata-rata (*mean*) *N-Gain* sebesar 94.6487 atau 94%. dengan demikian merujuk pada kategori tafsiran efektivitas *N-Gain* menurut Meltzer, maka hasil uji *N-Gain* masuk dalam kategori efektif, yaitu dengan presentasi mean 94%, yang mana jika dilihat pada standar tafsiran di atas berada pada interval mean  $> 76$ .

<sup>1</sup> Meltzer. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta. 2002), hlm. 742

## B. Pembahasan

Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyuluhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dan perkembangan dan pertumbuhannya. Tujuan dari konseling kelompok ini adalah untuk perkembangn perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dan bersosialisasi dan berkomunikasi serta terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu lain yang menjadi peserta konseling. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *games* dalam pelaksanaan konseling kelompok.

Kegiatan ini dilakukan di MTs Negeri 1 Luwu, dengan memberikan angket *pre-test* yang berjumlah 20 item yang telah divalidasi oleh dosen validator ahli kemudian dibagikan kepada siswa sebagai sampel penelitian berjumlah 32 siswa.

Pelaksanaan *pre-test* guna untuk mendapatkan gambaran awal kejemuhan belajar pada siswa. Selanjutnya, diberi perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik *games*. Dari hasil angket *pre-test* didapati sampel yang sesuai dengan kriteria kejemuhan belajar siswa yaitu 18 siswa dengan tinggi dan 14 siswa dengan kategori sedang.

Dalam pelaksanaan penelitian pada dasarnya berjalan dengan lancar, ditandai dengan konseli yang mudah dihubungi, konseli antusias dalam mendengarkan materi saat penulis menjelaskan dan melakukan kegiatan intervensi dengan baik, dan guru yang selalu memberikan arahan yang baik untuk peneliti.

Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 8 kali pertemuan. Berikut tabel pelaksanaan kegiatan konseling kelompok teknik *games*.

**Tabel 4.16** Pelaksanaan kegiatan penelitian

<b>Pertemuan</b>	<b>Tujuan</b>	<b>Kegiatan yang dilakukan</b>
Pertemuan : 1		Pada tahap ini peneliti akan memberikan lembar angket/ <i>kuesioner</i> yang diisi oleh 32 siswa yang terdapat pada kelas. Terdapat 18 siswa dengan tinggi dan 14 siswa dengan kategori sedang.
Kegiatan : ( <i>Pre-test</i> )	Mengetahui kejemuhan belajar	
Hari/tanggal		
Senin,24/02/2025	siswa sebelum	
Waktu : 30 Menit	diberikan	
Tempat : Kelas	<i>treatment</i>	
Pertemuan : 2	Anggota kelompok	Peneliti mengajak anggota kelompok untuk saling berkenalan. Setelah itu peneliti mengajak anggota kelompok bermain game ( <i>ice breaking</i> ) agar suasana menjadi akrab setelah itu peneliti bersama anggota kelompok membuat peraturan kelompok agar kegiatan bisa berjalan dengan tertib dan nyaman.
Kegiatan : Konseling tahap 1	merasakan suasana nyaman dalam kelompok	
Hari/tanggal : Senin, 03/03/2025	dalam mengikuti kegiatan kelompok	
Waktu : 30 Menit		
Tempat : Kelas		
Pertemuan: 3	Anggota kelompok mendapatkan pengetahuan dan	Peneliti menjelaskan kejemuhan belajar. Setelah itu peneliti mengajak anggota kelompok untuk mengikuti
Kegiatan : Konseling tahap 2		
Hari/tanggal : Senin,		

10/03/2025	gambaran	game	miskin.	Tahap
Waktu : 30 Menit	mengenai	permainan ini yaitu siswa		
Tempat : Kelas	kejemuhan belajar	dibagi menjadi beberapa		
	serta dampaknya	kelompok. Setelah itu		
		fasilitator memberikan		
		pertanyaan yang harus		
		dijawab oleh masing-masing		
		kelompok dengan berebut.		
		Kelompok yang telah		
		menjawab dengan benar		
		selanjutnya kertas yang berisi		
		skor yang nantinya akan		
		dijumlahkan seiring tiap		
		kelompok berhasil menjawab		
		Kelompok yang berhasil		
		mendapatkan total skor 200		
		dianggap menang. Skor		
		tersebut terbagi beberapa		
		nilai diantaranya 5, 10, 15,		
		20, dan 50 namun terdapat		
		kartu yang bertuliskan		
		“Miskin” dengan jumlah		
		yang disesuaikan		
Pertemuan : 4	Anggota	Peneliti	menjelaskan	
Kegiatan : Konseling	kelompok dapat	kejemuhan belajar. Setelah itu		
tahap 3	mengidentifikasi			
Hari/tanggal : Senin,	kejemuhan belajar	peneliti mengajak anggota		
17/03/2025	dan cara	kelompok untuk mengikuti		
Waktu : 45 Menit	mengatasinya	game <i>Out OF The Box</i> . <i>Out</i>		
Tempat : Kelas	berdasarkan	<i>OF The Box</i> adalah		
	pemahaman dan			

---

pengetahuan permainan yang bertujuan setelah mengikuti untuk melatih daya imajinasi. konseling langkah permainan ini kelompok teknik diantaranya adalah siswa *games* dibagi menjadi beberapa kelompok, selanjutnya kelompok diminta untuk menuliskan manfaat sebuah benda misalnya “pulpen” sebanyak-banyaknya dan dibatasi waktu 5 menit, setelah itu hasil dari diskusi kelompok dipresentasikan untuk dibandingkan antar kelompok. Kelompok yang paling banyak menemukan fungsi benda yang dibahas adalah pemenang permainan ini.

---

Pertemuan : 5	Anggota	Peneliti	menjelaskan
Kegiatan : Konseling	kelompok dapat	kejemuhan belajar.	Setelah itu
tahap 4	mengidentifikasi	peneliti mengajak	anggota
Hari/tanggal :Senin,	kejemuhan belajar	kelompok	untuk mengikuti
24/03/2025	berdasarkan		

---

Waktu	: 30 Menit	pemahaman dan <i>Games</i>	<i>Jumble</i>	<i>Words.</i>
Tempat	: Kelas	pengetahuan setelah mengikuti konseling kelompok teknik <i>games</i>	Adapun tahapan dalam permainan ini adalah peneliti menyiapkan sebuah wacana, kemudian keluarkan kalimat-kalimat yang terdapat dalam wacana tersebut ke dalam kartu-kartu kalimat setelah itu peneliti membuat kartu soal beserta kartu jawaban yang diacak nomornya sesuai materi bahan ajar teks yang telah dibagikan sebelumnya dan membagikan kartu soal tersebut. Siswa dibuat dalam beberapa kelompok dan selanjutnya siswa dalam kelompok masing-masing mengerjakan soal dan mencari kartu soal untuk jawaban yang cocok, sebelumnya jawaban telah diacak sedemikian rupa dan	

---

kemudian tahap terakhir adalah siswa diharuskan dapat menyusun kata jawaban yang telah tersedia dalam waktu yang telah ditentukan. Setelah selesai mengerjakan soal, hasil pekerjaan siswa dikumpulkan dan dilakukan pemeriksaan

---

		Anggota	
Pertemuan : 6		kelompok dapat mengidentifikasi	
Kegiatan : konseling tahap 5		kejemuhan belajar berdasarkan pemahaman dan pengetahuan	Peneliti mengajak anggota kelompok kembali berdiskusi dan menanyakan hal yang dilakukan dalam mengatasi kejemuhan belajar.
Hari/tanggal : Senin, 31/03/2025		setelah mengikuti konseling kelompok teknik	
Waktu : 30 Menit			
Tempat : Kelas		<i>games</i>	
Pertemuan : 7		mengevaluasi	Peneliti dan anggota
Kegiatan : Evaluasi		konseling	kelompok mengulas
Hari/tanggal : Senin, 07/04/2025		pertama sampai sesi keenam dan	pertemuan pertama sampai terakhir dan menanyakan hal yang sudah dipelajari oleh anggota kelompok dan hal yang harus diperbuat untuk
Waktu : 30 Menit		memastikan	
Tempat : Kelas		anggota kelompok	

---

		mendapatkan pemahaman pengetahuan baru	mengatasi kejemuhan dalam dan belajar.
Pertemuan : 8		Mengetahui kejemuhan belajar	Pada tahap ini peneliti akan
Kegiatan : <i>post-test</i>		siswa setelah	memberikan lembar angket
Hari/tanggal : Senin, 14/04/2025		diberikan <i>treatment</i>	yang diisi oleh 32 siswa yang
Waktu : 30 Menit		dan terdapat pada	kelompok eksperimen untuk
Tempat : Kelas		dibandingkan dan	dianalisis dengan <i>pre-test</i>
		<i>test</i>	

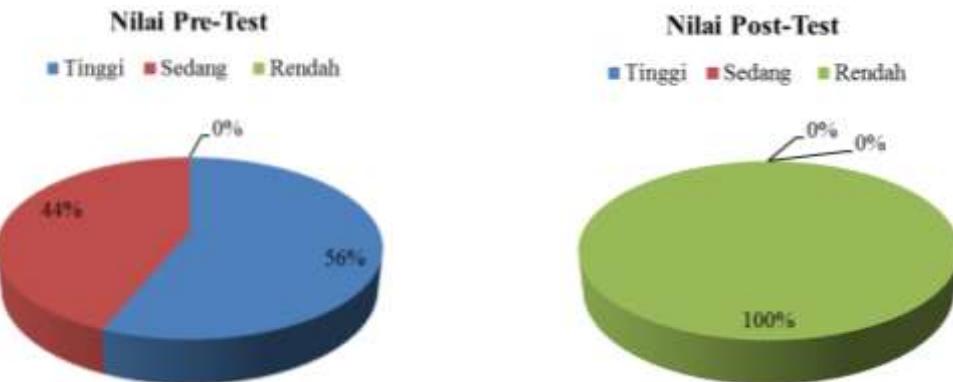
Hasil dari *pre-test* yang telah diberikan kepada 32 responden diketahui bahwa terdapat *pre-test* yaitu terdapat 18 orang siswa yang masuk kategori tinggi dan 14 orang siswa masuk kategori sedang dan 0 siswa yang masuk kategori rendah. Hasil skor *post-test* yaitu terdapat 32 orang siswa yang masuk kategori rendah dan 0 orang siswa masuk kategori sedang dan 0 siswa masuk kategori tinggi. Tingkat perbandingan kejemuhan belajar siswa dengan konseling kelompok teknik *games* dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.17** Perbandingan hasil skor *pre-test post-test* siswa

No.	Responden	Pre-test		Post-Test		Selisih skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	Res 1	68	Tinggi	34	Rendah	34
2	Res 2	61	Tinggi	33	Rendah	28
3	Res 3	52	Sedang	31	Rendah	21
4	Res 4	64	Tinggi	38	Rendah	26
5	Res 5	63	Tinggi	34	Rendah	29
6	Res 6	61	Tinggi	32	Rendah	29
7	Res 7	62	Tinggi	34	Rendah	28

No.	Responden	Pre-test		Post-Test		Selisih skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
8	Res 8	51	Sedang	34	Rendah	17
9	Res 9	61	Tinggi	39	Rendah	22
10	Res 10	52	Sedang	29	Rendah	23
11	Res 11	60	Tinggi	39	Rendah	21
12	Res 12	66	Tinggi	33	Rendah	33
13	Res 13	59	Sedang	36	Rendah	23
14	Res 14	54	Sedang	39	Rendah	15
15	Res 15	56	Sedang	35	Rendah	21
16	Res 16	61	Tinggi	37	Rendah	24
17	Res 17	51	Sedang	37	Rendah	14
18	Res 18	57	Sedang	37	Rendah	20
19	Res 19	59	Sedang	36	Rendah	23
20	Res 20	56	Sedang	37	Rendah	19
21	Res 21	57	Sedang	32	Rendah	25
22	Res 22	54	Sedang	31	Rendah	23
23	Res 23	53	Sedang	29	Rendah	24
24	Res 24	61	Tinggi	37	Rendah	24
25	Res 25	64	Tinggi	31	Rendah	33
26	Res 26	68	Tinggi	34	Rendah	34
27	Res 27	61	Tinggi	27	Rendah	34
28	Res 28	52	Sedang	34	Rendah	18
29	Res 29	64	Tinggi	34	Rendah	30
30	Res 30	63	Tinggi	30	Rendah	33
31	Res 31	61	Tinggi	38	Rendah	23
32	Res 32	62	Tinggi	34	Rendah	28

Hasil tabel di atas dapat dilihat hasil *post-test* siswa mengalami penurunan skor setelah mendapat perlakuan konseling kelompok melalui teknik *games* terhadap siswa MTs Negeri 1 Luwu. Agar dapat menjelaskan perubahan skor terhadap kejemuhan belajar siswa maka peneliti menampilkan dalam grafik berikut:



**Gambar 4.5 Hasil persentase *pre-test* dan *post-test* kejemuhan belajar siswa**

Kedua grafik di atas dapat dilihat bahwa ada perbandingan nilai antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Hasil *pre-test* menunjukkan dari 32 sampel penelitian 56% masuk kategori tinggi, 44% memiliki kategori sedang dan 0% memiliki kategori rendah. Setelah diberikan perlakuan/*treatment* berupa konseling kelompok teknik *games* untuk mengurangi kejemuhan belajar pada siswa dapat dilihat hasil *post-test* menunjukkan 0% memiliki kategori tinggi, 0% memiliki kategori sedang dan 100% kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari hasil *pre-test* dan hasil *post-test*.

Berdasarkan tabel *output paired samples test* diketahui  $t_{hitung}$  bernilai yaitu sebesar sebesar 41.894. Tahap selanjutnya mencari nilai  $t_{tabel}$ , dimana  $t_{tabel}$  dicari berdasarkan nilai df (*degree of freedom* atau derajat kebebasan) dan nilai signifikansi ( $\alpha/2$ ). Nilai *output* di atas diketahui nilai df adalah sebesar 31 dan nilai  $0,05/2$  sama dengan 0,025. Nilai ini gunakan sebagai dasar acuan dalam mencari nilai  $t_{tabel}$  pada distribusi nilai  $t_{tabel}$  statistic. Nilai  $t_{tabel}$  yang ditemukan adalah sebesar 2,032, karena nilai  $t_{hitung}$   $41.894 > t_{tabel} 2,063$ , maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan di atas dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dan dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata

hasil *pre-test* dengan *post-test* yang artinya konseling kelompok melalui teknik *games* berpengaruh dalam mengurangi kejemuhan belajar siswa kelas VIII MTs Negeri 1 Luwu.

Hasil uji t diperoleh nilai  $sig = 0,000$ , yang berarti lebih kecil dari nilai 0,05, jika dilihat dari nilai proses perhitungan dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dan dapat disimpulkan konseling kelompok melalui teknik *games* berpengaruh dalam mengurangi kejemuhan belajar siswa kelas VIII MTs Negeri 1 Luwu.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan *efektivitas teknik games* untuk mengurangi kejemuhan belajar siswa kelas VIII MTs Negeri 1 Luwu sebanyak 32 responden, penelitian ini menggunakan uji t dengan menggunakan data *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan tabel *output paired samples test*, diketahui nilai  $t_{hitung}$   $41.894 > t_{tabel}2,063$ , maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan di atas dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dan dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata hasil *pre-test* dengan *post-test* yang artinya konseling kelompok melalui teknik *games* berpengaruh dalam mengurangi kejemuhan belajar siswa kelas VIII MTs Negeri 1 Luwu.

Uji t diperoleh nilai  $sig = 0,000$ , yang berarti lebih kecil dari nilai 0,05, jika dilihat dari nilai proses perhitungan dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dan dapat disimpulkan konseling kelompok melalui teknik *games* berpengaruh dalam mengurangi kejemuhan belajar siswa kelas VIII MTs Negeri 1 Luwu.

Adapun hasil perhitungan hasil uji keefektifan teknik *games* dalam mengurangi kejemuhan belajar pada siswa (*N-Gain*), menunjukkan bahwa nilai rata-rata (*mean*) *N-Gain* sebesar 94.6487 atau 94%. dengan demikian merujuk pada kategori tafsiran efektivitas *N-Gain* menurut Meltzer, maka hasil uji *N-Gain* masuk dalam kategori efektif, yaitu dengan presentasi mean 94%.

## B. Saran

Adapun beberapa saran yang perlu disampaikan oleh peneliti sebagai berikut:

1. Kepada guru-guru khususnya guru BK hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan untuk menangani siswa yang memiliki permasalahan dengan kejemuhan belajar siswa, dengan demikian guru BK dapat memberikan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *games* untuk mengurangi kejemuhan belajar siswa.
2. Kepada peneliti selanjutnya, dalam konseling kelompok menggunakan teknik *games* untuk mengurangi kejemuhan belajar siswa, peneliti perlu memperhatikan serta mempersiapkan dengan baik mengenai tahap-tahap pelaksanaan teknik tersebut dengan tujuan agar pelaksanaan konseling kelompok menggunakan teknik *games* memperoleh hasil yang maksimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Bandung: PT Sygma Examedia Arkan leema, 2021.
- Ahmadi Abu. dkk, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Asdi Mahasatya,2005.
- Al-Qawi Abu Abdirrahman, *Mengatasi Kejemuhan*, (Jakarta: Khalifa, 2004),(diakses pada tgl 08-7-2023, 10.36)
- Anggi Sundono, *Sumber Belajar dan Alat Permainan*, Grasindo, Jakarta, 2000.
- Azwar, *Metode Penelitian: Pustaka Pelajar*, Yogyakarta, 1998.
- B Uno Hamzah, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*, Jakarta: Bumi Aksara,2010.
- Damayanti & Apriyanto, M. T. *Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teams Games Tournament Terhadap Hasil Belajar Matematika*. JPKM (Jurnal Kajian Pendidikan Matematika), 2(2,2017),h.235-244. <https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/jkpm/article/view/2497>
- Fauziana Nurul, dkk. "Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Games untuk Menurunkan Kejemuhan Belajar Siswa di SMA Negeri 1 Simpang Tiga"( JURNAL PSIKO EDUKASI ) Jurnal Pendidikan, Psikologi, dan Konseling Vol. 20 Issue 1, 2022.
- HakimThursan, *Belajar Secra Efektif*, Jakarta: Puspa Swara, 2004.
- Irawan Edy. dkk, *Pengembangan teknik permainan dalam bimibngan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa*, Jurnal Fokus Konseling Volume 1,2015.
- Irawan Edi. Dkk, *Pengembangan teknik permainan dalam bimibngan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa*, Jurnal Fokus Konseling Volume 1, 2005.
- Imania Eliasa Eva, *Artikel (games) dalam Bimbingan dalam MGBK Nasional*, Tanggerang Konseling, 2012.
- Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2014
- Mubiar AgustinMubiar, *Mengenali dan Memehami Dunia Anak*, (Kajian Tentang Perkembangan Anak Ditinjau Dari Berbagai Perseptif) UPI Press, Bandung, 2008.

- Narbuko Cholid, *Metodelogi Penelitian*, Jakarta : Bumi Aksara, 2013.
- Nurmi, “*Penerapan Teknik Simulation Game untuk Mengurangi Kejemuhan Belajar Siswa di Madrasah Aliyah DDI Kanang Polewali Mandar*” Universitas Negeri Makasar, 2014.
- Perdama Heny, “*Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Terhadap Pengendalian Emosi Siswa di MAS Al-Ittihadiyah Mamiyai Medan*” (Bimbingan Konseling Islam) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2018.
- SanjayaWina, *Perencanaan dan Desain Sistem Pembelajaran*, Kencana, Jakarta, 2008.
- Sugiana Gian, *Teknik Self Instruction dalam Menangani Kejemuhan Belajar Siswa (Pra Eksperimen terhadap Siswa Kelas XI Ipa SMA Angkasa Lanud Husen Sastranegara Bandung*, (diakses pada tgl 21 agustus 2023, 08.21)
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R &C* (Cet. XXII). Alfabeta, 2015.
- Suwarjodan Elisa. *Permainan Dalam Bimbingan Konseling*, Yogyakarta:Paramitra Publising. 2011
- SyahMuhibin, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Rajawali Pers), 2011.
- Thursan Hakim, *Belajar Secara Efektif*, (Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara), 2004
- Tohirin, *Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: Rajawali Pers), 2011

Lampiran 1

**SURAT PERNYATAAN**  
**BERSEDIA MENJADI RESPONDEN PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : .....

NIS : .....

Kelas : .....

menyatakan bersedia untuk turut berpartisipasi menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo, yaitu :

Nama : Windasari

NIM : 19 0103 0072

Judul : Efektivitas Teknik *Games* untuk Mengurangi Kejemuhan Belajar  
Siswa Kelas IX di MTs Negeri 1 Luwu

Saya telah menerima penjelasan dari peneliti terkait dengan segala sesuatu mengenai penelitian ini. Saya mengerti bahwa informasi yang saya berikan akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Selain itu, jawaban yang saya berikan ini adalah jawaban sebenarnya sesuai dengan apa yang diketahui tanpa ada paksaan dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesuangguhnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Belopa, Februari 2025  
Responden

(.....)

## Lampiran 2

### ANGKET PENELITIAN

Angket ini dibuat sebagai bahan keperluan untuk penilaian dan bukan menguji Anda. Oleh karena itu, dimohon untuk mengisi tentang bagaimana gambaran diri Anda yang sesuai dengan apa yang terjadi pada kehidupan sehari-hari Anda, serta bacalah dengan cermat dan pilihlah jawaban sesuai apa yang anda alami.

#### Identitas responden

Nama Lengkap : .....

NIS : .....

Kelas : .....

Jenis Kelamin : L/P

#### Petunjuk Pengisian Angket/ Kuesioner

1. Bacalah terlebih dahulu pernyataan-pernyataan yang ada di lembaran ini
2. Pilihlah pernyataan yang sesuai keadaan yang sebenarnya, dengan cara memilih salah satu :

**SS : Sangat Setuju**

**S : Setuju**

**TS : Tidak Setuju**

**STS : Sangat Tidak Setuju**

3. Anda bebas memilih salah-satu pernyataan yang sesuai dengan keadaan diri.

4. Cara memilih jawaban dari pernyataan dengan cara memberi tanda centang (✓) pada kolom yang telah tersedia

**Contoh :**

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa percaya diri dalam mendapatkan nilai bagus	✓			

No	PERNYATAAN	Opsi Jawaban			
		STS	TS	S	SS
1	Saya merasa senang ketika proses pembelajaran akan berlangsung				
2	Saya menolong teman mengerjakan tugas karena merasa iba				
3	Saya merasa takut ketika disuruh menjawab pertanyaan kelompok				
4	Saya merasa bosan ketika diberikan pekerjaan rumah/PR				
5	Saya tidur lebih awal agar tidak mengantuk ketika belajar di sekolah				
6	Saya mengkonsumsi vitamin agar tubuh tetap sehat				
7	Saya mengatur pola hidup sehat agar tidak rentan sakit				
8	Saya pusing ketika membaca buku				
9	Saya merasa lelah jika belajar setiap hari				
10	Saya sakit kepala jika harus mengerjakan tugas yang sulit				
11	Saya berusaha konsentrasi ketika guru menjelaskan materi pelajaran				
12	Saya berusaha mengerjakan PR ketika merasa lelah dalam berpikir				
13	Saya sering mengikuti pelajaran dan mengerjakan tugas-tugas pelajaran				
14	Saya sulit konsentrasi saat belajar				
15	Saya mudah lupa materi pelajaran yang telah dijelaskan guru ataupun teman				

16	Saya tidak memiliki kepedulian terhadap teman yang mengajak untuk belajar				
17	Saya berusaha untuk memperbaiki nilai pelajaran yang tidak memuaskan				
18	Saya senang berdiskusi dengan teman tentang tugas pelajaran				
19	Saya merasa tidak ada lagi peluang untuk sukses dalam belajar karena impian yang susah dicapai				
20	Saya kurang minat mengikuti pelajaran karena materi pelajaran tidak menarik				

Lampiran 3

**Tabulasi Pre-Test Penelitian**

RESPONDEN	L/P	PERNYATAAN																				JML
		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	
RES 1	L	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	2	2	3	68
RES 2	L	2	4	3	2	4	2	3	2	3	4	2	3	4	3	2	4	4	2	4	4	61
RES 3	L	3	2	2	4	2	3	2	3	2	2	3	4	3	2	2	3	2	4	2	2	52
RES 4	L	2	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	2	4	3	3	4	3	2	3	4	64
RES 5	L	4	3	4	4	4	4	3	3	2	2	3	4	3	4	3	3	2	4	2	2	63
RES 6	L	4	4	2	2	4	2	4	2	2	3	4	3	3	4	4	4	3	2	3	2	61
RES 7	L	4	4	4	3	4	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	4	62
RES 8	L	2	2	2	4	1	3	3	2	2	3	2	3	3	3	4	3	2	3	2	2	51
RES 9	L	3	4	2	4	2	3	2	2	3	2	4	4	2	3	4	4	3	2	4	4	61
RES 10	L	2	4	4	3	2	2	3	3	2	2	3	2	4	2	4	2	2	2	2	2	52
RES 11	L	3	3	3	4	1	3	2	3	2	3	3	4	2	3	2	4	4	3	4	4	60
RES 12	L	3	3	4	4	4	2	4	3	4	2	4	4	2	3	2	4	4	4	4	2	66
RES 13	L	3	2	2	3	2	4	3	2	3	2	3	3	2	2	4	4	4	3	4	4	59
RES 14	L	2	4	3	3	2	2	4	3	2	3	2	4	4	3	2	3	2	2	2	2	54
RES 15	P	3	3	2	4	2	4	2	2	3	2	2	3	2	2	4	2	4	2	4	4	56
RES 16	P	4	3	3	4	3	2	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	4	4	61
RES 17	P	2	4	2	3	2	2	2	3	2	2	2	4	2	3	3	3	2	2	4	2	51
RES 18	P	2	2	4	4	2	2	4	3	2	3	2	3	2	3	3	4	4	2	2	4	57
RES 19	P	3	2	2	3	3	4	3	2	3	4	4	4	2	2	4	3	3	3	3	2	59
RES 20	P	2	3	4	3	2	2	2	2	2	2	3	4	3	4	2	2	4	3	2	3	56
RES 21	P	3	4	2	2	3	2	3	2	2	3	4	3	3	2	3	4	3	2	4	3	57
RES 22	P	4	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	54
RES 23	P	3	2	2	3	2	4	2	3	3	4	2	4	2	2	1	3	4	2	1	4	53
RES 24	P	4	4	3	4	2	2	3	4	2	4	3	2	4	3	3	4	3	3	2	2	61
RES 25	P	3	4	4	3	4	2	2	3	2	4	2	3	3	4	3	3	4	3	4	4	64
RES 26	P	4	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	2	68
RES 27	P	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	4	2	4	2	4	3	3	61
RES 28	P	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	4	3	1	4	3	2	52
RES 29	P	3	3	4	3	3	3	3	2	2	4	2	3	2	4	4	3	4	4	4	4	64
RES 30	P	3	3	4	3	3	3	3	2	2	4	2	3	2	4	4	3	4	4	4	3	63
RES 31	P	3	3	4	3	3	3	3	2	2	4	2	3	3	4	2	3	4	3	3	4	61
RES 32	P	3	3	4	3	3	3	3	4	4	2	4	2	3	2	4	4	3	1	4	2	62

Lampiran 4

**Tabulasi Post-Test Penelitian**

RESPONDEN	L/P	PERNYATAAN																			JML	
		P1	P2	P2	P2	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P12	P15	P16	P17	P18	P19	P20		
RES 1	L	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	3	1	34
RES 2	L	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	3	1	1	3	1	3	1	2	2	2	33
RES 3	L	1	1	1	1	1	1	3	3	1	3	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	31
RES 4	L	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	38
RES 5	L	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	34
RES 6	L	1	3	3	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	32
RES 7	L	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	3	1	2	1	2	2	2	2	34
RES 8	L	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	34
RES 9	L	2	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	39
RES 10	L	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	3	2	2	1	29
RES 11	L	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	3	2	3	2	1	3	2	2	3	39
RES 12	L	2	2	3	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	3	1	1	2	33
RES 13	L	1	2	1	2	1	1	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	36
RES 14	L	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	39
RES 15	P	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	1	2	2	35
RES 16	P	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	37
RES 17	P	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	2	1	2	2	1	37
RES 18	P	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	1	1	2	1	1	1	37
RES 19	P	1	3	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	36
RES 20	P	1	2	3	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	37
RES 21	P	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	32
RES 22	P	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	1	1	1	2	1	31
RES 23	P	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	29
RES 24	P	2	3	1	1	2	2	2	1	2	2	3	1	3	2	1	2	2	1	2	2	37
RES 25	P	2	3	3	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	3	1	1	2	1	31
RES 26	P	1	1	3	1	1	2	2	1	3	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	3	34
RES 27	P	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	27
RES 28	P	1	1	1	2	2	1	1	2	1	3	1	3	2	1	2	2	3	1	2	2	34
RES 29	P	2	1	1	2	3	2	1	3	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	3	34	
RES 30	P	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	2	3	1	1	2	1	3	1	30
RES 31	P	2	1	1	1	1	1	2	3	2	2	1	3	1	2	3	2	1	2	3	2	38
RES 32	P	2	2	3	2	3	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	34

Lampiran 5

**Hasil perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* kejemuhan belajar siswa kelas  
VIII MTs Negeri 1 Luwu**

No.	Responden	<i>Pre-test</i>		<i>Post-Test</i>		Selisih skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	Res 1	68	Tinggi	34	Rendah	34
2	Res 2	61	Tinggi	33	Rendah	28
3	Res 3	52	Sedang	31	Rendah	21
4	Res 4	64	Tinggi	38	Rendah	26
5	Res 5	63	Tinggi	34	Rendah	29
6	Res 6	61	Tinggi	32	Rendah	29
7	Res 7	62	Tinggi	34	Rendah	28
8	Res 8	51	Sedang	34	Rendah	17
9	Res 9	61	Tinggi	39	Rendah	22
10	Res 10	52	Sedang	29	Rendah	23
11	Res 11	60	Tinggi	39	Rendah	21
12	Res 12	66	Tinggi	33	Rendah	33
13	Res 13	59	Sedang	36	Rendah	23
14	Res 14	54	Sedang	39	Rendah	15
15	Res 15	56	Sedang	35	Rendah	21
16	Res 16	61	Tinggi	37	Rendah	24
17	Res 17	51	Sedang	37	Rendah	14
18	Res 18	57	Sedang	37	Rendah	20
19	Res 19	59	Sedang	36	Rendah	23
20	Res 20	56	Sedang	37	Rendah	19
21	Res 21	57	Sedang	32	Rendah	25
22	Res 22	54	Sedang	31	Rendah	23
23	Res 23	53	Sedang	29	Rendah	24
24	Res 24	61	Tinggi	37	Rendah	24
25	Res 25	64	Tinggi	31	Rendah	33
26	Res 26	68	Tinggi	34	Rendah	34
27	Res 27	61	Tinggi	27	Rendah	34
28	Res 28	52	Sedang	34	Rendah	18
29	Res 29	64	Tinggi	34	Rendah	30
30	Res 30	63	Tinggi	30	Rendah	33
31	Res 31	61	Tinggi	38	Rendah	23
32	Res 32	62	Tinggi	34	Rendah	28

## Lampiran 6

### **Hasil Uji Validitas**

<b>Item</b>	<b><math>R_{hitung}</math></b>	<b><math>R_{tabel}</math></b>	<b>Keterangan</b>
P1	0,470	0,349	VALID
P2	0,448	0,349	VALID
P3	0,653	0,349	VALID
P4	0,536	0,349	VALID
P5	0,625	0,349	VALID
P6	0,599	0,349	VALID
P7	0,465	0,349	VALID
P8	0,510	0,349	VALID
P9	0,714	0,349	VALID
P10	0,599	0,349	VALID
P11	0,536	0,349	VALID
P12	0,619	0,349	VALID
P13	0,693	0,349	VALID
P14	0,494	0,349	VALID
P15	0,695	0,349	VALID
P16	0,445	0,349	VALID
P17	0,389	0,349	VALID
P18	0,608	0,349	VALID
P19	0,626	0,349	VALID
P20	0,581	0,349	VALID

Lampiran 7

**Hasil Uji Realibilitas**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.975	20

## Lampiran 8

### Hasil Uji Normalitas *Pre-Test* dan *Post-Test*

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
PRE_TEST	.190	32	.020	.902	32	.020
POST_TEST	.175	32	.048	.933	32	.104

a. Lilliefors Significance Correction

Lampiran 9

**Hasil Uji Hipotesis (Uji T) *Pre-test dan Post-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						
Pre_test - Post_test	58.00000	6.92219	1.38444	55.14266	60.85734	41.894	31	.000			

Lampiran 10

**Hasil Analisis Statistik Deskriptif *Pre-test* dan *Post-test***

<b>Descriptive Statistics</b>					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre_Test	32	53.00	76.00	72.52	5.55278
Post_Test	32	99.00	125.00	42.95	8.93961
Valid N (listwise)	32				

## Lampiran 11

### SURAT IZIN PENELITIAN DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU KAB. LUWU



#### PEMERINTAH KABUPATEN LUWU DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Alamat : Jln. Jend. Sudirman, Kelurahan Senga, Kecamatan Belopa, Kab. Luwu Telp. : (041) 3314115

Kepada  
Nomor : 0091/PENELITIAN/06.02/DPMPTSP/II/2025 Yth. Ka. MTs Negeri 1 Luwu  
Lamp : - di -  
Sifat : Biasa Tempat  
Perihal : Izin Penelitian

Berdasarkan Surat Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo : 2025/ln.19/FUAD/TL.01.1/12/2024 tanggal 11 Desember 2024 tentang permohonan Izin Penelitian.

Dengan ini disampaikan kepada saudara (i) bahwa yang tersebut di bawah ini :

Nama	: Windasari
Tempat/Tgl Lahir	: Karetan / 15 September 2001
Nim	: 1901030072
Jurusan	: Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat	: Dsn. Barammamase Desa Barammamase Kecamatan Walenrang

Bermaksud akan mengadakan penelitian di daerah/instansi Saudara (i) dalam rangka penyusunan "Skripsi" dengan judul :

#### EFEKТИВITAS TEHNIK GAMES UNTUK MENGURANGI KEJENUHAN SISWA KELAS DI MTs NEGERI 1 LUWU

Yang akan dilaksanakan di **MTs NEGERI 1 LUWU**, pada tanggal **19 Februari 2025 s/d 19 April 2025**

Sehubungan hal tersebut di atas pada prinsipnya kami dapat menyetujui kegiatan dimaksud dengan ketentuan sbb :

1. Sebelum dan sesudah melaksanakan kegiatan, kepada yang bersangkutan harus melaporkan kepada Bupati Luwu Up. Dinas Penanaman Modal dan PTSP Kab. Luwu.
2. Penelitian tidak menyimpang dari izin yang diberikan.
3. Mentaati semua peraturan perundang-undangan yang berlaku.
4. Menyerahkan 1 (satu) exemplar copy hasil penelitian kepada Bupati Luwu Up. Dinas Penanaman Modal dan PTSP Kab. Luwu.
5. Surat Izin akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat izin tidak mentaati ketentuan-ketentuan tersebut di atas.



Diterbitkan di Kabupaten Luwu  
Pada tanggal : 19 Februari 2025

Kepala Dinas



**Drs. MUHAMMAD RUDI, M.Si**  
Pangkat : Pembina Utama Muda IV/c  
NIP : 19740411 199302 1 002

#### Tembusan :

1. Bupati Luwu (sebagai Laporan) di Belopa;
2. Kepala Kesiangpol dan Lirmas Kab. Luwu di Belopa;
3. Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo;
4. Mahasiswa (i) Windasari;
5. Arsip.

## Lampiran 12

### **Tahap Game Miskin**

Beberapa langkah permainan ini diantaranya adalah :

1. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok.
2. Setelah itu fasilitator memberikan pertanyaan yang harus dijawab oleh masing-masing kelompok dengan berebut.
3. Kelompok yang telah menjawab dengan benar selanjutnya kertas yang berisi skor yang nantinya akan dijumlahkan
4. Kelompok yang berhasil menjawab mendapatkan total skor 200 dianggap menang.
5. Skor tersebut terbagi beberapa nilai diantaranya 5, 10, 15, 20, dan 50 namun terdapat kartu yang bertuliskan “miskin” dengan jumlah yang disesuaikan.
6. Jika ada kelompok yang mengambil kertas bertuliskan miskin maka skor yang telah dikumpulkan akan hangus.

### **Tahap Game *Out Of The Box***

Beberapa langkah permainan ini diantaranya adalah :

1. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok
2. Memperlihatkan atau menyebutkan 3 macam benda (kotak, kain, air)
3. Siswa diminta untuk menuliskan manfaat sebuah benda sebanyak-banyaknya dan dibatasi waktu 5 menit
4. Hasil dari diskusi kelompok dipresentasikan untuk dibandingkan antar kelompok lain.
5. Kelompok yang paling banyak menemukan fungsi benda yang dibahas adalah pemenang permainan ini.

### **Tahap Games Jumble Words**

Adapun tahapan dalam permainan ini adalah :

1. Membagi siswa menjadi 3 kelompok
2. Menyiapkan kartu huruf yang diajak
3. Membagikan kartu yang di acak ke masing-masing kelompok,
4. siswa dalam kelompok bekerja sama mengerjakan soal dan menyusun kartu untuk jawaban yang cocok, sebelumnya jawaban telah di acak sedemikian rupa dan kemudian tahap terakhir adalah siswa diharuskan dapat menyusun kata jawaban yang telah tersedia dalam waktu yang telah ditentukan.
5. Setelah selesai mengerjakan soal, hasil pekerjaan siswa dikumpulkan dan dilakukan pemeriksaan.

## **DOKUMENTASI**

### **Dokumentasi observasi**

(Wawancara dengan Pak Anwar, S.Pd.I., M.Pd. guru BK MTs Negeri 1 Luwu)



**Dokumentasi Pemberian Angket *Pre-test***



**Dokumentasi Pemberian *treatment***

(Game Miskin)



*(Games Jumble Words)*



(Game *Out Of The Box*)



## Dokumentasi Pemberian Angket Post-test



## RIWAYAT HIDUP



**Windasari**, lahir di Karetan pada tanggal 15 September 2001. Penulis lahir dari pasangan Ayahanda Supardi dan Ibunda Juneda yang merupakan anak ke-4 dari 4 bersaudara. Saat ini, pertempat tinggal di Ds. Barammamase, Kecamatan Walenrang Kabupaten Luwu. Pendidikan Dasar penulis diselesaikan pada tahun 2013 di SDN 92 Karetan. Kemudian melanjutkan pendidikan ke jenjang Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 9 Palopo dan dinyatakan tamat pada tahun 2016. Selanjutnya, Penulis melanjutkan pendidikan di SMK Negeri 3 Luwu, pada saat menempuh pendidikan di SMK penulis aktif dalam organisasi diekstrakulikuler volly. Kemudian Penulis melanjutkan pendidikan S1 di Universitas Islam Negeri (UIN) Palopo dan mengambil program studi Bimbingan dan Konseling Islam pada Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

*Contact person penulis: [windasari1509@icloud.com](mailto:windasari1509@icloud.com)*