

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

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

Berikut merupakan pemaparan dari hasil penelitian yang telah dilakukan kepada siswa di MTs Darul Falah Sumbergempol. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui efektifitas teknik *cognitive restructuring* dalam meningkatkan motivasi belajar siswa MTs Darul Falah Sumbergempol. Penelitian ini menggunakan metode penelitian quasi eksperimen dengan cara memberikan perlakuan atau *treatment* kepada kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

Prosedur awal yang dilakukan peneliti adalah melakukan observasi pertama dan meminta izin kepada MTs Darul Falah Sumbergempol bahwa peneliti akan melakukan penelitian di sekolah tersebut. Setelah meminta izin kepada waka kesiswaan dan dipersilahkan melakukan penelitian, peneliti diarahkan ke guru bimbingan dan konseling untuk melakukan koordinasi mengenai proses pelaksanaan penelitian di sekolah tersebut. Mulai dari waktu penelitian dan penempatan kelas yang sesuai dengan judul pembahasan peneliti. Sehingga peneliti diberikan kesempatan untuk mengisi pembelajaran BK, memberikan layanan bimbingan kelompok dan mengambil data-data yang dibutuhkan selama proses penelitian pada pukul 10.00 WIB setiap minggu.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti menyerahkan surat izin penelitian dari IAIN Tulungagung dan meminta surat balasan penelitian dari MTs Darul Falah Sumbergempol bahwa peneliti mendapat izin untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut. Setelah mendapatkan izin penelitian, peneliti memberikan kuesioner *pretest* untuk mengetahui kondisi motivasi belajar siswa, hasil *pretest* diperoleh bahwa dari 129 siswa terdapat 14 siswa mengalami motivasi belajar menurun, sehingga dari 14 siswa dibagi menjadi 2 kelompok. 7 siswa termasuk kelompok eksperimen dan 7 siswa termasuk kelompok kontrol. Hal ini sesuai dengan

pelaksanaan bimbingan kelompok yang dapat dilakukan dalam tiga macam, yaitu kelompok kecil (2-6 siswa), kelompok sedang (7-12 siswa), dan kelompok besar (13-20 siswa) (Achmad,2006: 23). Selanjutnya pelaksanaan penelitian tanggal 3 Maret 2020 sampai tanggal 13 April 2020. Setelah berkoordinasi dengan guru BK kegiatan bimbingan kelompok dilakukan di luar jam pelajaran dan dilakukan di rumah salah satu kelompok eksperimen dengan memberikan layanan bimbingan kelompok teknik *cognitive restructuring* sesuai dengan buku pedoman bimbingan kelompok

## 1. Sampel penelitian

### a. Kategorisasi instrumen angket motivasi

Jumlah butir pernyataan skala motivasi belajar yang valid adalah 39 butir. Kemudian dikali dengan skor terendah yaitu 1 maka dihasilkan nilai 39 sebagai skor minimum hipotetik dari variabel motivasi belajar siswa. Untuk mengetahui skor maksimum adalah dengan cara mengalikan skor butir tertinggi yaitu 4 dengan jumlah butir skala 39, maka akan didapatkan skor maksimum sejumlah 156.

Sedangkan untuk menghitung mean hipotetik masing-masing variabel didapatkan dari variabel motivasi belajar yang memiliki nilai mean hipotetik yaitu 97,5. Nilai tersebut diperoleh dengan cara mengalikan jumlah butir skala yaitu 39 dengan jumlah skor minimum 1 dan skor maksimum 4, kemudian dibagi menjadi 2. Selanjutnya menghitung standar deviasi hipotetik dari variabel motivasi belajar yaitu dengan cara skor maksimum 156 dikurangi skor minimum yaitu 39 dan dibagi 6, maka hasil nilai standar deviasi hipotetik adalah 19,5. Berikut tabel perhitungan skala kategori penelitian:

**Tabel 4.1**  
**Deskripsi Statistik**

Variabel	Statistik	Hipotetik	Empirik
Motivasi belajar	Nilai minimal	39	62
	Nilai maksimal	156	124
	Mean ( $\mu$ )	97.5	91.8
	Std. Deviasi ( $\sigma$ )	19.5	20.8

Sumber : data diolah peneliti

Berdasarkan hasil perhitungan skor hipotetik dan skor empirik pada tabel diatas, maka dapat diketahui gambaran variabel. Pada variabel dikategorikan menjadi 3 yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Azwar (2013) menjelaskan bahwa untuk mengkategorikan subyek menjadi 3 kategori maka pembagiannya adalah untuk kategori rendah  $X < (\mu - \alpha)$ , untuk kategori sedang  $(\mu - \alpha) \leq X < (\mu + \alpha)$ , dan kategori tinggi  $(\mu + \alpha) \leq X$ .

#### **b. Pemilihan sampel penelitian**

Berdasarkan penyebaran angket kepada siswa yang telah dilakukan dengan tujuan mengetahui awal kondisi motivasi belajar siswa sebelum diberikan perlakuan atau *treatment*. *Pre test* diberikan kepada 129 siswa kelas VII MTs Darul Falah. Maka diperoleh skoring kategorisasi dari 39 item diketahui bahwa skor rendah yaitu 39-78, skor sedang 79-117, dan skor tinggi 118-156. Berikut hasil *pre test* dan pemilihan sampel menggunakan angket motivasi belajar:

**Tabel 4.2**  
**Standar Kategorisasi Skor**

Jenis skor	Skoring kategorisasi
Skor rendah	39-78
Skor Sedang	79-117
Skor Tinggi	118-156

**Tabel 4.3**  
**Hasil *pre test* angket motivasi belajar siswa kelas VII A**

No	Responde n	Hasil Pretest	Kategori
1	AN	91	Sedang
2	AL	68	Rendah
3	RD	85	Sedang
4	SM	89	Sedang
5	DN	93	Sedang
6	RY	125	Tinggi
7	DS	113	Sedang
8	AK	114	Sedang
9	BD	90	Sedang
10	ND	142	Tinggi
11	SR	134	Tinggi
12	IM	94	Sedang
13	DF	108	Sedang
14	AN	117	Sedang
15	DS	145	Tinggi
16	NP	70	Rendah
17	AN	85	Sedang
18	DD	114	Sedang
19	RH	138	Tinggi
20	SK	82	Sedang
21	MR	72	Rendah
22	BS	113	Sedang
23	SM	116	Sedang
24	JN	82	Sedang
25	RW	109	Sedang
26	AM	128	Tinggi
27	AD	111	Sedang
28	IH	81	Tinggi
29	AI	127	Tinggi
30	TW	102	Sedang
31	AS	116	Sedang
32	MW	97	Sedang

Berdasarkan tabel hasil pretest dari kelas VII A diketahui bahwa terdapat 3 siswa yang termasuk dalam kategorisasi rendah. Yaitu siswa pada nomor absen 2, 17, 21. Sedangkan untuk kategori sedang berjumlah 21 siswa . dan untuk kategori tinggi terdapat 8 siswa.

**Tabel 4.4**

**Hasil *Pre test* angket motivasi belajar siswa kelas VII B**

No	Responden	Hasil Pretest	Kategori
1	WH	90	Sedang
2	IN	95	Sedang
3	RA	88	Sedang
4	AW	82	Sedang
5	IS	93	Sedang
6	AM	122	Sedang
7	NP	113	Sedang
8	ZS	114	Sedang
9	JN	70	Rendah
10	AS	142	Tinggi
11	AH	134	Tinggi
12	WA	82	Rendah
13	AP	108	Sedang
14	YA	117	Sedang
15	DN	145	Tinggi
16	AL	70	Rendah
17	NA	80	Sedang
18	RS	114	Sedang
19	MR	138	Tinggi
20	PE	89	Sedang
21	EK	88	Sedang
22	KN	114	Sedang
23	SK	116	Sedang
24	NS	72	Rendah
25	BU	109	Sedang
26	KA	128	Tinggi
27	JLD	111	Sedang
28	JS	72	Rendah
29	FK	127	Tinggi
30	IA	102	Sedang
31	WS	116	Sedang
32	RD	84	Sedang
33	AM	80	Sedang
34	AN	107	Sedang

Berdasarkan tabel hasil pretest dari kelas VII B diketahui bahwa terdapat 4 siswa yang termasuk dalam kategorisasi rendah. Yaitu siswa

pada nomor absen 9, 16, 24, 28. Sedangkan untuk kategori sedang berjumlah 24 siswa . dan untuk kategori tinggi terdapat 6 siswa.

**Tabel 4.5**  
**Hasil pre test angket motivasi belajar siswa kelas VII C**

No	Responden	Hasil Pretest	Kategori
1	AA	142	Tinggi
2	AN	108	Sedang
3	ANR	94	Sedang
4	AP	135	Tinggi
5	AW	93	Sedang
6	AYP	123	Tinggi
7	AN	113	Sedang
8	AA	124	Sedang
9	DP	140	Tinggi
10	FD	142	Tinggi
11	IK	134	Tinggi
12	IW	101	Sedang
13	IS	108	Sedang
14	IM	117	Sedang
15	IN	87	Sedang
16	JA	70	Rendah
17	KYL	72	Rendah
18	LS	114	Sedang
19	NA	138	Tinggi
20	NAS	74	Rendah
21	P	105	Sedang
22	RR	113	Sedang
23	RF	116	Sedang
24	RI	125	Tinggi
25	RN	107	Sedang
26	RSK	127	Tinggi
27	SF	116	Sedang
28	SA	103	Sedang
29	SN	127	Tinggi
30	WR	102	Sedang
31	YI	116	Sedang
32	YG	112	Sedang
33	Z	94	Rendah
1	AP	138	Tinggi
2	AF	112	Sedang
3	AW	145	Tinggi
4	BS	93	Sedang
5	CP	129	Tinggi
6	DS	103	Sedang
7	DP	111	Sedang
8	EB	130	Tinggi
9	FA	134	Tinggi
10	IK	129	Tinggi
11	IDR	71	Rendah
12	I	118	Sedang

Berdasarkan pretest dari kelas VII C bahwa terdapat 4 siswa termasuk dalam kategorisasi rendah. siswa pada nomor 17, 20, 33. Sedangkan kategori sedang 19 siswa . dan untuk tinggi terdapat 10

**Tabel**  
**Hasil pre test**  
**motivasi**  
**siswa kelas**

tabel hasil diketahui yang Yaitu absen 16, untuk berjumlah kategori siswa.

**4.6**  
**angket**  
**belajar**  
**VII D**

14	M	115	Sedang
15	NZ	125	Tinggi
16	NA	110	Sedang
17	NAY	67	Rendah
18	PA	104	Sedang
19	RJ	148	Tinggi
20	RG	134	Tinggi
21	SI	73	Rendah
22	TA	113	Sedang
23	TAU	116	Sedang
24	TP	129	Tinggi
25	WS	109	Sedang
26	WA	128	Tinggi
27	WS	111	Sedang
28	WA	103	Sedang
29	YN	127	Tinggi
30	ZA	102	Sedang

Berdasarkan tabel hasil pretest dari kelas VII D diketahui bahwa terdapat 4 siswa yang termasuk dalam kategorisasi rendah. Yaitu siswa pada nomor absen 12, 17, 21. Sedangkan untuk kategori sedang berjumlah 15 siswa . dan untuk kategori tinggi terdapat 12 siswa.

Kesimpulannya berdasarkan hasil pretest dari seluruh kelas VII diperoleh siswa yang mengalami motivasi belajar rendah, dengan perolehan kategori skor rendah yaitu:

**Tabel 4.7**  
**Hasil Siswa Yang Memiliki Motivasi Belajar Rendah**

No	Kelas VII	Jumlah
1	A	3 Siswa
2	B	4 siswa
3	C	4 siswa
4	D	3 siswa
<b>Jumlah</b>		<b>14 siswa</b>

Berdasarkan hasil skoring data tersebut, untuk memudahkan penelitian dan pembagian layanan, maka peneliti membuat kelompok dalam proses pemberian layanan bimbingan kelompok.

Sedangkan layanan bimbingan kelompok dapat dilakukan dalam tiga macam, yaitu kelompok kecil (2-6 siswa), kelompok sedang (7-12 siswa), dan kelompok besar (13-20 siswa) (Achmad,2006: 23). Sehingga peneliti memilih 14 siswa yang mengalami motivasi rendah sebagai subyek penelitian. Selanjutnya dari 14 siswa dibagi menjadi 2 kelompok, yang terdiri dari 7 siswa sebagai kelompok kontrol dan 7 siswa sebagai kelompok eksperimen. Berikut tabel hasil *pretest* sehingga dilakukan pembagian kelompok kontrol dan kelompok eksperimen sebelum diberikan *treatment* :

**Tabel 4.8**  
**Pembagian kelompok**

KELOMPOK KONTROL			KELOMPOK EKSPERIMEN		
No	Nama	Skor	No	Nama	Skor
1	NP	70	1	NAY	67
2	JN	70	2	AL	68
3	NS	72	3	JN	70
4	NAS	74	4	MR	72
5	IDR	71	5	JS	72
6	SI	73	6	JA	70
7	Z	74	7	KAY	72

## 2. Uji instrumen

### a. Uji validitas

Sebelum kuesioner diberikan kepada siswa, terlebih dahulu peneliti melakukan uji validasi instrumen kepada ahli validasi. Pada penelitian ini peneliti melakukan uji validasi instrumen kepada dosen IAIN Tulungagung kepada Ibu Hj. Uswah Wardiana, M.Psi. setelah melakukan uji validasi kepada ahli, peneliti melakukan uji angket kepada kelompok kecil yang setara dengan subjek penelitian. Berikut merupakan uji validitas angket setelah diuji coba terhadap 40 responden seperti tabel di bawah ini:



**Tabel 4.9**  
**Tabel Uji Validitas Intrumen (56 Item) untuk Meningkatkan**  
**Motivasi Belajar**

No	Nilai Validasi	R tabel (N:40), taraf signifikansi 5%	KETERANGAN
1	0,298	0,312	Tidak Valid
2	0,659	0,312	Valid
3	0,428	0,312	Valid
4	0,426	0,312	Valid
5	0,330	0,312	Valid
6	0,419	0,312	Valid
7	0,489	0,312	Valid
8	0,040	0,312	Tidak Valid
9	0,378	0,312	Valid
10	0,647	0,312	Valid
11	0,213	0,312	Tidak Valid
12	0,123	0,312	Valid
13	0,458	0,312	Valid
14	0,579	0,312	Valid
15	0,633	0,312	Valid
16	0,345	0,312	Tidak Valid
17	0,012	0,312	Valid
18	0,568	0,312	Tidak Valid
19	0,94	0,312	Valid
20	0,532	0,312	Valid
21	0,529	0,312	Valid
22	0,651	0,312	Valid
23	0,450	0,312	Valid
24	0,512	0,312	Valid
25	0,540	0,312	Valid
26	0,431	0,312	Valid
27	0,378	0,312	Valid
28	0,425	0,312	Valid
29	0,439	0,312	Valid
30	0,52	0,312	Tidak Valid
31	0,368	0,312	Valid
32	0,568	0,312	Valid
33	0,619	0,312	Valid
34	0,645	0,312	Valid
35	0,351	0,312	Valid
36	0,578	0,312	Valid
37	0,480	0,312	Valid
38	0,417	0,312	Valid
39	0,178	0,312	Tidak Valid
40	0,368	0,312	Valid
41	0,179	0,312	Tidak Valid

42	0,482	0,312	Valid
43	0,639	0,312	Valid
44	0,232	0,312	Tidak Valid
45	0,61	0,312	Tidak Valid
46	0,392	0,312	Valid
47	0,91	0,312	Tidak Valid
48	0,232	0,312	Valid
49	0,127	0,312	Valid
50	0,002	0,312	Tidak Valid
51	0,494	0,312	Valid
52	0,316	0,312	Valid
53	0,598	0,312	Valid
54	0,335	0,312	Valid
55	0,141	0,312	Tidak valid
56	0,78	0,312	Tidak valid

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui dari 56 item soal terdapat 17 item soal yang tidak valid, yaitu nomer 1, 8, 11, 12, 17, 19, 30, 39, 41, 44, 45,47,48,49, 50, 55, dan 56. Berdasarkan tabel diatas, peneliti memutuskan untuk menghilangkan item yang tidak valid sehingga terdapat 39 item soal yang valid dan dijadikan sebagai skala pengukuran motivasi belajar.

#### b. Uji reliabilitas

Berikut hasil uji reliabilitas pada variabel seperti penjelasan tabel dibawah ini:

**Tabel 4.10**  
**Hasil uji reliabilitas**  
**angket motivasi belajar**

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,919	39

Berdasarkan gambar *output* di atas, diketahui bahwa *Alpha Cronbach's* sebesar 0,919, kemudian nilai ini dibandingkan dengan nilai  $r_{tabel}$  dengan nilai  $N=40$  dicari pada distribusi nilai  $r_{tabel}$  signifikansi 5% diperoleh nilai  $r_{tabel}$  sebesar 0,312. Berdasarkan uji reliabilitas nilai *Alpha Cronbach's* = 0,919 >  $r_{tabel}$  = 0,312 sehingga tergolong dinilai antara  $0,90 < r_{II} \leq 1,00$ , maka hasil uji tersebut dikategorikan Reliabilitas sangat tinggi sebagai alat pengumpul data dalam penelitian.

### 3. Uji prasyarat

#### a. Uji homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui apakah kedua kelompok yang menjadi sampel penelitian homogen atau tidak. Pada uji homogenitas peneliti menggunakan nilai dari siswa yang mempunyai motivasi belajar rendah dengan pertimbangan hasil penyebaran angket siswa di kelas VII. Hasil uji homogenitas adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.11**

#### Uji homogenitas

**Test of Homogeneity of Variances**  
MOTIVASI BELAJAR

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.762	1	11	.211

Berdasarkan tabel uji homogenitas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi adalah 0,211. Karena nilai signifikansi lebih dari 0,05 yaitu  $0,211 > 0,05$  sehingga data tersebut dapat dikategorikan homogen. Kerana kedua kelompok tersebut homogen sehingga dapat dilakukan suatu penelitian.

#### b. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan sebagai prasyarat untuk uji t-test. Dalam uji normalitas data harus berdistribusi normal. Jika data tidak berdistribusi normal maka uji t-test tidak dapat dilakukan. Data dapat dikatakan berdistribusi normal jika taraf signifikansi  $> 0,05$  namun jika taraf signifikansi  $< 0,05$  maka distribusi tidak normal. Untuk melakukan uji normalitas digunakan uji *kolmogorof-smirnov* menggunakan SPSS 16,0 *for windows*. Data yang peneliti analisa dalam uji normalitas pada penelitian ini adalah data yang terkumpul dari data *post-test* siswa. Berikut tabel hasil uji normalitas kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

**Tabel 4.12**  
**Uji normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Kelompok Eksperimen	Kelompok kontrol
N		7	7
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	0E-7	0E-7	0E-7
	5.54080	1.2706625	1.42211111
	.905	.6	
Most Extreme Differences	.213	.187	.269
	.213	.176	.126
	-.167	-.187	-.269
Kolmogorov-Smirnov Z		.564	.496
Asymp. Sig. (2-tailed)		.908	.966

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan tabel output SPSS diatas, diketahui bahwa nilai signifikansi Asymp.Sig (2-tailed) sebesar 0,966 lebih besar dari 0,05. Motivasi belajar kelompok eksperimen memiliki *sig.* sebesar 0,908 dan kelompok kontrol memiliki *sig.* sebesar 0,966. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas kolmogorov-smirnov di atas. Dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Dengan demikian, asumsi atau persyaratan normalitas dalam model regresi telah terpenuhi.

### B. Hasil Uji Hipotesis/ Jawaban Pertanyaan Penelitian

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah teknik *cognitive restructuring* motivasi belajar siswa. Adapun tabel motivasi belajar siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan sebagai berikut:

**Tabel 4.13**  
**Nilai *Pretest* dan *Post-Test* Kelompok Eksperimen**

KELOMPOK EKSPERIMEN PRE-TEST			KELOMPOK EKSPERIMEN POST-TEST		
No	Nama	Skor	No	Nama	Skor
1	NAY	67	1	NAY	134
2	AL	68	2	AL	132
3	JN	70	3	JN	139
4	MR	72	4	MR	124
5	JS	72	5	JS	127
6	JA	70	6	JA	126
7	KAY	72	7	KAY	122

**Tabel 4.14**  
**Nilai *Pretest* dan *Post-Test* Kelompok Kontrol**

KELOMPOK KONTROL PRE-TEST			KELOMPOK KONTROL POST-TEST		
No	Nama	Skor	No	Nama	Skor
1	NP	70	1	NP	83
2	JN	70	2	JN	81
3	NS	72	3	NS	82
4	NAS	74	4	NAS	81
5	IDR	71	5	IDR	84
6	SI	73	6	SI	84
7	Z	74	7	Z	83

### 1. Hasil Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini uji yang dilakukan peneliti yaitu menggunakan uji *paired sampel t-test* dengan bantuan SPSS. Untuk mengetahui apakah hipotesis ini ditolak atau diterima maka dapat dilihat dari hasil *pretest* dan *posttest eksperimen* dengan teknik uji *sampel t-test*. Dasar pengambilan uji statistik ini dilihat dari nilai sig. (2-tailed)  $<0,05$  yang berarti terdapat perbedaan signifikan di antara keduanya, dan sebaliknya (Usman & Purnomo, 2000 : 322).

**Tabel 4.15**  
**Hasil pengujian hipotesis**

Group Statistics					
	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
nilai post test	Kelompok Eksperimen	7	129.14	6.067	2.293
	Kelompok Kontrol	7	82.57	1.272	.481

**Tabel 4.16**  
**Hasil Uji Independent Sampel T Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
nilai post test	Equal variances assumed	14.233	.003	19.877	12	.000	46.571	2.343	41.466	51.676

Equal variances not assumed			19.877	6.527	.000	46.571	2.343	40.949	52.194
--------------------------------------	--	--	--------	-------	------	--------	-------	--------	--------

Berdasarkan analisa uji t-test terhadap teknik *cognitive restructuring* motivasi belajar siswa. Tabel analisis diatas diketahui bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 1.9877  $< t_{tabel}$  sebesar 1.782 dengan signifikansi sebesar 0,00. Nilai signifikansi menunjukkan 0,00  $<$  0,05 sehingga  $H_0$  ditolak. Selain itu berdasarkan analisis dari tabel diketahui bahwa nilai mean kelompok eksperimen sebesar 129.14 lebih besar dari pada kelompok kontrol yaitu 82.57. sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *cognitive restructuring* motivasi belajar siswa MTs Darul Falah Sumbergempol.

## 2. Menentukan Tingkat Efektifitas

Berdasarkan analisa di atas maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan motivasi belajar siswa antara siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hal ini dapat di ketahui dari nilai rata-rata hasil post test untuk kelompok eksperimen sebesar 129.14 lebih besar dari pada kelompok kontrol yaitu 82.57, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh teknik *cognitive restructuring* motivasi belajar siswa MTs Darul Falah Sumbergempol.

Untuk mengetahui apakah metode teknik *cognitive restructuring* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VII MTs Darul Falah Sumbergempol dapat diketahui melalui *Uji N-Gain Score* sebagai berikut:

**Tabel 4.17**  
**Hasil Uji N-Gain Score**

No	Kelompok	No	Kelompok
----	----------	----	----------

	Eksperimen		Kontrol
	N-Gain Score (%)		N-Gain Score (%)
<b>1</b>	221.43	<b>1</b>	34.62
<b>2</b>	200.00	<b>2</b>	24.00
<b>3</b>	230.00	<b>3</b>	21.74
<b>4</b>	182.76	<b>4</b>	26.92
<b>5</b>	190.00	<b>5</b>	36.00
<b>6</b>	196.30	<b>6</b>	36.00
<b>7</b>	178.57	<b>7</b>	34.62
<b>Rata-Rata</b>	199.86	<b>Rata-Rata</b>	30.55
<b>Minimal</b>	178.57	<b>Minimal</b>	21.74
<b>Maksimal</b>	230.00	<b>Maksimal</b>	36.00

Berdasarkan hasil perhitungan *Uji N-Gain Score* dapat diketahui bahwa nilai *N-Gain Score* untuk kelompok eksperimen 199,86% termasuk dalam kategori efektif. Dengan nilai *N-Gain Score* minimal 178% dan maksimal 230%. Sementara untuk rata-rata *N-Gain Score* pada kelompok kontrol 30,55% dengan nilai minimal 21,74% dan nilai maksimal 36,00%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa berdasarkan *Uji N-Gain Score* nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih tinggi dari pada nilai rata-rata kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan atau *treatment*. Sehingga teknik *cognitive restructuring* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa MTs Darul Falah Sumbergempol.

### C. Pembahasan

#### 1. Efektivitas Teknik *cognitive restructuring* dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VII-B MTs Darul Falah Sumbergempol.

Teknik *cognitive restructuring* merupakan upaya pemberian informasi secara bertahap untuk membantu konseli dalam mengenal pikiran-pikiran negatif pada dirinya, yang berhubungan antara persepsi dan kognisinya serta emosi dan perilakunya. Sehingga mampu mengubah pikiran-pikiran dan



keyakinan negatif menjadi pikiran positif dan lebih rasional dalam mengevaluasi diri konseli (Nursalim,2013: 32). Di dalam penelitian ini, peneliti berupaya pada pemberian layanan bimbingan kelompok teknik *cognitive restructuring* sebagai informasi penting dalam meningkatkan motivasi belajar dengan cara mengidentifikasi pikiran konseli dalam menghadapi masalah, mengenali diri konseli dan mengubah pikiran dan keyakinan negatif. sehingga dengan perubahan pola pikir tersebut konseli mampu mengevaluasi diri dan mengambil keputusan yang nampak baik dari perilaku maupun sikap yang ditunjukkan oleh konseli. Berikut ini merupakan rumus untuk mendapatkan sampel penelitian, yaitu:

**Tabel 4. 18**  
**Rumus Kategorisasi Skor Penelitian**

Kategorisasi skor	Rumus kategorisasi skor
Rendah	$X < (\mu - \alpha)$
Sedang	$(\mu - \alpha) \leq X < (\mu + \alpha)$
Tinggi	$(\mu + \alpha) \leq X$ .

Sumber: penyusunan skala psikologi (Azwar, 2013)

**Tabel 4.19**  
**Kategorisasi Sampel Penelitian**

Jenis skor	Skoring kategorisasi
Skor rendah	39-78
Skor Sedang	79-117
Skor Tinggi	118-156

**Tabel 4.20**

### Perbedaan Hasil Uji Angket *Prestes* Dan *Posttes*

Responden	Prestes t	Posttes t	Keterangan
NAY	67	134	Meningkat
AL	68	132	Meningkat
JN	70	139	Meningkat
MR	72	124	Meningkat
JS	72	127	Meningkat
JA	70	126	Meningkat
KAY	72	122	Meningkat

Berdasarkan analisa uji t-test terhadap teknik *cognitive restructuring* motivasi belajar siswa. Tabel analisis diatas diketahui bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 1.9877  $< t_{tabel}$  sebesar 1.782 dengan signifikansi sebesar 0,00. Nilai signifikansi menunjukkan 0,00  $<$  0,05 sehingga  $H_0$  ditolak. Selain itu berdasarkan analisis dari tabel diketahui bahwa nilai mean kelompok eksperimen sebesar 129.14 lebih besar dari pada kelompok kontrol yaitu 82.57. pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan atau *treatment* mengalami peningkatan motivasi belajar lebih tinggi daripada kelompok kontrol yang tida diberikan perlakuan atau *treatment*. sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh teknik *cognitive restructuring* motivasi belajar siswa MTs Darul Falah Sumbergempol.

Selain itu berdasarkan hasil perhitungan *Uji N-Gain Score* dapat diketahui bahwa nilai *N-Gain Score* untuk kelompok eksperimen 199,86% termasuk dalam kategori efektif. Dengan nilai *N-Gain Score* minimal 178% dan maksimal 230%. Sementara untuk rata-rata *N-Gain Score* pada kelompok kontrol 30,55% dengan nilai minimal 21.74% dan nilai maksimal 36,00%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa berdasarkan *Uji N-Gain Score* nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih tinggi dari pada nilai rata-rata kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan atau *treatment*. Sehingga teknik *cognitive restructuring* efektif dalam

meningkatkan motivasi belajar siswa MTs Darul Falah Sumbergempol.

Meningkatnya motivasi belajar siswa merupakan keinginan dan dorongan dari internal maupun eksternal pada diri siswa dalam proses kegiatan pembelajaran, sehingga mampu merubah pola pikir dan tingkah laku siswa (Arif,2018: 169). Dengan ini ketika siswa mampu mengambil keputusan dalam menyelesaikan masalah secara lebih bijak, maka siswa dapat memposisikan dirinya dalam berbagai situasi yang dialami, mampu mengevaluasi diri dari kesalahan sebelumnya. sebagai pembelajaran untuk tidak menghabiskan waktu belajar dengan hal-hal yang tidak bermanfaat. sehingga menimbulkan kesadaran diri akan pentingnya belajar dan rasa tanggung jawab dalam meraih cita-cita di masa depan sebagai generasi penerus bangsa.

Setelah pemberian layanan dengan menggunakan teknik *cognitive restructuring* peneliti melakukan wawancara dengan beberapa siswa yang menjadi sampel penelitian. Siswa yang bernama NAY mengungkapkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok ini membantu dalam mengubah pola pikir dari yang sebelumnya tertutup dan pasif menjadi lebih terbuka dan aktif dalam mengikuti pembelajaran di kelas. Selain itu siswa JN, mengungkapkan bahwa yang sebelumnya senang menghabiskan waktu belajar dengan bergurau menjadi memanfaatkan waktu jam kosong untuk berdiskusi dengan teman mengenai pelajaran yang dianggap sulit. Dan siswa KAY, mengungkapkan bahwa pada setiap pertemuan bimbingan kelompok yang dia ikuti sangat dinikmati. Karena selalu adanya wawasan dan cerita pengalaman baru dari anggota lain, sehingga dapat saling bertukar pendapat.

Adapun faktor-faktor atau kendala yang mempengaruhi efektifitas pada pemberian teknik *cognitive restructuring* diantaranya sebagai berikut:

1. Kurangnya keterbukaan dalam menyampaikan pendapat ketika proses pemberian layanan bimbingan kelompok.
2. Pelanggaran tata tertib oleh anggota kelompok, yang telah disepakati di awal proses pemberian layanan bimbingan kelompok.
3. Peneliti belum memberikan layanan bimbingan kelompok secara sempurna. Seperti pengalaman dan wawasan luas yang seharusnya sebagai bekal utama untuk memperoleh hasil maksimal.

Pentingnya motivasi belajar untuk siswa pada jenjang sekolah menengah pertama, membutuhkan perhatian lebih untuk perkembangan perilaku maupun kondisi emosional yang dipengaruhi oleh keyakinan, sikap dan kognisi diri siswa. Sehingga perlunya pelaksanaan bimbingan kelompok terhadap siswa yang mengalami motivasi belajar rendah. Hal ini sesuai dengan tujuan dari teknik *cognitive restructuring* (Barriyah,2009) yaitu (1) memberikan informasi agar konseli dapat mengevaluasi perilaku yang negatif, (2) mampu mengenali dan mengamati mengenai pikiran dan perasaan konseli sendiri. (3) mengubah pola fikir konseli yang masih labih atau mudah berubah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati Sitepu, "*Cognitive Restructuring Untuk Menangani Pola Pikir Negatif Seorang Santriwati Di Pondok Pesantren Assalafi Al Fithrah Surabaya*" Hasil akhir pelaksanaan *Cognitive Restructuring* untuk menangani pola pikir negatif seorang santriwati di Pondok Pesantren Assalafi Al Fithrah

Surabaya dikategorikan cukup berhasil. Hal itu tampak dari tingkat keberhasilan konseling dengan persentase 75 %, dimana dengan kategori lebih dari 50% hasil penelitian cukup berhasil.

Selain itu, Septi Kurniawati pada penelitiannya mengenai “Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Cognitive Restructuring* Terhadap Peningkatan Rasa Percaya Diri”. Hasil pada penelitian ini dibuktikan dengan adanya perbedaan peningkatan skor posttest yang signifikan dibandingkan skor *pretest* sebelum diberikan perlakuan. Dengan rata-rata 24,17% dan hasil analisis uji *paired samples t-test* sign menunjukkan  $p=0,0000<0,05$ , hasil probabilitas menunjukkan kurang dari 0,05 maka hipotesis  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Konseling Kelompok Teknik *Cognitive Restructuring* berpengaruh Terhadap Peningkatan Rasa Percaya Diri siswa kelas VIII B SMP N 13 Magelang.

Penelitian yang dilakukan oleh Syarifah Hidayanti mengenai “keefektifan *self instruction* dan *cognitive restructuring* untuk mengurangi perilaku membolos siswa SMK N 4 Palembang”. peneliti menggunakan jenis penelitian *non-equivalent group pretest-posttest control group design*. teknik analisis data yang digunakan adalah uji *paired sampled t-test* dengan taraf signifikan 5%. Hasil penelitian menunjukkan harga  $p<\alpha$  dengan nilai  $0,14<0,5$  pada kelompok dengan teknik *self instruction* dan nilai  $0,003<0,05$  pada kelompok teknik *cognitive restructuring*. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada skor perilaku membolos antara sebelum dan setelah diberikan konseling kelompok dengan dua teknik tersebut.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Retno Apit Kurniawan,dkk “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik

*Cognitive Restructuring* (Cr) Terhadap Motivasi Belajar Siswa”. Kesimpulan dari penelitian ini adalah hasil analisis data dengan uji tes dapat dilihat bahwa  $t_o = 2,366$  sedangkan tabel nilai kritis wilcoxon pada taraf signifikansi 5 % diperoleh  $z_t = 2,00$  dengan demikian  $z_o > z_t$ . Maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa di kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Tawang Sari, artinya semakin besar frekuensi layanan konseling kelompok, semakin tinggi motivasi belajar siswa.

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian dengan judul “Efektivitas Teknik *Cognitive Restructuring* Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa MTs Darul Falah Sumbergempol” telah dilakukan dengan upaya secara maksimal dan sesuai dengan prosedur penelitian ilmiah. Namun masih terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini, sehingga tidak bisa mencapai seluruh kegiatan penelitian ini dengan sempurna. Beberapa keterbatasan tersebut sebagai berikut:

- a. Pada pemberian *treatment* hanya menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *cognitive restructuring*, yang sesungguhnya masih terdapat teknik lain yang dapat digunakan pada layanan untuk peningkatan motivasi belajar siswa.
- b. Penelitian dilakukan hanya kepada siswa sejumlah 129 responden. Penelitian tersebut meneliti siswa baik yang bermasalah maupun tidak bermasalah agar subjek atau responden mendapat wawasan dalam meningkatkan motivasi belajar. Penelitian ini hanya terbatas kepada siswa kelas VII dan tidak meneliti permasalahan atau faktor-faktor yang lain.
- c. Instrumen yang digunakan hanya kuesioner atau angket sehingga belum memperlihatkan kondisi responden yang sebenarnya.

