

**PENGARUH HIPNOTERAPI DALAM MENINGKATKAN  
MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS VIII MTs MIFTAHUL  
MUBTADIIN SUMBERBERAS**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER  
Oleh:

**NGAINUN NAAZAH**  
**NIM: D20193109**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH  
JUNI 2023**

**PENGARUH HIPNOTERAPI DALAM MENINGKATKAN  
MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS VIII MTs MIFTAHUL  
MUBTADIIN SUMBERBERAS**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh:

**NGAINUN NAAZAH**  
**NIM: D20193109**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

Disetujui Pembimbing

**Dr. ABDUL MU'IS, S.Ag, M.Si.**  
**NIP. 197304242000031005**

**PENGARUH HIPNOTERAPI DALAM MENINGKATKAN  
MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS VIII MTs MIFTAHUL  
MUBTADIIN SUMBERBERAS**

**SKRIPSI**

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu  
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Hari : Rabu

Tanggal : 21 Juni 2023

**Tim Penguji**

**Ketua**



Mochammad Dawud, S.Sos., M.Sos.  
NIP. 197907212014111002

**Sekretaris**




Ahmad Hayyan Najikh, M.Kom.I  
NIP. 198710182019031004

**K**

**Anggota :**

1. **Dr. Minan Jauhari, S.Sos.I., M.Si**



2. **Dr. H. Abdul Mu'is, S.Ag, M.Si**



Menyetujui  
Dekan Fakultas Dakwah



Prof. Dr. Ahidul Asror, M.Ag.  
NIP. 197406062000031003

## MOTTO

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ۝ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ۝ أَلَمْ يَكُنْ الْأَكْرَمُ ۝  
الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ۝ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ۝

*“Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan! Dia menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah! Tuhanmu Yang Maha Mulia, yang mengajar (manusia) dengan pena. Dia mengajarkan manusia apa yang tidak diketahuinya.”\**  
{QS. Al-‘Alaq : (1-5)}



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

---

\* Qur'an Kemenag, Surat Al-‘Alaq (1-5).

## PERSEMBAHAN

*Alhamdulillah* *rabbi'l'alamin*, dengan rasa syukur yang mendalam terhadap proses yang telah dilalui, saya dapat kesempatan untuk menyelesaikan tugas akhir ini. Karya ini saya persembahkan sebagai rasa terimakasih dan cinta kepada orang-orang yang kusayangi:

1. Dua orang yang sangat berjasa dalam hidup saya, Ibunda Siti Aisyah dan Ayahanda Saiful Nurrohim. Terima kasih atas kepercayaan yang telah diberikan atas izin merantau dari kalian, serta pengorbanan, cinta, do'a, motivasi, semangat dan nasihat serta canda-candaan yang sering dilontarkan yang tiada hentinya diberikan kepada putrinya.
2. Kepada cinta kasih kedua saudara-saudari saya, Kakak saya Arrina Khanifa S. T., M.T. dan Adik saya Muhammad Rifki. Terima kasih atas segala do'a, usaha, motivasi yang telah diberikan kepada saya.
3. Bapak Dr. Abdul Mu'is, S.Ag, M.Si. selaku pembimbing skripsi saya. Terima kasih telah membimbing dan memberikan dukungan selama mengerjakan skripsi saya hingga selesai.

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT. Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga Penyusun Skripsi dengan judul “Pengaruh Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII MTs Miftahul Muftadiin Sumberberas” ini dapat diselesaikan. Penelitian dilaksanakan di Desa Sumberberas Kabupaten Banyuwangi dimulai dari bulan Maret 2023 sampai dengan April 2023. Penulis skripsi ini merupakan satu syarat dalam menyelesaikan studi jenjang strata satu (S1) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

Atas selesainya penyusunan skripsi ini, diucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H Babun Suharto, SE., MM selaku Rektor Universitas Islam Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
2. Prof. Dr. Ahidul Asror, M. Ag. Selaku Dekan Fakultas Dekan Universitas Islam Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
3. Bapak Muhammad Ardiansyah, M, Ag. Selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
4. Dosen Pembimbing Skripsi yaitu Bapak Dr. Abdul Mu'is, S.Ag, M.Si.
5. Seluruh dosen fakultas dakwah yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat kepada penulis selama masa perkuliahan.

6. Seluruh tenaga kependidikan akademik yang telah membantu terhadap kelancaran proses belajar-mengajar di lingkungan Fakultas Dakwah Universitas Islam Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

7. Kepala Madrasah Tsanawitah Miftahul Muftadiin yaitu bapak Muhammd Nur Ahsan, S.Pd.

8. Guru BK Madrasah Tsanawitah Miftahul Muftadiin yaitu Bapak Imam Baidlowi, S.Pd.

9. Seluruh pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi.

Akhirnya, semoga skripsi ini bermanfaat bagi perkembangan ilmu pada umumnya dan khususnya ilmu Bimbingan dan Konseling.

Jember, 14 Juni 2023



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
Penulis  
JEMBER

## ABSTRAK

**Ngainun Naazah, 2023:** *Pengaruh Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas.*

**Kata Kunci:** Hipnoterapi, Motivasi Belajar

Secara singkat hipnoterapi merupakan sebagai ilmu yang memberi sugesti atau pikiran yang positif kepada pikiran alam bawah sadar individu. Hipnoterapi dapat mengatasi masalah seperti menyembuhkan phobia, penyimpangan perilaku, mengatasi kesulitan belajar. Sehingga hipnoterapi dapat memperbaiki kebiasaan buruk seseorang. Dalam hal ini hipnoterapi menjadi salah satu metode yang di terapkan di MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas untuk meningkatkan motivasi belajar. Motivasi belajar mempunyai peran penting dalam diri siswa, agar suatu tujuan yang diinginkan tercapai. Terdapat dua motivasi yaitu motivasi instrinsik dan motivasi ekstrinsik

Rumusan masalah yang dibahas dalam penelitian ini adalah Adakah pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas”.

Metode dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif eksperimen dengan menggunakan rancangan True Eksperimental *Pretest- Posstest Control Group Design. Nonprobability sampling* sebagai strategi pengambilan sampel, sampel dalam penelitian ini sebanyak 26 subyek, terdiri dari 13 kelompok eksperimen dan 13 kelompok Kontrol. Teknik dan instrument pengumpulan data menggunakan observasi, kuesioner, dokumentasi. Data yang telah terkumpul dianalisis dengan menggunakan uji-t.

Adapun hasil dari penelitian ini, yaitu: data uji analisis *Independent Sampel T-Test* diketahui nilai signifikan (2-tailed) adalah sebesar 0,582. Nilai  $0,582 > 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Namun dengan melihat nilai *N-Gain Score* pada kelompok kontrol lebih besar daripada kelompok eksperimen, artinya perubahan nilai tidak disebabkan oleh adanya *treatment* hipnoterapi. Dengan hipotesis yang berbunyi “ada Pengaruh Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas”,  $H_a$  ditolak.



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian .....	9
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	10
F. Definisi Operasional.....	12
G. Asumsi Penelitian.....	13
H. Hipotesis.....	13
I. Sistematika Pembahasan.....	14
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Penelitian Terdahulu.....	15
B. Kajian Teori.....	18

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	38
B. Populasi dan Sampel.....	39
C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	41
D. Analisis Data.....	44

### **BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS**

A. Gambaran Obyek Penelitian.....	51
B. Penyajian Data.....	55
C. Analisis dan Pengujian Data Hipotesis .....	57
D. Pembahasan.....	72

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	75
B. Saran-Saran.....	76

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>77</b>
----------------------------	-----------

### **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

**KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER**

## DAFTAR TABEL

No Uraia	Hal
2. 1 Penelitian Terdahulu.....	18
3.1 Pretest-Posttest Control Group Design.....	39
3.2 Jumlah Siswa .....	40
3.3 Blue Print Motivasi Belajar.....	42
3.4 Skor Penilaian pada Skala Likert untuk Motivasi Belajar.....	43
3.5 Rumus Kategorisasi.....	47
3.6 Kategori Nilai N-Gain Score.....	50
4.1 Tabulasi Sampel Kelas VIII.3 MTs Miftahul Mubtadiin.....	56
4.2 Hasil Uji Validitas Motivasi Belajar.....	57
4.3 Hasil Uji Reliabilitas .....	59
4.4 Deskriptif Statistik.....	60
4.5 Kategorisasi.....	61
4.6 Kategorisasi.....	62
4.7 Deskriptif Statistik.....	63
4.8 Kategorisasi.....	64
4.9 Kategorisasi.....	65
4.10 Hasil Normalitas Kelompok Eksperimen.....	66
4.11 Hasil Normalitas Kelompok Kontrol.....	67
4.12 Hasil Uji Homogenitas .....	68
4.13 Hasil Uji Hipotesis Uji T Independent.....	69
4.14 Hasil Hipotesis Uji Dependent.....	71

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Sekolah adalah suatu lembaga pendidikan bagi siswa yang mencari ilmu. Pendidikan yang sangat berkualitas, sehingga diperlukan pada era globalisasi. Pendidikan memiliki kedudukan yang luar biasa dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia (SDM). Sehingga pendidikan merupakan suatu hal yang begitu penting, serta berpengaruh di dalam kehidupan manusia dan pendidikan di Indonesia merupakan hal kewajiban dan tanggung jawab bersama. Demi memiliki sumber daya manusia (SDM) yang unggul dan berkualitas, maka tidak sekedar dalam ilmu pengetahuan, namun juga dalam karakter yang kuat dan baik.<sup>1</sup>

Terdapat pada Undang-Undang (UU) Nomor 20 tahun 2003 pada Pasal 3 yang berisi: Pendidikan nasional berperan dalam mengembangkan generasi muda dalam membentuk perilaku yang baik serta bermartabat guna mencerdaskan kehidupan bangsa.<sup>2</sup> Adapun tujuan pendidikan nasional untuk meningkatkan potensi diri anak supaya memiliki akhlak yang mulia, ber iman, bertakwa Allah SWT, kreatif, mandiri, berilmu pengetahuan, sehat dan menjadi warga negara yang menghargai perbedaan dan keputusan orang lain (demokratis).<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Sarlin Patilima, "Sekolah Penggerak Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Pendidikan", (25 November 2021), 228-229.

<sup>2</sup> Perpustakaan Nasional Republik Indonesia Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional.

<sup>3</sup> Marisa Amaliyah, "Analisis Kesulitan Belajar dan Faktor-Faktor Kesulitan Belajar IPA Siswa SMP Negeri 4 Singaraja", Vol. 4, No. 1 (April 2021), 91.

Selain itu, disebut pula dalam Q.S Al Mujadalah (58: 11):

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ  
 اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ ائْذِنُوا فَاذْنَبُوا يُرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا  
 الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

Artinya: Wahai orang-orang yang beriman Apabila dikatakan kepadamu. “Berilah kelapangan di dalam majelis-majelis,” maka lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan utukmu 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 Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan.<sup>4</sup>

Berdasarkan makna ayat di atas dapat menerangkan bahwasannya tempat belajar untuk mencari ilmu. Jika tempatnya tidak dapat menampung orang banyak, maka berikan tempat kepada saudara-saudara kita yang ikut serta di dalamnya. Walaupun kita tidak mendapatkan tempat duduk dan harus berdiri maka terimalah dengan hati yang ikhlas, serta jangan ada rasa kecewa jika harus berdiri. Allah tidak melihat tempat ataupun posisi-Mu namun Allah melihat niat dalam hatimu. Dan Allah akan memberikan derajat tinggi di sisi-Nya sesuai dengan ketulusan hatinya, karena mencari ilmu itu wajib.

Sardiman mengungkapkan siswa ialah seseorang yang datang ke sekolah dengan adanya tujuan untuk mencari ilmu pendidikan. Adapun siswa menurut Ali Khan adalah individu yang berangkat dari rumah ke lembaga yang dituju lalu bertemu dengan siswa yang lainnya, serta memiliki niat yang sama yakni untuk menekuni ilmu pengetahuan yang telah didapatkan. Dapat

<sup>4</sup> Qur'an Kemenag, Surat Al Mujadalah (58): 11.

disimpulkan pendapat diatas, siswa merupakan orang yang pergi ke sekolah dengan niat memperoleh ilmu pendidikan yang telah diajarkan oleh seorang guru.<sup>5</sup>

Terdapat beberapa sekolah yang memiliki jenjang pendidikan tinggi sampai ke rendah. Menurut Weni Nur W, dkk, salah satunya siswa sekolah menengah pertama (SMP) merupakan remaja awal yang berada di usia 12-15 tahun. Pada masa remaja awal, siswa mengalami periode peralihan dari masa kanak ke masa dewasa. Yakni ditandai dengan mulai meninggalkan perannya sebagai anak-anak serta mereka berusaha untuk mandiri dari orang tua.<sup>6</sup>

Selain itu Erikson mengemukakan, bahwa remaja sebagai seseorang yang kebingungan dengan identitas dirinya, membangun identitas yang unik yang mereka miliki, mampu memecahkan konflik pada dirinya, membangun hubungan dengan lingkungan orang dewasa agar mereka diakui keberadaannya. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa usia siswa yang masih 12-15 tahun merupakan masa-masa yang penuh dengan problematika dan tantangan, serta proses siswa mencari identitas dirinya dan ingin mencoba hal-hal baru yang menarik bagi dirinya dan remaja rentan mengalami emosional.<sup>7</sup>

Mengingat remaja merupakan generasi bangsa berikutnya, maka anak remaja penting dalam hal meningkatkan ilmu, namun pada usia remaja

---

<sup>5</sup> Imas Masroh Nuraish, Heris Hendriana, Ecep Supriatna, “Gambaran Motivasi Belajar Pada Siswa SMP PGRI 1 Cianjur”, *Jurnal Fokus* Vol. 5, No. 1 (Januari 2022), 21.

<sup>6</sup> Weni Nur Wendari, Aip Badrujaman, Atiek Sismiati S, “Profil Permasalahan Siswa Menengah Pertama (SMP) Negeri Di Kota Bogor”, *Jurnal Bimbingan Konseling* Vol. 5, No. 1 (Juni 2016), 134-135.

<sup>7</sup> Nuraish, Hendriana, Supriatna, “Gambaran Motivasi Belajar Pada Siswa SMP PGRI 1 Cianjur”, 21.

biasanya mengalami suatu kecenderungan yaitu malas belajar, siswa tidak antusias untuk datang ke sekolah dan tidak aktif di dalam kelas. Hal tersebut dikarenakan banyak faktor yang terjadi pada dalam dirinya.<sup>8</sup> Seperti pada faktor lingkungan sekolah yang dapat menyebabkan kesulitan belajar, seperti metode pembelajaran guru yang kurang kreatif atau menyenangkan, hubungan siswa dengan siswa dan sarana prasarana yang kurang mendukung. Namun tidak hanya dalam lingkungan sekolah, peran orangtua dan lingkungan masyarakat juga dapat menyebabkan motivasi siswa menjadi rendah seperti maraknya media elektronik di era globalisasi saat ini. Melihat perkembangan saat ini semakin canggih, dimana anak lebih mementingkan bermain *gadget* untuk menggunakan aplikasi yang mereka senangi. Sehingga hal tersebut membuat sebagian anak malas belajar bahkan mereka kehilangan motivasi dan minat menuntut ilmu.<sup>9</sup>

Motivasi merupakan suatu dorongan semangat yang terjadi pada dalam ataupun luar diri manusia, sehingga dapat menimbulkan tujuan siswa yang ingin dicapai.<sup>10</sup> Winkel mengemukakan motivasi belajar adalah motivasi yang mengaplikasikan dalam aktivitas pembelajaran dalam ataupun luar diri siswa, agar siswa tekun dalam mengikuti pelajaran, sehingga nantinya siswa akan memperoleh hasil yang begitu sesuai dengan tujuannya. Motivasi belajar tersendiri dapat dibagi menjadi dua kategori, yakni: motivasi

<sup>8</sup> Ali Makki, *Pengantar Dasar Psikologi* (Jember: STAIN Jember Press, 2013), 189.

<sup>9</sup> Nisful Laily Zain, "Strategi Komunikasi Persuasif Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa", *Jurnal Nomosleca* Vol.3 No.2 (Oktober, 2017), 596.

<sup>10</sup> Sri Wahyuni Naibaho, Rahmatika Elindra, Eva Yanti Siregar, "Analisis Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Motivasi Belajar Siswa MTs Negeri 1 Tapanuli Tengah Disaat Pandemi Covid-19", *Jurnal MathEdu*, Vol. 4, No. 2, (Juli 2021), 305.

dalam diri (instrinsik) dan motivasi dari luar diri (ekstrinsik). Motivasi instrinsik ialah motivasi yang bukan di rangsang dari eksternal atau orang lain, tetapi motivasi tersebut hanya berasal pada dalam dirinya sendiri. Motivasi ekstrinsik disebabkan karena adanya dorongan dari luar diri seseorang, seperti keinginan untuk dipuji atau menerima pengakuan dari keluarga, teman atau guru.<sup>11</sup>

Bagi siswa yang memiliki semangat belajar yang tinggi akan belajar dengan giat dan tekun, serta motivasi belajar ternyata memiliki peran penting dalam hal ini. Apabila siswa memiliki motivasi belajar yang rendah akan menyebabkan siswa tidak memiliki hasrat semangat untuk belajar, tidak mengerjakan tugas sekolah ataupun PR yang diberi oleh guru. Maka dari itu, siswa yang motivasinya tinggi akan berusaha dalam belajar untuk meningkatkan *skill*-nya dan siswa yang motivasinya rendah mereka tidak memperhatikan penjelasan yang diterangkan oleh guru, serta membolos saat jam pelajaran. Motivasi belajar berdasarkan setiap siswa-siswi akan terjadi dengan cara yang berbeda-beda, sehingga motivasi harus ditingkatkan sesuai dengan kemampuan masing-masing individu siswa.<sup>12</sup>

Pengaruh hipnoterapi dilakukan pada hasil penelitian Andi Mahdi Sahdani, Widyastuti dan Ahmad Ridfah pada tahun 2023 dengan judul “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Kecemasan (*Anxiety*) Akibat

<sup>11</sup> Nur Cahaya Nasution, “Dukungan Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar”, 163-165.

<sup>12</sup> Betari Laia, Kaminudin Telaumbanua, Saselianus Fau, “Kontribusi Motivasi Dan Minat Belajar Terhadap Kemampuan Berbicara Bahasa Inggris Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling STKIP Nias Selatan”, *Jurnal Education and development* Vol. 6, No. 1, (Oktober 2018), 76.



Pandemi Covid-19 Di Kota Makassar”, rancangan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini *quasi experiment*. Sebelum melakukan hipnoterapi, peneliti menyiapkan ruangan, perlengkapan yang akan digunakan meliputi modul, kursi terapi, laptop *soundsystem* dan alat perekam. Sesi hipnoterapi diberikan sebanyak 3 sesi, dengan durasi kurang lebih 60 menit. Adapun hasil temuan pada penelitian ini berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan akibat pandemic covid-19.<sup>13</sup>

Penelitian lain juga dilakukan oleh Margiyati dan Fitri Wahyuni pada tahun 2022 dengan judul “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Tingkat Ketergantungan Rokok pada Perokok Aktif”, menggunakan metode kuantitatif rancangan *quasi-eksperimenta pretest posttest control group design*. Pada penelitian ini dialami oleh mahasiswa laki-laki yang berkeinginan untuk berhenti merokok, dan pemberian treatment hipnoterapi dilakukan selama 60 menit setiap sesi/ minggu 8 kali treatment hipnoterapi, penghentian rokok mencapai 60% pada minggu pertama dan bertahan sampai minggu ke 12. Sehingga temuan ini efektif dalam menurunkan tingkat ketergantungan rokok pada perokok aktif.<sup>14</sup> Dalam Toni Setiawan menerangkan bahwa setiap sesi hipnoterapi berlangsung kurang lebih satu jam. Hipnoterapi dapat memperbaiki kondisi seseorang diperlukan 4-10 sesi.

---

<sup>13</sup> Sahdani, Widyastuti, Ahmad Ridfah, “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Kecemasan (*Anxiety*) Akibat Pandemi Covid-19 Di Kota Makassar”, *Jurnal Empati* Vol. 12, No. 01 (Februari 2023), 78-82.

<sup>14</sup> Margiyati, Fitri Wahyuni, “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Tingkat Ketergantungan Rokok pada Perokok Aktif”, *Jurnal Sishana* Vol. 7, No. 1 (Maret 2022), 23.

Dalam proses pelaksanaannya, konseli dan ahli hipnoterapi akan memonitor dan mengavaluasi kemajuan konseli.<sup>15</sup>

MTs Miftahul Mubtadiin merupakan lembaga Pendidikan Islam, yang letak kewasannya berada dibawah naungan yayasan pondok pesantren Minhajut Thullab, namun tidak semua peserta didik MTs Miftahul Mubtadiin tinggal di pesantren tersebut. Sehingga, dapat dikatakan peserta didik yang berada di pondok maupun tidak berada di pondok pesantren mempunyai motivasi belajar rendah.

Dari observasi pada tanggal 1 September hingga November 2022, ketika penulis menjalani masa PPL (Praktik Pengalaman Kerja) di MTs Miftahul Mubtadiin penulis menemukan sebagian siswa yang memiliki motivasi belajar rendah. Masalah tersebut diungkapkan oleh salah satu guru di MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas. Bapak Baidlowi mengungkapkan bahwa diantara kelas delapan yang terbagi menjadi tiga kelas, yang motivasi belajarnya rendah yaitu kelas VIII-3 dengan jumlah 34 peserta didik. Bapak Baidlowi mengatakan ketika sedang mengajar terdapat sebagian peserta didik yang asik ngobrol sendiri, tidak menghiraukan guru yang sedang memberikan penjelasan, ada pula yang tidur ketika sedang pembelajaran, bolos ketika jam pelajaran, sering terlambat, dan ketika ada guru yang tidak disenangi oleh siswa maka mereka lebih memilih untuk tidak mengikuti jam pelajaran guru tersebut.<sup>16</sup>

---

<sup>15</sup> Toni Setiawan, *Hipnotis & Hipnoterapi* (Jogjakarta: GARASI, 2009), 189.

<sup>16</sup> Bapak Baidlowi, diwawancarai penulis, Banyuwangi, 12 Oktober 2022.

Keadaan yang menyebabkan peserta didik malas belajar ini dikarenakan seringnya jam kosong, guru yang kurang disukai oleh siswa, metode pembelajaran yang masih menggunakan sistem lama sehingga siswa malas untuk belajar. Namun hal tersebut tidak dapat disalahkan karena guru di MTs masih menggunakan sistem pembelajaran lama, sebab guru di MTs sudah berumur jadi sangat sulit bagi mereka yang harus menerapkan sistem pembelajaran yang baru. Peran orang tua juga sangat diperlukan, oleh sebab itu semangat belajar siswa perlu untuk ditingkatkan kembali dengan suatu metode. Metode yang diterapkan oleh guru BK di MTs Miftahul Muftadiin Sumberberas yaitu menggunakan metode hipnoterapi.<sup>17</sup>

Hipnoterapi adalah sugesti untuk meningkatkan konsentrasi yang bertujuan untuk mengobati masalah tertentu. Hipnoterapi salah satu teknik terapi ingatan dengan mempergunakan hipnotis, hipnotis ialah ilmu yang memberikan sugesti ataupun pikiran yang positif kepada pikiran alam bawah sadar individu. Hipnoterapi dapat mengatasi masalah seperti menyembuhkan phobia, penyimpangan perilaku, mengatasi kesulitan belajar. Sehingga hipnoterapi dapat memperbaiki kebiasaan buruk seseorang.<sup>18</sup>

Berdasarkan fenomena yang ditemukan di MTs Miftahul Muftadiin, peneliti tertarik untuk mengkaji pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar siswa di MTs Miftahul Muftadiin. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui lebih lanjut mengenai adakah pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII di MTs Miftahul Muftadiin.

---

<sup>17</sup> Observasi di MTs Miftahul Muftadiin, Sumberberas, 1 Oktober 2022.

<sup>18</sup> Toni Setiawan, *Hipnotis & Hipnoterapi* (Jogjkarta: GARASI, 2009), 179-180.

Judul pada penelitian ini ialah Pengaruh Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII MTS Miftahul Mubtadiin Sumberberas”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang ingin peneliti kaji mengenai Adakah pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah “Untuk mengetahui apakah ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas”.

### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini di antara lain:

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan sumbangan teoritis yang nantinya menghasilkan pemahaman yang lebih positif. Hal tersebut nantinya bisa membantu para peneliti selanjutnya, untuk mengembangkan dan melihat tentang ada tidaknya pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar siswa.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini, peneliti bisa menambah pengalaman dan wawasan pengetahuan mengenai permasalahan yang terjadi pada suatu lembaga pendidikan.

### b. Bagi Siswa

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, siswa mendapatkan manfaat dari temuan ini terkait hipnoterapi terhadap motivasi belajar.

### c. Bagi Lembaga MTs Miftahul Muftadiin Sumberberas

Diharapkan dengan hasil penelitian ini, memberikan wawasan berharga bagi pendidik di MTs Miftahul Muftadiin Sumberberas, terutama guru Bimbingan Konseling. Guru dan staff dapat memanfaatkan temuan penelitian ini untuk mengembangkan strategi dan pendekatan pembelajaran yang lebih efektif dalam meningkatkan motivasi belajar.

### d. Bagi Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember

Dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi dan bahan evaluasi untuk penelitian selanjutnya.

## E. Ruang Lingkup Penelitian

### 1. Variabel Penelitian

Dalam penelitian, variabel ialah objek ataupun fenomena yang diamati. Terdapat dua jenis variabel, yaitu: variabel bebas merupakan variabel yang dapat mempengaruhi variabel lain dan variabel terikat

merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain.<sup>19</sup> Dalam penelitian ini peneliti mengambil judul “Pengaruh Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII MTS Miftahul Muftadiin Sumberberas”. Agar dapat mempermudah dalam memahami mengenai status variabel yang diteliti, identifikasi variabel dalam penelitian ini ialah:

- a. Variabel bebas (X) pada penelitian ini ialah Hipnoterapi
- b. Variabel terikat (Y) pada penelitian ini ialah motivasi belajar

## 2. Indikator Variabel

Setelah menyebutkan variabel-variabel penelitian diatas, selanjutnya dapat dilanjutkan dengan menyebutkan indikator variabel yang menjadi acuan berdasarkan kajian terhadap variabel yang diteliti. Maka diperoleh indikator variabel sebagai berikut:

- a. Indikator hipnoterapi (x) menurut Gil Boyne ada 5 antara lain:
  - 1) Ada rileksasi.
  - 2) Kemauan dalam mengikuti nasehat dengan penuh keyakinan.
  - 3) Regulasi diri serta memperbaiki sistem saraf pusat.
  - 4) Peningkatan selektivitas dan kepekaan terhadap rangsangan dari lingkungan luar.
  - 5) Lemahnya sistem pertahanan psikis.<sup>20</sup>
- b. Indikator motivasi belajar (y) dalam teori Sardiman antara lain:

<sup>19</sup> Sangkot Nasution, “Variabel Penelitian”, *Jurnal Raudhah* Vol. 05, No. 02, (Juli-Desember 2017), 2.

<sup>20</sup> YF La Kahija, *Hipnoterapi: Prinsip-Prinsip Dasar Praktik Hipnoterapi*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2007), 54.

- 1) Dapat mempertahankan pendapatnya.
- 2) Tidak mudah melepaskan apa yang diyakini.
- 3) Lebih suka bekerja secara mandiri.
- 4) Mudah merasa jenuh terhadap tugas-tugas yang bersifat rutin.
- 5) Gigih dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi kesulitan.
- 6) Memperlihatkan minat pada macam-macam masalah.
- 7) Tekun menghadapi tugas.
- 8) Memiliki kesenangan dalam memecahkan masalah persoalan.<sup>21</sup>

Pada penelitian ini hanya diambil empat indikator motivasi belajar, dikarenakan empat indikator tersebut lebih dominan terhadap diri setiap orang, keempat indikator tersebut adalah:

- 1) Lebih suka bekerja secara mandiri.
- 2) Senang mencari serta memecahkan masalah soal-soal.
- 3) Mudah merasa jenuh terhadap tugas-tugas yang bersifat rutin.
- 4) Ulet menghadapi kesulitan.

#### **F. Definisi Operasional**

“Pengaruh Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII MTS Miftahul Mubtadiin Sumberberas” adalah judul penelitian ini. Peneliti kemudian harus mendefinisikan definisi operasional digunakan untuk menentukan makna judul yang diteliti dan tujuannya memastikan tidak ada kesalahpahaman tentang terminologi yang digunakan dalam judul peneliti. Istilah-istilah berikut yang didefinisikan oleh peneliti:

---

<sup>21</sup> Sardiman A.M, *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2012), 83.

### 1. Hipnoterapi

Hipnoterapi ialah terapi yang dilakukan pada konseli dalam kondisi hipnosis. Hipnosis merupakan pemberian sugesti positif yang menjangkau alam bawah sadar seseorang, dengan tujuan untuk menyembuhkan permasalahan konseli.

### 2. Motivasi belajar

Motivasi belajar ialah semangat dalam diri maupun dari luar individu ataupun hasrat untuk melaksanakan sesuatu yang membuat kita menjadi lebih mengetahui, lebih bisa, lebih mendapatkan manfaat dari sebelumnya untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

## G. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian menjadi dasar permasalahan yang diteliti dan menekankan pada variabel yang menjadi fokus penelitian. Asumsi pada penelitian ini adalah “hipnoterapi dapat mempengaruhi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Muhtadiin Sumberberas”.

## H. Hipotesis

Berdasarkan uraian diatas, hipotesis dalam penelitian ini meliputi:

1.  $H_0$  berbunyi: Tidak ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Muhtadiin Sumberberas.
2.  $H_a$  berbunyi: Ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Muhtadiin Sumberberas.

HIPNOTERAPI



MOTIVASI BELAJAR



## **I. Sistematika Pembahasan**

Sistematika pembahasan merupakan isi suatu bab dan sub-babnya yang secara jelas menggambarkan struktur penelitian ini. Sistematika pembahasan karya ini adalah sebagai berikut:

### **BAB I PENDAHULUAN**

Bab ini terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, definisi operasional, dan sistematika pembahasan yang telah peneliti uraikan pada bagian pendahuluan BAB I.

### **BAB II KAJIAN KEPUSTAKAAN**

Pada bab ini memuat penelitian terdahulu dan landasan teori terkait dengan “Pengaruh Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas”.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

Pada bab ini metode penelitian berisi tentang jenis penelitian, populasi dan sampel yang akan digunakan penelitian, kemudian teknik dan instrument pengumpulan data dan analisis data.

### **BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS**

Pada bab ini memaparkan mengenai gambaran objek penelitian, hasil penelitian, pembahasan hasil penelitian.

### **BAB V PENUTUP**

Pada bab penutup ini, terdapat kesimpulan dan saran yang dapat diambil dari penelitian ini.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Penelitian Terdahulu

Dalam penelitian yang membahas mengenai fungsi hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar ini, peneliti menggunakan temuan penelitian sebelumnya sebagai bahan referensi. Untuk mencegah plagiarisme dalam penelitian ini, berikut adalah beberapa penelitian sebelumnya:

1. Penelitian yang dilaksanakan oleh Rifki Ainur Siska, penelitian tahun 2018, dari Sarjana Medika Jombang dengan judul “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Jombatan Wilayah Kerja Puskesmas Jabon”. Studi lapangan bersifat kuantitatif dan desain pra-eksperimentalnya mencakup analisis pra-pasca satu kelompok. Dari total populasi 45 orang dewasa penderita hipertensi, diambil sampel dengan menggunakan teknik *nonprobability sampling* ataupun jenis teknik *purposive sampling* dan diperoleh 16 responden. Perbandingan hipertensi dilakukan dengan menggunakan uji T-paired, SPSS pada computer dan nilai  $p < \alpha = 0,05$  menunjukkan bahwa hipnoterapi berdampak pada tekanan darah pada pasien hipertensi. Sedangkan  $p > \alpha = 0,05$  menunjukkan tidak ada pengaruh. Meskipun penelitian ini menggunakan analisis parametric dan memiliki responden kurang dari 50, data sebelumnya diperiksa normalitasnya menggunakan uji Shapiro-wilk. Sebelum

menerima hipnoterapi, hasil rata-rata sistolik yaitu 144,00 serta hasil rata-rata diastolic ialah 93,31.<sup>22</sup>

2. Penelitian yang dilakukan oleh Ayis Sa'idatul Husna dengan judul skripsi "Penerapan Metode Hipnoterapi Dalam Menangani Perilaku Menyimpang Peserta Didik Di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Mubtadiin Sumberberas Muncar Banyuwangi", tahun penelitian 2022, dari UIN Khas Jember. Penelitian ini bersifat kualitatif dan mengambil pendekatan deskriptif. Sampel diperoleh dengan menggunakan metode purposive. Temuan studi yang pertama menunjukkan bahwa terdapat empat tahapan wawancara, induksi, pendalaman (*trans depth*), sugesti, dan terminasi (tahap akhir) untuk mengatasi sikap menyimpang siswa di MTs Miftahul Mubtadiin. Temuan kedua hipnoterapi dapat membantu dengan kebiasaan buruk dan pemahaman belajar. Ada sejumlah masalah perilaku yang dapat diselesaikan dengan hipnoterapi, termasuk membolos, keterlambatan, dan jenis perilaku menyimpang lainnya.<sup>23</sup>
3. Penelitian yang dilaksanakan oleh Agustin Lisnawati, judul penelitian "Penerapan Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Remaja", pada tahun 2020, dari IAIN Jember. Penelitian ini memakai purposive sampling untuk memilih responden penelitian untuk penelitian kualitatif ini, dengan menggunakan jenis deskripsi. Adapun temuan

<sup>22</sup> Rifki Ainur Siska, "Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Jombatan Wilayah Kerja Puskesmas Jabon" (Skripsi: Insan Cendikia Medika, 2018), 62.

<sup>23</sup> Ayis Sa'idatul Husna, "Penerapan Metode Hipnoterapi Dalam Menangani Perilaku Menyimpang Peserta Didik Di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Mubtadiin Sumberberas Muncar Banyuwangi" (Skripsi: Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2022), 74.

penelitian, remaja yang menerima laporan hipnoterapi merasa lebih berenergi dan tidak terlalu stress saat berada di ruangan kelas. Hal ini membuktikan bahwa hipnoterapi merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan keinginan belajar siswa.<sup>24</sup>

4. Penelitian yang dilakukan oleh Nahrul Hayat, tahun penelitian 2020, dengan judul “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Motivasi Berprestasiatlit BuluTangkis Walisongo Sprot Club (WSC) Semarang”, dari Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen dengan menggunakan desain posttest-only control group design dan metodologi true experimental. Uji t-independen adalah teknik analisis yang digunakan untuk mengevaluasi hipotesis menggunakan SPSS 16.0 for windows. Hasil temuan riset, kelompok yang menerima treatment secara signifikan berubah atau meningkat motivasinya dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapatkan hipnoterapi. Hasil temuan analisis uji sampel independent, perbedaan antarannya kelompok eksperimen serta kelompok kontrol signifikan dengan nilai T - 53,912, tingkat sig 0,000 yang menunjukkan bahwa di bawah 0,05. Namun rata-rata gain score dan nilai T negative memperlihatkan bahwa kelompok eksperimen telah mengalami perubahan yang lebih besar daripada kelompok control. Sehingga hipotesis yang diajukan “diterima”.<sup>25</sup>

<sup>24</sup> Agustin Lisnawati, “Penerapan Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Remaja” (Skripsi: IAIN Jember, 2020), 73.

<sup>25</sup> Nahrul Hayat, “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Motivasi Berprestasiatlit BuluTangkis Walisongo Sprot Club (WSC) Semarang” (Skripsi: Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 73).

Penelitian terdahulu digunakan sebagai referensi serta acuan penelitian saat ini. Penelitian terdahulu dan penelitian saat ini mempunyai perbedaan serta persamaan yang disusun pada tabel.

**Tabel 2.1**  
**Penelitian Terdahulu**

No	Nama Penulis	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Rifki Ainur Siska (2018)	Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Jombatan Wilayah Kerja Puskesmas Jabon.	1. Variabel hipnoterapi 2. Metode penelitian kuantitatif	1. Variabel meningkatkan motivasi belajar 2. Jenis lembaga yang diteliti
2.	Ayis Sa'idatul Husna (2022)	Penerapan Metode Hipnoterapi Dalam Menangani Perilaku Menyimpang Peserta Didik Di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Mubtadiin Sumberberas Muncar Banyuwangi	1. Variabel hipnoterapi 2. Jenis lembaga yang diteliti	1. Variabel meningkatkan motivasi belajar 2. Analisis data
3.	Agustin Lisnawati (2020)	Penerapan Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Remaja	1. Variabel hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar	1. Analisis data 2. Jenis lembaga yang diteliti
4.	Nahrul Hayat (2020)	Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Motivasi Berprestasi atlet BuluTangkis Walisongo Sport Club (WSC) Semarang	1. Variabel hipnoterapi 2. Metode penelitian kuantitatif	1. Variabel meningkatkan motivasi belajar 2. Jenis lembaga yang diteliti

## B. Kajian Teori

Tinjauan teoritis yang akan menjadi landasan untuk melakukan penelitian, disajikan pada bagian ini. Untuk membahas masalah yang hendak

diteliti sesuai definisi masalah serta tujuan penelitian, pembahasan teori diperluas dan menggabungkan pendapat peneliti.<sup>26</sup>

## 1. Hipnoterapi

### a. Pengertian Hipnoterapi

Hipnoterapi dapat diartikan sebagai terapi yang menggunakan *hypnosis*. *Hypnosis* sebagai metode utama penyembuhan masalah pada klien, asas yang digunakan hipnoterapi ialah dengan menggunakan kata-kata (*verbal therapy*), yaitu memberikan kata-kata positif atau sugesti ke bawah alam sadar konseli yang sedang dalam kondisi tenang atau rileks.<sup>27</sup> Hipnoterapi adalah suatu bidang dalam ilmu psikologi yang memfokuskan pada penggunaan sugesti sebagai alternative dalam mengatasi masalah yang berkaitan pikiran, perilaku dan perasaan individu. Hal ini dilakukan dengan menerapkan kata-kata yang membangkitkan semangat pada pikiran individu.

Hipnoterapi akan mengaplikasikan sebuah aplikasi yaitu relaksasi pikiran (*trance hypnosis*). Ketika memasuki kondisi *trance* konseli akan dibimbing agar siap untuk mendapat sugsti yang diberikan oleh hipnoterapis, dalam keadaan *hypnosis* yakni pikiran alam bawah sadar konseli diberikan sugesti yang tepat untuk menyembuhkan hambatan psikologis ataupun dapat digunakan untuk mengubah perilaku. Sehingga pikiran serta perasaan supaya menjadi lebih baik. Hipnoterapi dapat dimaksud sebagai ilmu untuk

<sup>26</sup> Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Jember: UIN KHAS Jember Press, 2021), 83.

<sup>27</sup> Ruslia Isnawati, "*Hipnoterapi*" (Surabaya: CV. Jakad Medis Publishing, 2022), 29.

memberikan sugesti terhadap alam bawah sadar seseorang. Orang yang profesional dalam terapi *hypnosis* disebut “*hipnoterapist*”.<sup>28</sup>

Menurut Gil Boyne *hypnosis* sebagai pikiran yang wajar serta mempunyai ciri-ciri, yaitu: adanya rileksasi, kemauan dalam mengikuti nasehat dengan penuh keyakinan, regulasi diri serta normalisasi sistem saraf pusat, peningkatan selektivitas dan kepekaan terhadap rangsangan luar, lemahnya sistem pertahanan psikis.<sup>29</sup> Selama proses hipnoterapi, tubuh seorang individu akan merasa santai sementara pikirannya sangat fokus dan waspada. Seperti metode relaksasi yang lain, *hypnosis* dapat merendahkan tekanan darah serta detak jantung dan merubah aktivitas gelombang otak secara keseluruhan. Dalam keadaan santai, seseorang dapat merasakan ketenangan fisik yang mendalam, bahkan sesungguhnya secara mental tidak merasa aman ataupun waspada. Ketika individu sangat fokus, mereka bereaksi terhadap semua saran dengan sangat cepat. Misalnya, terapis dapat menasihati seorang perokok untuk meyakinkan dirinya sendiri bahwa dia sebenarnya tidak menyukai rokok di masa depan.<sup>30</sup>

Menurut Neil dan Strok hipnoterapi merupakan sesuatu yang dapat menjauhkan pikiran negatif dan dapat membantu konseli menerima pikiran positif. Sedangkam hipnoterapi atau hipnosis menurut Bradford dapat mengatasi stress akademik, meningkatkan motivasi belajar, dapat menanggulangi kebiasaan kurang baik konseli

---

<sup>28</sup> Toni Setiawan, *Hipnotis & Hipnoterapi* (Jogjakarta: GARASI, 2020), 179-180.

<sup>29</sup> YF La Kahija, *Hipnoterapi: Prinsip-Prinsip Dasar Praktik Hipnoterapi*, 54.

<sup>30</sup> Toni Setiawan, *Hipnotis & Hipnoterapi* (Jogjakarta: GARASI, 2009), 188.

dan dapat menguatkan memori otak.<sup>31</sup> Michael Preston, M. D. mengemukakan *hypnosis* merupakan keadaan sadar yang didominasi oleh pikiran alam bawah sadar.<sup>32</sup>

Kesimpulan dari uraian diatas, untuk membantu konseli mengatasi kesulitan. Sugesti dan hipnosis merupakan cara yang dipakai dalam terapi hipnoterapi, dengan memberikan kata-kata positif kedalam alam bawah sadar konseli.

#### **b. Sejarah Hipnoterapi**

Penelitian oleh seorang dokter bernama Franz Anton Mesmer (1735-1815) di salah satu negara barat yang menandai awal sejarah hipnoterapi. Pada masa-masa awal, hipnosis digunakan sebagai pengganti obat bius untuk mempraktikkan anesthesia di dunia medis. Sehingga penelitian mengungkapkan bahwa adanya kalimat yang mampu menumbuhkan rasa percaya klien/konseli terhadap terapis sehingga kalimat atau sugesti yang diucapkan kepada klien mudah diterima oleh pikiran bawah sadar. Pertengahan abad 1900-an melihat munculnya hipnoterapis pertama, Milton H. Erickson (1901-1980).

Psikiater Milton H.Erickson telah berhasil memanfaatkan *hypnosis* atau hipnoterapi untuk mengobati pasien. *American Medical Association* (AMA) dan *American Psychological Association* (APA) secara resmi mengakui hipnoterapi sebagai praktik medis yang sah

---

<sup>31</sup> Muhammad Taufik Hasibun dan Hendry Kiswanto Mendrofa, "Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Stres Belajar Mahapeserta didik di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kota Medan", *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi (JKF)* No.1, (Oktober, 2019), 45.

<sup>32</sup> Ack Elias, *Hipnosis dan Hipnoterapi Transpersonal/NLP* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2006), 8.



sekitar tahun 1958. *National Institutes of Health* sebelumnya mengidentifikasi hipnoterapi sebagai bentuk pengobatan untuk rasa sakit penyakit kronis.<sup>33</sup>

### c. Manfaat Hipnoterapi

Hipnoterapi memiliki berbagai manfaat dalam berbagai aspek kehidupan, di antaranya adalah:

- 1) Dalam bidang pendidikan, yaitu hipnoterapi dapat meningkatkan rasa percaya diri seseorang dan mengubah pola pikir yang negatif, dengan proses ini hipnoterapi dapat membawa individu dalam kondisi tenang atau tertidur dan memberikan sugesti positif untuk ditanamkan ke pikiran alam bawah sadar individu.
- 2) Dalam bidang kesehatan, manfaat hipnoterapi dapat membantu individu sembuh dari beberapa penyakit seperti sakit kronis, menetralkan rasa sakitnya dan dapat menghentikan kebiasaan maupun kecanduan seperti merokok.
- 3) Dalam bidang psikologi, manfaat hipnoterapi adalah dapat mengatasi stress, panik berlebihan, sakit hati, fobia, trauma yang berkepanjangan.
- 4) Dalam bidang kecantikan, manfaat hipnoterapi ialah memberi sugesti terhadap diri sendiri agar menjaga pola makan, berolahraga sehingga akan mendapatkan bentuk tubuh yang ideal.

---

<sup>33</sup> Toni Setiawan, *Hipnotis & Hipnoterapi* (Jogjakarta: GARASI, 2020), 186-187.

- 5) Manfaat hipnoterapi di bidang aktualisasi diri, antara lain mempunyai motivasi diri supaya diri menjadi lebih baik, bermutu di masa depan serta mempunyai planning yang ditargetkan dan menghentikan kebiasaan buruk.<sup>34</sup>

#### d. Tahapan Hipnoterapi

Hipnoterapi dilakukan dengan beberapa tahap yaitu:

- 1) Tahap *Pre-Induction* yaitu sebagai tahap awal dimana seorang terapis dengan klien membangun hubungan baik (*rapport*) satu sama lain. Ahli hipnoterapi mengawali pembicaraan yang santai untuk menumbuhkan keyakinan terhadap konseli, serta mengurangi rasa takut terhadap hipnotis atau hipnoterapi.<sup>35</sup>
- 2) Tahap *Induction* yaitu tahapan membawa klien dalam hipnosis, dengan cara melakukan rileksasi tubuh, terkejut, membingungkan pikiran dan lain sebagainya.
- 3) Tahap *Deepening* yaitu untuk mengarahkan klien untuk masuk dalam pikiran alam bawah sadar yang lebih dalam seperti imajinasi sedang melakukan hal yang disukai.<sup>36</sup>
- 4) Tahap *Sugesti* ialah ucapan yang diberikan oleh terapis ke pikiran alam bawah sadar konseli, maka pemberian sugesti haruslah tepat dan aman. Sehingga tujuan dari sugesti, konseli dapat mengalami sudut pandang yang dibutuhkan untuk merasa lebih baik.

<sup>34</sup> Ashadi Cahyadi, "Metode Hipnoterapi Dalam Merubah Perilaku", *Jurnal Syi'ar* Vol. 17, No. 2 (Agustus, 2017), 81-82.

<sup>35</sup> Toni Setiawan, *Hipnotis & Hipnoterapi*, 191.

<sup>36</sup> Rian Tasalim dan Laily Widya Astuti, *Terapi Komplementer*, (Banjarmasin: Guepedia, 2021), 21.

- 5) Tahap *Termination* ialah sesi akhir dalam metode hipnoterapi. Konseli yang dalam keadaan hipnosis kemudian dibangunkan oleh terapis dalam kesadaran non-hipnosis.<sup>37</sup>

#### e. Teknik-Teknik Hipnoterapi

Teknik hipnoterapi dapat digunakan secara sendiri ataupun dalam kombinasi, tergantung pada situasi dan kebutuhan konseli, teknik *hypnosis* sebagai berikut:

##### 1) *Ideomotor Response*

Metode *ideomotor response* ialah metode untuk memperoleh respon “ya” ataupun “tidak”, maupun “tidak tahu” dari seorang konseli dengan metode menggerakkan salah satu jarinya. Dibalik konsep tersebut, seseorang akan condong berkata hal-hal yang jujur dan selaras dengan melalui reaksi tindakan fisik

(*ideomotor response*) dibanding dalam wujud perkataan ataupun verbal.

##### 2) *Hypnotic Regression*

Dalam metode ini, konseli dibawa ke masalah ataupun masa lampau guna mencari tahu pemicu munculnya sesuatu permasalahan. Metode ini umumnya menggunakan jembatan perasaan (*affect bridge*) ataupun ikatan emosional. Ada pula metode dari metode ini, konseli dimohon untuk menghayati

<sup>37</sup> Danang Setyo Budi Baskoro, *Hypnotherapy Mastery*, (Sastra Jendral Media, 2019), 47-48.

perasaannya misalnya: takut, khawatir, setelah itu konseli diminta untuk kembali ke masa pada saat perasaan ini awal kali timbul.<sup>38</sup>

### 3) *Systematic Desensitization*

Metode ini bermaksud buat mengurangi kepekaan konseli terhadap phobia, semisal: konseli takut pada kucing. Selain itu, terapis mengajarkan relaksasi baik secara fisik ataupun mental, setelah itu konseli dimohon untuk memvisualisasikan serta terapis akan menggunakan sugesti terhadap konseli supaya mengurangi phobia tersebut.

### 4) *Implosive Desensitization*

*Implosive desensitization* metode ini diterapkan saat konseli sedang merasa *abreaction* (luapan emosi bawah sadar dalam bentuk bahasa maupun perilaku tertentu). Pada metode ini,

konseli diminta pergi ke tempat yang damai selama 30 hingga 60 detik dan secara bertahap ditenangkan agar sensasi tersebut berangsur-angsur mereda.<sup>39</sup>

### 5) *Desensitization by Object Projection*

Desensitisasi dengan proyeksi objek merupakan metode untuk menggambarkan emosi, rasa sakit maupun permasalahan yang timbul pada tubuh konseli serta mengambil gambaran yang mewakili masalahannya. Dalam kondisi ini, terapis mengugesti

<sup>38</sup> Adi W Gunawan, *Hypnotherapy The Art of Subconscious Restructuring*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2010), 140.

<sup>39</sup> Ashadi Cahyadi, "Metode Hipnoterapi Dalam Merubah Perilaku", 78.

konseli dengan memakai kata-kata supaya permasalahan ataupun rasa sakit tersebut mengecil.<sup>40</sup>

#### 6) *The informed Child Technique*

Konseli akan mengalami ledakan emosi (*abreaction*) setelah mengingat kembali kejadian menyakitkan tersebut dengan menggunakan pendekatan *informed child*. Konseli dibawa ke lokasi yang damai untuk menenangkan diri setelah menghadapi peristiwa tersebut selama 30 sampai 60 detik. Konseli kemudian dibawa kembali ke peristiwa yang menyakitkan. Selain itu, kesempatan diberikan kepada konseli untuk mengkaji kejadian tersebut dari sudut pandang yang berbeda.

#### 7) *Gestalt Therapy*

*Gestalt therapy* merupakan metode terapi yang dilaksanakan dengan memakai metode *role play* ataupun permainan peran. Konseli disarankan untuk bergiliran memainkan peran dalam teknik ini. Baik sebagai orang lain yang telah menyebabkan traumatik atau luka batin ataupun sebagai diri mereka sendiri.<sup>41</sup>

#### 8) *Rewriting History (Reframing)*

Metode ini dimulai dengan menggunakan pendekatan *informed child*. Langkah selanjutnya, melibatkan penggunaan

<sup>40</sup> Adi W Gunawan, *Hypnotherapy The Art of Subconscious Restructuring*, 141.

<sup>41</sup> Adi W Gunawan, *Hypnotherapy The Art of Subconscious Restructuring*, 142.

terapi *Gestalt* yang memungkinkan konseli untuk berbagi apa yang ingin konseli katakan tentang penyebab luka emosional tersebut.

9) *Open Screen Imagery*

*Open screen imagery* merupakan metode yang memakai layar lebar (bioskop). Konseli dimohon buat memasuki gedung layar lebar dan duduk tengah depan layar. Kemudian konseli dimohon untuk menggambarkan hasil yang ingin dicapai. Adapun seluruh skenario film ini ditentukan oleh klien.<sup>42</sup>

10) *Positive Programmed Imagery*

Dengan menggunakan teknik yang disebut *Positive programmed imagery*, konseli diinstruksikan untuk melihat diri mereka aman, nyaman, serta mampu menangani kecemasan dan terkait phobia. Jari digerakkan atau kode lain digunakan untuk

menandakan teknik ini. Pendekatan ini akan efektif jika digunakan setelah pendekatan-pendekatan sebelumnya.

11) *Verbalizinng*

Dalam pendekatan verbalisasi, konseli diundang untuk terlibat dalam percakapan, mengungkapkan perspektif baru atau menyatakan apa yang harus dia capai. Karena ada kesempatan yang sangat besar untuk belajar kembali dan dapat meningkatkan pengetahuan tentang *post hypnotic suggestion* (sugesti yang tetap

---

<sup>42</sup> Ashadi Cahyadi, 79.

bekerja walaupun konseli telah berada dalam keadaan normal) yang ditawarkan oleh terapis, pengaruhnya akan sangat kuat.<sup>43</sup>

#### 12) *Direct Suggestion*

Sugesti yang bersifat langsung (*direct suggestion*) diberikan bersumber pada apa yang dikatakan konseli (*verbalizing*).

#### 13) *Indirect Guided Imagery (Ericksonian Metaphors)*

Dalam metode ini menggunakan metafora, seorang hipnoterapist memiliki naskah ataupun alkisah yang sudah di siapkan terlebih dahulu. Alkisah yang di informasikan seluruhnya bergantung pada terapis. Tetapi, kesimpulan arti cerita dilakukan oleh konseli.

#### 14) *Inner Guide*

*Inner guide* adalah teknik yang dapat menjadi pembimbing spiritual, pengasuh, keluarga atau seorang bagian dari konseli yang bijaksana.

#### 15) *Parts Therapy*

*Parts therapy* adalah suatu teknik untuk membantu konseli menyelesaikan konflik batin ataupun konflik yang muncul dari konflik antar “bagian-bagian” dari konseli.

#### 16) *Dream Therapy*

Mimpi digunakan dalam terapi ini sebagai pesan dari pikiran bawah sadar. Seperti dari waktu sebelum bangun, orang

---

<sup>43</sup> Ashadi Cahyadi, 80.

mengalami mimpi yang digunakan untuk analisis dan penyembuhan. Misalnya, jika konseli tidur selama enam jam, analisis akan berfokus pada mimpi yang dia alami dalam dua jam sebelum dia bangun.<sup>44</sup>

## 2. Motivasi Belajar

Motivasi berawal dari kata “motif” yang bisa disebut sebagai dorongan yang mendorong seseorang untuk terlibat dalam suatu kegiatan atau mencapai hasil yang diinginkan. Bahkan motif juga dapat dikatakan sesuatu keadaan internal (kesiapan). Perubahan energi seseorang berhubungan dengan munculnya “perasaan” serta didahului oleh suatu reaksi buat menggapai suatu tujuan.<sup>45</sup>

### a. Definisi Motivasi Belajar

Motivasi mempunyai peranan penting pada suatu pencapaian yang diinginkan. Motivasi bisa dikatakan yakni sebagai suatu dorongan yang keluar dalam diri manusia sehingga akan melaksanakan tindakan secara sadar ataupun tidak sadar. Mc.Donald mengatakan motivasi yakni sesuatu perubahan energi pada diri pribadi, yang ditandai dengan munculnya perasaan (afektif) serta respon untuk menggapai tujuan.<sup>46</sup> Motivasi belajar ialah salah satu dari bagian yang menentukan efektifitas pada pendidikan. Siswa akan belajar dengan

<sup>44</sup> Adi W Gunawan, *Hypnotherapy The Art of Subconscious Restructuring*, 144-145.

<sup>45</sup> Sardiman A.M, *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*, 73.

<sup>46</sup> Hasbullah & Zainudin, “Penerapan Motivasi Belajar Santri Di Pondok Pesantren Miftahul Ishlah Tembelok Menurut Hamzah B.Uno”, *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 11, No. 2 (2020), 21.



benar dan baik jika mempunyai faktor pendorong yakni motivasi belajar dalam diri siswa.<sup>47</sup>

Menurut McCombs (1991:134) penafsiran motivasi belajar merupakan kemampuan internal yang secara natural tercipta melalui aktivitas yang memberikan suatu dorongan, peluang dan tanggung jawab dalam proses pembelajaran dan tugas-tugas yang berguna serta cocok dengan kebutuhan individu. Menurut Winkel, dorongan internal seseorang untuk belajar adalah tindakan yang memulai belajar, memastikan bahwa belajar tersebut berlanjut serta memberikan arah aktivitas belajar sehingga hasil yang diinginkan tercapai. Motivasi belajar ialah faktor psikologis non intelektual yang berfungsi untuk meningkatkan minat belajar bagi diri sendiri.<sup>48</sup>

Motivasi belajar ialah perihal yang sangat berarti untuk pendidikan, setidaknya seseorang perlu mempunyai motivasi untuk belajar dan mempunyai arah. Adapun dasar motivasi belajar yaitu dengan adanya dorongan dalam serta dorongan luar diri individu yang sedang belajar untuk merubah perilaku kebiasaan.<sup>49</sup>

Motivasi dapat dikaitkan dengan soal kebutuhan, karena individu ketika terdorong dalam melaksanakan sesuatu, jika ia merasa terdapat suatu kebutuhan. Semua keinginan individu bersifat laten

<sup>47</sup> Chatarina Noviantil, Berty Sadipun, John M Balan, Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Peserta Didik, *SPEJ (Science and Phsics Education Journal)*, Vol. 3, No. 2, (Juni 2020), 59.

<sup>48</sup> Haryanto, "Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar dengan *Two Stay Two Stray*", (Lombok tengah: Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia, 2022), 20-21.

<sup>49</sup> Busran, "Meningkatkan Motivasi Belajar Matematika Siswa melalui Pembelajaran dengan Pendekatan *Problem Posing*", (NEM, 2021), 8.

dalam diri manusia, menurut teori kebutuhan dari Abraham Maslow selaku tokoh motivasi aliran humanism. Kebutuhan ini meliputi kebutuhan fisiologis seperti kebutuhan sandang pangan, kebutuhan istirahat, kebutuhan rasa aman seperti terbebas dari rasa takut dan cemas, kebutuhan kasih sayang (*love needs*), kebutuhan penerimaan diri dan kebutuhan akan kasih sayang. Artinya, ada peluang bagi seseorang untuk mengembangkan keterampilan yang sudah dimilikinya sehingga terwujud.<sup>50</sup>

#### **b. Jenis-Jenis Motivasi Belajar**

Terdapat dua jenis motivasi belajar, intrinsik dan ekstrinsik menurut Sardiman A.M:

- 1) Motivasi intrinsik merupakan dorongan ataupun keinginan yang timbul dari dalam diri manusia, tanpa memerlukan rangsangan dari luar atau mengharapkan imbalan. Misalnya, membersihkan rumah karena memiliki hobi bersih-bersih, rajin berlatih bermain bulu tangkis karena bercita-cita menjadi atlet nasional bulu tangkis.
- 2) Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang muncul dikarenakan faktor eksternal, seperti keinginan untuk mendapat dukungan dari keluarga, teman dan guru serta mengharapkan pujian dan penghargaan. Sehingga seseorang akan bertindak dalam melakukan sesuatu.<sup>51</sup>

---

<sup>50</sup> Hamzah B.Uno, "Teori Motivasi dan Pengukurannya Analisis di Bidang Pendidikan", (Jakarta: Bumi Aksara, 2016), 7.

<sup>51</sup> Sardiman A.M, *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*, 89-91.

Motivasi juga bisa diartikan sebagai susunan usaha untuk melakukan keadaan-keadaan tertentu, agar seseorang mau serta ingin melaksanakan sesuatu dan apabila tidak senang, akan berupaya menolak perasaan tidak senang tersebut. Sehingga motivasi tersebut bisa dirangsang oleh aspek eksternal, namun motivasi itu berkembang dalam diri individu. Pada aktivitas belajar, motivasi bisa diartikan yakni keseluruhan gaya penggerak yang terdapat pada diri manusia yang menciptakan kegiatan belajar, menjamin kelangsungannya serta memberikan arah aktivitas belajar agar individu dapat mencapai arah yang diinginkan.<sup>52</sup>

Kesimpulan yang dapat ditarik dari pengertian di atas adalah bahwa motivasi belajar ialah dorongan atau keinginan untuk belajar yang ada di dalam ataupun di luar individu, agar tujuan yang diimpikan individu tersebut berhasil.

### c. Fungsi Motivasi Belajar

Sardiman A.M mengidentifikasi 3 fungsi motivasi belajar, antara lain:

- 1) Mendorong manusia untuk bertindak, sebagai alat penggerak yang mengeluarkan stamina. Motivasi pada perihal tersebut ialah motivasi yang mendorong setiap tugas yang harus dilakukan.
- 2) Memilih arah tindakan adalah arah di mana hasil yang diinginkan harus dicapai. Dengan begitu, motivasi bisa memberikan tujuan

---

<sup>52</sup> Sardiman A.M, 75.

dan tugas yang harus diselesaikan sejalan dengan rancangan tujuan tersebut.

- 3) Memilih tindakan, merupakan memutuskan tindakan-tindakan apa yang perlu dan cocok untuk mencapai suatu tujuan. Dengan meninggalkan tindakan-tindakan yang tidak berguna untuk sesuatu yang dituju. Semacam halnya sosok anak yang hendak menghadapi tes dengan keinginan nilai bagus dan lulus, tentu sang anak hendak melakukan aktivitas belajar serta tidak akan menghabiskan waktunya buat bermain game ataupun bermain-main dengan temannya, sebab hal tersebut tidak sesuai dengan tujuan.<sup>53</sup>

#### d. Ciri-Ciri Motivasi Belajar

Untuk melengkapi makna dan teori mengenai motivasi, maka perlu mengemukakan adanya beberapa karakteristik motivasi. Ciri-ciri

motivasi belajar ini merujuk dalam teori Sardiman A.M diantaranya, sebagai berikut:<sup>54</sup>

- 1) Dapat mempertahankan pendapatnya.
- 2) Tidak mudah melepaskan hal yang diyakini itu.
- 3) Lebih senang bekerja secara mandiri.
- 4) Mudah merasa jenuh terhadap tugas-tugas yang bersifat rutin.
- 5) Ulet menghadapi kesulitan.
- 6) Menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah.
- 7) Tekun menghadapi tugas.

<sup>53</sup> Sardiman A.M, 85.

<sup>54</sup> Sardiman A.M, 83.

8) Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal.

#### e. Cara-Cara Memotivasi Belajar Siswa

Keberhasilan siswa dalam proses belajarnya, tidak akan terlepas dari adanya motivasi yang menjadi penggerak dan pendorong siswa supaya dapat melaksanakan aktivitas dan proses belajarnya. Terdapat banyak metode untuk bisa meningkatkan motivasi belajar siswa salah satu caranya, yaitu:

1) Belajar sambil bermain, dengan mengganti model pembelajaran yang biasa saja menjadi model pembelajaran yang asik atau modern supaya dapat membuat siswa tertarik untuk mengikuti pelajaran sehingga akan membuat siswa termotivasi untuk ingin belajar. Pada dasarnya hampir sama dengan metode belajar anak SD. Namun, untuk anak remaja atau SMP proses pembelajarannya

harus lebih menarik dan akan mudah diterima serta diserap oleh siswa.<sup>55</sup>

2) Media cerita merupakan sebuah kisah baik nyata ataupun tidak nyata. Bercerita merupakan suatu hal kegiatan yang mana seseorang akan menceritakan sebuah kejadian, dengan tujuan agar pendengarnya sanggup mengambil pesan moral dan sanggup mencontoh hal-hal yang positif yang ada didalamnya.<sup>56</sup>

<sup>55</sup> Muhammad Aldy M, Muswardi Rosra, Redi Eka Andriyanto, "Hubungan Teman Sebaya Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa", (Agustus, 2019), 12.

<sup>56</sup> Afrizawati, M. Sidik, Afriyani, "Pengaruh Penggunaan Metode Bercerita Dalam Bimbingan dan Konseling Terhadap Motivasi Belajar Siswa SMP Islam Intergal Luqman Al Hakim Batam", *Jurnal As-Said* Vol.1 No.2 (2021), 27.

- 3) Pemberian hadiah, hadiah juga dapat dikatakan bentuk motivasi sebagai suatu penghargaan atas suatu pencapaian, namun tidak terus menerus. Hal ini bertujuan untuk mendorong perilaku positif. Namun, sangat penting untuk memahami jenis penghargaan yang dibutuhkan seseorang atau siswa yang akan menerima penguatan agar hal ini dapat meningkatkan pencapaian yang diinginkan.<sup>57</sup>
- 4) Pemberian pujian, diperlukan jika ada siswa yang menyelesaikan tugas dengan efektif dan baik. Pemberian pujian merupakan penguatan positif sekaligus suatu alat motivasi. Maka dari itu, pujian harus diberikan dengan tepat. Memberikan pujian yang tepat dapat menginspirasi siswa untuk bekerja lebih keras dan mencapai tujuannya.<sup>58</sup>

### 3. Hubungan Hipnoterapi dengan Motivasi Belajar

Melihat perkembangan zaman, akhir-akhir ini khususnya dibidang teknologi yang semakin canggih membuat beberapa anak menjadi malas belajar bahkan kehilangan motivasi dan minat dalam belajar. Penyebab anak menjadi malas belajar yaitu: bermain, orang tua yang *broken home*, keadaan ekonomi orang tua, lingkungan belajar yang tidak mendukung, lingkungan belajar yang tidak nyaman, hal tersebut adalah sebagian contoh kecil fenomena yang ada di sekitar saat ini. Mungkin bukan hal yang asing

<sup>57</sup> Diana Sari, "Peran Orang Tua Dalam Memotivasi Belajar Siswa", (November, 2017), 42.

<sup>58</sup> Arianti, "Peranan Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa", *Jurnal Kependidikan*, Vol.12 No.2 (Desember, 2018), 129.

lagi, jika anak mulai malas belajar dikeranakan lingkungan yang tidak mendukung dan lain sebagainya.

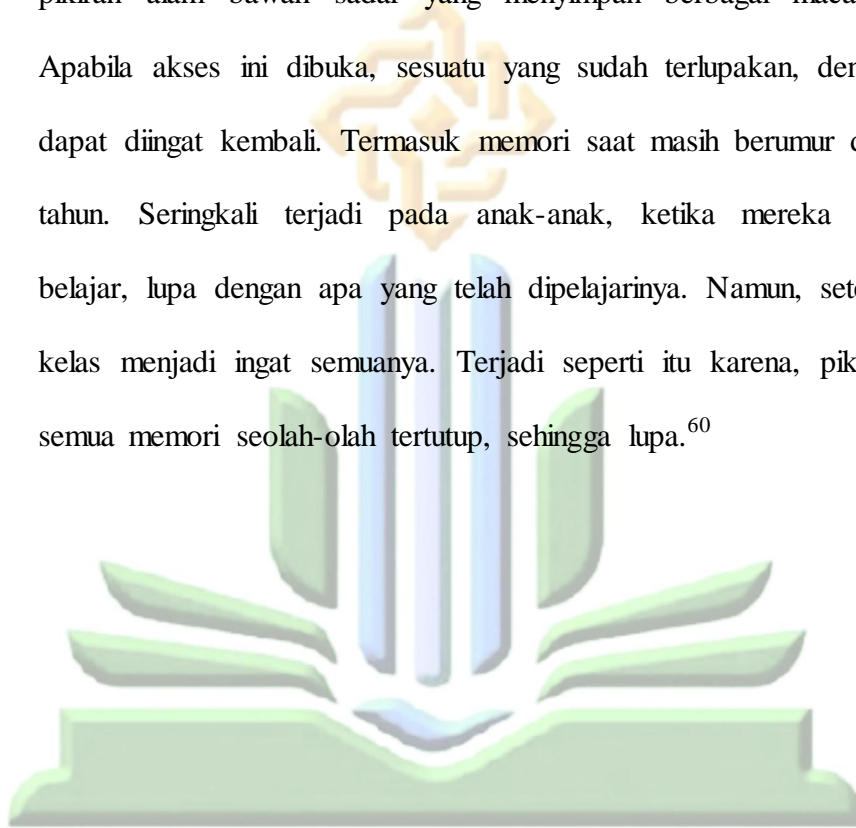
Hipnoterapi merupakan suatu alternatif terapi untuk menyelesaikan permasalahan yang berhubungan dengan psikis seperti trauma pada masa lalu, cemas, takut, dan lain-lain. Tujuan dari pelaksanaan terapi *hypnosis* adalah membawa konseli yang diterapi dari kesadaran normal menuju kedalam *hypnosis*. Dalam *hypnosis* ini akan terjadi penurunan gelombang otak dari gelombang beta menjadi gelombang alfa atau teta. Penurunan gelombang tersebut menjadikan konseli merasa lebih rileks dan sugestif dalam menerima saran-saran yang diberikan oleh hipnoterapis. Pada dasarnya proses hipnoterapi dapat dilakukan secara mandiri maupun dengan bantuan orang lain. Terapi *hypnosis* pada masa sekarang telah banyak dipraktikkan pada klinik-klinik hipnoterapi dengan dipandu oleh para professional hipnoterapi. Secara umum, setiap orang dapat memasuki kondisi *hypnosis* dengan mudah sehingga tidak diperlukan persyaratan-persyaratan khusus untuk menjalani proses hipnoterapi. Namun demikian, jika terdapat sebagian orang yang sukar memasuki *hypnosis* dapat disebabkan gangguan-gangguan tertentu, seperti stress berat, paranoid, memiliki IQ rendah.<sup>59</sup>

Hipnoterapi membuat seorang anak yang memiliki motivasi belajar rendah dapat menjadi meningkat. Karena hipnoterapi membuat pikiran anak menjadi rileks, sehingga belajar pun menjadi menyenangkan,

---

<sup>59</sup> Akbar Navis, Ali, *Sukses UN dengan Hipnoterapi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz, 2014), 9-10.

menghafalkan lebih mudah. Hal ini dapat terjadi dengan membuka akses pikiran alam bawah sadar yang menyimpan berbagai macam memori. Apabila akses ini dibuka, sesuatu yang sudah terlupakan, dengan mudah dapat diingat kembali. Termasuk memori saat masih berumur di bawah 3 tahun. Seringkali terjadi pada anak-anak, ketika mereka menghadapi belajar, lupa dengan apa yang telah dipelajarinya. Namun, setelah di luar kelas menjadi ingat semuanya. Terjadi seperti itu karena, pikiran tegang semua memori seolah-olah tertutup, sehingga lupa.<sup>60</sup>



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

---

<sup>60</sup> <https://nitafitria.wordpress.com/2008/12/09/hipnoterapi-dapat%02meningkatkan-prestasi%20belajar/>



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti memakai metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimental. Tujuan dari pendekatan eksperimental ialah untuk memahami sebab-akibat. Dengan memberikan treatment ataupun perlakuan oleh peneliti kepada subjek penelitian, selanjutnya peneliti membandingkan perlakuan tersebut dengan beberapa variabel yang diinginkan.<sup>61</sup>

Adapun rancangan-rancangan eksperimental terbagi menjadi empat kategori menurut Sugiyono, yakni *pre-experimental design*, *true experimental design*, *factorial design*, *quasi experimental design*. Rancangan *pre-experimental* merupakan hal yang meliputi hanya satu kelompok yang diberikan pra serta pasca uji (test), tanpa adanya kelompok kontrol ataupun pembanding. Rancangan *true experimental* melibatkan dua kelompok, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hanya kelompok eksperimen yang menerima perlakuan atau treatment hipnoterapi, sedangkan kelompok kontrol tidak menerima perlakuan tersebut. Kedua kelompok tersebut diberikan pra serta pasca uji (test) untuk melihat perubahan yang terjadi.<sup>62</sup>

Rancangan *True Experimental* diterapkan dalam penelitian ini. Bentuk desain yang digunakan yakni *Pretest-Posttest Control Group Design*. Dalam model ini terdapat 2 kelompok yakni kelompok eksperimen (variabel x) dan

---

<sup>61</sup> Putu Ade Payadnya dan Gusti Agung Ngurah Trisna Jayantika, *Panduan Penelitian Eksperimen Beserta Analisis Statistik dengan SPSS*, (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2018), 2.

<sup>62</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2016), 74-75.

kelompok kontrol (variabel  $y$ ). Kedua kelompok tersebut dikasih *pretest-posttest*. Namun, hanya kelompok eksperimen yang menerima *treatment* hipnoterapi, sedangkan kelompok kontrol tidak menerima *treatment* tersebut. Rancangan penelitian *Pretest- Posttest Control Group Design* dapat dilihat dalam tabel berikut:

**Tabel 3.1**  
*Pretest-Posttest Control Group Design*

Sampel	Pretest	Perlakuan	Posttest
R	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
R	O <sub>3</sub>	-	O <sub>4</sub>

Sumber: Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.

**Keterangan:**

R = Sampel diambil secara acak

X = *Treatment* pada kelompok eksperimen

O<sub>1</sub> = *Pre-test* kelompok eksperimen

O<sub>2</sub> = *Post-test* kelompok eksperimen

O<sub>3</sub> = *Pre-test* kelompok kontrol

O<sub>4</sub> = *Post-test* kelompok kontrol

**B. Populasi dan Sampel**

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari beberapa subyek yang mempunyai kualitas dan ciri tertentu. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas dengan jumlah keseluruhan 103 siswa.

**Tabel 3.2**  
**Jumlah Siswa**

No	Kelas	Jumlah
1.	VIII-1	34
2.	VIII-2	35
3.	VIII-3	34
<b>Total</b>		<b>103</b>

Sampel sebagian dari jumlah dan ciri yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pada penelitian ini memakai metode *nonprobability sampling* sebagai strategi pengambilan sampel. Metode yang dipakai oleh peneliti yakni *sampling purposive*, yang dimana pengambilan sampel didasarkan dengan pertimbangan tertentu. Jadi besarnya jumlah sampel yang digunakan ditentukan langsung oleh peneliti yang berkaitan dengan permasalahan dan tujuan penelitian.<sup>63</sup>

1. Motivasi belajar siswa rendah
2. Berstatus siswa kelas VIII MTs Miftahul Muftadiin Sumberberas
3. Memenuhi sampel

Sampel yang digunakan yakni mengambil dari populasi. Suharsimi arikunto mengungkapkan, apabila populasinya kurang dari 100 objek, maka bisa dikatakan bahwa seluruh populasi bisa dijadikan sebagai sampel. Namun, apabila populasi memiliki lebih dari 100 objek, dapat diambil sampel 10-15% dan 20-25% ataupun lebih dari total populasi. Populasi sebanyak 103 siswa kelas VIII MTs Miftahul Muftadiin, maka peneliti mengambil 25% dari total populasi yaitu sebanyak 26 siswa. Berikut adalah rincian jumlah sampel:

<sup>63</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 85.

$$X = n \times 25\%$$

$$X = 103 \times 25\% = 25,75$$

X = Jumlah sampel

n = Jumlah populasi

Pada penelitian tersebut, peneliti memilih kelas VIII-3 sebagai sampel dengan jumlah siswa sebanyak 34. Dari jumlah tersebut, 26 siswa akan dipilih dan dibagi menjadi 2 kelompok. Kelompok pertama ialah kelompok eksperimen yang terdiri dari 13 siswa, sedangkan pada kelompok ke dua ialah kelompok kontrol dimana didalamnya terdiri dari 13 siswa. Pemilihan kelas tersebut, dilakukan berdasarkan saran dari guru MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas, yang dilihat dari kurangnya motivasi belajar siswa.<sup>64</sup>

### C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara yang dipakai dalam memperoleh data serta sebagai pendukung dalam tercapainya tujuan penelitian. Adapun teknik pengumpulan data pada penelitian ini, antara lain:

#### 1. Observasi

Observasi merupakan suatu kegiatan pengamatan terhadap subyek tertentu untuk mengumpulkan data. Peneliti dalam penelitian ini melakukan observasi tentang keadaan awal kelas VIII tentang kondisi siswa pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung.

<sup>64</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1993), 215.

## 2. Kuesioner (Angket)

Kuesioner merupakan suatu metode dalam pengumpulan data, dimana nantinya sampel atau responden akan diberikan beberapa pertanyaan yang kemudian dapat dijawab dan hasil jawaban tersebut dikumpulkan kembali sebagai data hasil dari kuesioner. Dalam penelitian ini menggunakan pertanyaan atau pernyataan dengan paradigma skala *likert*. Skala *likert* digunakan untuk menilai bagaimana individu atau kelompok individu berperilaku, berpendapat, dan mempersepsi mengenai fenomena sosial.<sup>65</sup>

Variabel pengukuran selanjutnya diubah menjadi indikator penelitian. Lalu menyusun item instrument dari indikator penelitian. Dalam menentukan nilai skala *likert* setiap responnya sudah terdapat beberapa lambang kategori yakni: sangat setuju (SS), setuju (S), kurang setuju (KS), tidak setuju (TS). Data yang dibutuhkan dalam penelitian ini merupakan skala motivasi belajar. Terdapat kisi-kisi instrument berdasarkan indikator motivasi belajar, yakni:

**Tabel 3.3**  
**Blue Print Motivasi Belajar**

No	Indikator	Deskriptor	Fav	Unfav	Jumlah
1.	Lebih suka bekerja secara mandiri	a. Semangat dalam belajar	1, 2, 3, 31	4, 7	6
		b. Senang belajar mandiri	5, 8, 26	6, 27	5
2.	Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal	a. Partisipasi dalam kelas	11, 13	29	3
		b. Aktif dalam kelas	9, 14, 15, 30	10, 12,	6

<sup>65</sup> Sugiyono, 93.

3.	Mudah merasa jenuh terhadap tugas-tugas yang bersifat rutin	a. Guru kurang kreatif dalam menjelaskan	16, 17	18	3
4.	Ulet menghadapi kesulitan	a. Usaha mengatasi kesulitan	19, 21, 24	20, 25	5
		b. Memahami kesulitan	22, 28	23	3
<b>Jumlah Item</b>					31

Skala motivasi belajar terdiri dari 31 item. Setiap respon item diberikan nilai numerik berdasarkan kriteria yang telah ditentukan skala *likert* yaitu, sebagai berikut:

a. Sangat Setuju : (SS)

b. Setuju : (S)

c. Kurang Setuju : (KS)

d. Tidak Setuju : (TS)

Untuk menentukan skor penilaian Skala *Likert* digunakan sebagai berikut:

**Tabel 3.4**

***Skor Penilaian pada Skala Likert untuk Motivasi Belajar***

Jawaban	Skor Favorabel
Sangat Setuju (SS)	4
Setuju (S)	3
Kurang Setuju (KS)	2
Tidak Setuju (TS)	1

Jawaban	Skor UnFavorabel
Sangat Setuju (SS)	1
Setuju (S)	2
Kurang Setuju (KS)	3
Tidak Setuju (TS)	4

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan metode pengumpulan data yang memanfaatkan sumber tertulis seperti buku, dokumentasi, dan sejenisnya.

Pada penelitian ini, teknik yang dipakai dalam mengumpulkan data:

- a. Profil MTs Miftahul Miftahul Muhtadiin
- b. Dokumentasi informan dalam kegiatan metode hipnoterapi
- c. Sarana prasarana MTs Miftahul Miftahul Muhtadiin

### D. Analisis Data

Bukti pengamatan kuantitatif dikumpulkan dari responden, dengan menggunakan teknik analisis data dan setelah data diurutkan berdasarkan variabel dan jenis responden, setelah itu seluruh responden diuji untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.<sup>66</sup> Analisis data dilakukan dengan tahapan, antara lain:

#### 1. Uji Validitas

Uji validitas menentukan apakah alat ukur yang disiapkan benar-benar dapat mengukur apa yang ingin diukur, serta seberapa akurat tes tersebut menjalankan fungsinya. Uji validitas pada dasarnya menentukan

---

<sup>66</sup> Sugiyono, 147.

valid ataupun tidaknya kuesioner. Metode yang digunakan adalah membandingkan nilai  $r_{Hitung}$  dengan nilai  $r_{Tabel}$ .<sup>67</sup>

- a. Jika  $r_{Hitung} > r_{Tabel}$ , sehingga dinyatakan valid.
- b. Jika  $r_{Hitung} < r_{Tabel}$ , sehingga dinyatakan tidak valid.

Dalam menentukan nilai  $r_{Hitung}$ , menggunakan nilai yang tercantum pada garis kolom korelasi pearson untuk menentukan  $r_{Hitung}$ . Sementara, untuk mencari nilai  $r_{Tabel}$  dapat melihat pada distribusi statistik dan untuk mengidentifikasi tabel  $r$ . Nilai  $r_{Tabel}$  pada penelitian ini ialah 0,388 dengan  $N = 26$  dan taraf signifikan 0,05.

## 2. Reliabilitas

Suatu data dapat dinyatakan reliabel apabila menghasilkan hasil yang konsisten ketika diuji berulang kali pada subjek yang sama.<sup>68</sup> Uji reliabilitas digunakan dengan membandingkan nilai *Cronbach's Alpha* dengan taraf signifikansi yang ditentukan. Mengenai pengambilan keputusan, uji reliabilitas terhadap instrumen yang dianggap reliabel jika nilai *alpha cronbach's*  $> 0,60$ . Adapun kriteria dalam menentukan reliabilitas instrument:

- a. Apabila hasil *alpha cronbach's*  $> 0,60$  dapat dinyatakan reliabel.
- b. Apabila hasil *alpha cronbach's*  $< 0,60$  dapat dinyatakan tidak reliabel.

<sup>67</sup> Budi Darma, *Statiska Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji f, R2)*. (Jakarta: Guepedia, 2021 ), 7-8.

<sup>68</sup> Ovan dan Andika, *CAMI: Aplikasi Uji Validitas dan Relibilitas Instrumen Penelitian Berbasis Web*, (Sulawesi Selatan: Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia, 2020), 4.



### 3. Teknik Analisis Data

Setiap studi ilmiah harus menyertakan analisis data, karena memberikan bentuk umum tentang data yang dikumpulkan semasa penelitian. Untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas, terdapat beberapa analisis data yang dipakai pada penelitian ini. Berikut teknik analisis data:

#### a. Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dipergunakan buat memberikan bentuk umum mengenai ciri-ciri subjek yang diteliti, tanpa maksud untuk menggeneralisasi sampel pada seluruh populasi. Dengan menggunakan perangkat lunak SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) 22 for window, dilakukan analisis data deskriptif terhadap data yang ada. Hasilnya memberikan gambaran tentang statistik deskriptif dari data tersebut. Termasuk nilai maksimum, nilai minimum, nilai rata-rata serta standar deviasi.<sup>69</sup>

Menurut Saifuddin Azwar, terdapat beberapa cara untuk menentukan kategorisasi. Berikut adalah beberapa cara yang dapat digunakan.<sup>70</sup>

---

<sup>69</sup> Sugiyono, 147.

<sup>70</sup> Muhammad, Amirzan, Fakrurrazi, "Pengaruh Kepemimpinan Guru PJOK Terhadap Kondisi Mental Atlet Dalam Mengikuti Kompetisi Olahraga (Penelitian Pada SMA Negeri 2 Dellima)", *Jurnal Pendidikan dan Keguruan*, Vol.3 No.4, (1 Februari 2023), 257.

**Tabel 3.5**  
**Rumus Kategorisasi**

Rumus	Kategori
$M + 1,5SD < X$	Sangat Tinggi
$M + 0,5SD < X \leq M + 1,5SD < X$	Tinggi
$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5SD < X$	Sedang
$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5SD < X$	Rendah
$X \leq M - 1,5SD$	Sangat Rendah

**Keterangan:**

**M** = Mean / rata-rata    **SD** = Standar deviasi    **X** = Nilai skor

b. Uji Normalitas

Uji normalitas ialah uji statistik yang dipergunakan untuk mengetahui data apakah berdistribusi normal ataupun tidak. Pada penelitian ini, uji normalitas melalui uji *Kolmogrov Smiornov* program SPSS 22 *for windows*. Kriteria nilai normal tidaknya yang dipergunakan pada uji normalitas, antara lain:

1. Jika nilai signifikan berdistribusi  $> 0,05$  maka *pretest posttes* dapat dinyatakan normal.
2. Jika nilai signifikan berdistribusi  $< 0,05$  maka *pretest posttest* dinyatakan tidak normal.

c. Uji Homogenitas

Teknik analisis yang dipergunakan untuk menilai homogen atau tidaknya data adalah uji homogenitas. Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui keseragaman atau kesamaan data dari populasi yang memiliki varian sama. Pengujian homogenitas pada penelitian ini

menggunakan uji ANOVA.<sup>71</sup> Peneliti melakukan uji homogenitas dengan menggunakan bantuan program SPSS 22 *for windows*, dengan kriteria pengujian, yaitu:

1. Apabila signifikan  $< 0,05$  = maka *pretest posttest* dinyatakan tidak sama/homogen.
2. Apabila signifikan  $> 0,05$  = maka *pretest posttest* dinyatakan sama/homogen.

d. Uji Hipotesis

Uji hipotesis adalah praduga sementara atas pertanyaan penelitian. Dalam studi ilmiah ini hipotesis yang diajukan ialah ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas. Pada penelitian ini menggunakan uji *independent sample t-test*. Adapun persyaratan pada *independent sample t-test*, yaitu apabila nilai data berdistribusi normal dan homogen, sehingga pada *independent sample t-test* menggunakan acuan pada *equal variances assumed*. Apabila nilai data berdistribusi normal namun tidak homogen, maka dalam uji *independent sample t-test* menggunakan acuan pada *equal variances not assumed*. Diketahui dalam nilai signifikansi normalitas dan homogen lebih besar dari 0,05 ( $>0,05$ ). Proses uji *independent sample t-test* dapat dipecah menjadi beberapa bagian:

---

<sup>71</sup> Enno Aldea Amanda, Satrijo Budiwibowo, Nik Amah, "Pengaruh Budaya Organisasi Terhadap Kinerja Karyawan di PDAM Tirta Taman Sari Kota Madiun", *Jurnal Akutansi dan Pendidikan*, Vol.6 No.1 (April 2017), 5.

1) Dalam *independent sample t-test*, perlu melakukan uji *paired sampel t-test* karena bagian dari uji hipotesis. Uji *paired sampel t-test* digunakan untuk mengetahui perbedaan rata-rata 2 sampel bebas, dengan menggunakan keyakinan 95%. Namun persyaratan dalam uji *paired* ini harus berdistribusi normal, dengan menggunakan bantuan SPSS 22. Pengambilan keputusan dalam uji *paired sampel t-test* yakni apabila nilai sig (2-tailed)  $< 0,05$ , maka ada perbedaan yang signifikansi dan menunjukkan bahwa ada pengaruh perlakuan, sementara nilai sig (2-tailed)  $> 0,05$ , maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan dan menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh perlakuan.<sup>72</sup>

2) Setelah uji *paired sampel t-test*, dilakukan hitung *N-Gain score* untuk mengetahui efektivitas perlakuan tertentu pada penelitian

*True Experimental one group pretest-posttest design*. Uji *score N-*

*Gain* dipergunakan untuk mengukur selisih antara nilai tes awal sebelum diberikan treatment (*pretest*) serta nilai tes akhir setelah diberikan treatment (*posttest*). Sehingga ketika mengetahui selisih nilai antara *pretest-posttest* atau nilai *N-Gain score*, maka dapat diketahui apakah treatment tersebut dapat dikatakan efektif atau tidak. Sebagai berikut kategori perolehan nilai *N-Gain score*.<sup>73</sup>

<sup>72</sup> <https://www.spssindonesia.com/2016/08/cara-uji-paired-sample-t-test-dan.html>

<sup>73</sup> <https://www.spssindonesia.com/2019/04/cara-menghitung-n-gain-score-spss.html>

**Tabel 3.6**  
**Kategori Nilai N-Gain Score**

Nilai N-Gain Score	Kategori
$G > 0,7$	Tinggi
$0,3 \leq G \leq 0,7$	Sedang
$G < 0,3$	Rendah

- 3) Sebelum melakukan uji *Independent Sampel T-Test*, perlu dipahami bahwa apakah data skor *N-Gain* berdistribusi normal dan homogen ataupun tidak, dapat dikatakan normal dan homogen jika nilai signifikan  $> 0,05$ . Jika nilai sig (*2-tailed*)  $< 0,05$  pada hasil *Independent Sampel T-Test*, maka terdapat perbedaan yang signifikan dan hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh perlakuan. Apabila nilai sig (*2-tailed*) lebih dari 0,05 sehingga tidak terdapat perbedaan yang signifikan dan hal ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh perlakuan.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

## BAB IV

### PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

#### A. Gambaran Obyek Penelitian

Bagian ini sangat penting dalam mendeskripsikan gambaran obyek penelitian, karena obyek penelitian adalah sumber informasi yang diperlukan oleh peneliti untuk melengkapi penelitian. Berikut beberapa hal yang dapat menjadi gambaran obyek dalam penelitian ini:

##### 1. Sejarah Singkat Berdirinya MTs Miftahul Mubtadiin

MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas, Muncar, Banyuwangi, dipimpin oleh Yayasan Pendidikan Islam Pondok Pesantren Minhajut Thullab (YMT). Didirikan pada tahun 1976 MTs Miftahul Mubtadiin, pendirian sekolah ini bermula dari inisiatif Bapak Imam Nawawi, yang juga menjabat sebagai kepala Madrasah Tsanawiyah di sekolah tersebut.

Berdomisili Jl. Kh. Abdul Manan Km.02 Sumberberas Muncar Banyuwangi. Semua mata pelajaran yang awalnya bersifat keagamaan atau masih diniyah, namun pada tahun 1978 ditambahkan dua mata pelajaran universal, termasuk bahasa inggris yang diajarkan Bapak Sudarsono dan sejarah yang diajarkan oleh Bapak Rochmambu.

Bapak M. Wahidin menjabat sebagai kepala madrasah pada tahun 1982. Kemudian, untuk mencapai status formal sebagai MTs, MTs Miftahul Mubtadiin mendaftar ke Kementrian Agama yang saat itu masih dikenal dengan nama DEPAG. Selanjutnya pada tahun 1985, siswa MTs

Miftahul Muftadiin dapat mengikuti ujian nasional atau ujian akhir madrasah yang bergabung dengan MTsN Sambirejo.

Pada tahun 1986, status MTs Miftahul Muftadiin di Departemen Agama "Tercatat". Kemudian, pada tahun 1992 statusnya berubah menjadi "Terdaftar". Pada tahun 1995, madrasah ini mengalami peningkatan akreditasi "Diakui". Akhirnya, pada tahun 1999 MTs Miftahul Muftadiin mencapai status "Disamakan". Hanya MTs Miftahul Muftadiin pengganti Bapak H. Yusron Sardi BA pimpinan madrasah yang dipercaya menjadi Sub Rayon 52 dalam Ujian Akhir Nasional (UAN). Kemudian pada tahun 2006, dilanjutkan oleh Bapak Imam Syafi'i, M.Pd.

Dalam peraturan awal, tim akreditasi adalah tim yang diunjuk oleh otoritas yang berwenang. Kemudian, tim akreditasi bertransformasi menjadi Badan Akreditasi Nasional (BAN) yang menjadi lembaga independen. Hasil akreditasi MTs Miftahul Muftadiin adalah "A" dan tidak mencantumkan nilai. Namun, sekitar tahun 2008 peraturan Badan Akreditasi Nasional diubah sehingga hanya madrasah negeri yang diperbolehkan menjadi Sub Rayon. Akibatnya, MTs Miftahul Muftadiin tidak lagi menjadi Sub Rayon (SR).

Pada tahun 2011 MTs Miftahul Muftadin mendapatkan akreditasi kedua dari Badan Akreditasi Nasional (BAN) dengan status "B" dan skor 85. Tahun 2017, berstatus akreditasi MTs Miftahul Muftadiin tetap "B" dengan skor 86. Penerus kepala masing-masing madrasah adalah Bapak

Saifulloh Hubaidi, S.H., M.Pd. dan Bapak Muhammad Yasin, S.Pd.

Berikut adalah ketentuan mengenai nilai akreditasi:

Skor A = 91 - 100

Skor B = 81 - 90

Skor C = 71 - 80

Skor D = 61 - 70

Skor E = 0 - 60

## 2. Letak Geografis MTs Miftahul Mubtadiin

MTs Miftahul Mubtadiin merupakan salah satu tingkat pendidikan Madrasah Tsanawiyah yang terletak di Desa Sumberberas Kecamatan Muncar Kabupaten Banyuwangi. Adapun batas-batas sekolah MTs Miftahul Mubtadiin ialah:

- a. Arah Selatan : Rumah warga, mini market dan Pondok Pesantren Minhajut Thullab
- b. Arah Utara : Rumah warga
- c. Arah Timur : SMA Al-Hikmah Muncar Banyuwangi
- d. Arah Barat : Rumah warga, SMK Minhajut Thullab, TK Khotijah 15

## 3. Profil MTs Miftahul Mubtadiin

MTs Miftahul Mubtadiin berada di Jl. Kh. Abdul Manan Km. 02, RT.6 RW. 12, Sumberberas, Kecamatan Muncar Banyuwangi Jawa Timur.

a. NSM : 1212351000010

b. NPSN : 20581671



- c. Status Madrasah : swasta
- d. Website E-mail : [miftahul\\_mubtadiin@yahoo.co.id](mailto:miftahul_mubtadiin@yahoo.co.id)
- e. Nomor Telepon : 0333597573
- f. Penyelenggara Lembaga : Yayasan
- g. Lembaga : Minhajut Thulab
- h. SK Izin Operasionl : Kd.15. 30/2/PP.00/1180/2016, Tanggal 24  
Feb 2010 dan Tanggal 31 Okt 2016

Peneliti mengamati keadaan fisik Madrasah dapat dikatakan baik, dapat dilihat dari tata letak ruangan, bangunan dan kebersihan lingkungan yang sangat terjaga. Adapun sarana prasarana MTs Miftahul Mubtadiin, terdiri dari:

- a. Ruang kelas
- b. Ruangan guru
- c. Ruangan kepala madrasah
- d. Ruangan tata usaha (TU)
- e. Tempat ibadah
- f. Perpustakaan
- g. Kamar mandi guru
- h. Kamar mandi siswa
- i. Lapangan bola
- j. Lab computer
- k. Ruang BK
- l. Tempat parkir

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

- m. Ruang UKS
- n. Kantin
- o. Hotspot area
- p. Ruang pojok baca
- q. Ruang video rekaman

#### 4. Visi dan Misi MTs Miftahul Muftadiin

##### a. Visi :

Membentuk insan yang khusnul khuluq dan khusnul kholq yang berwawasan intaq dan iptek islami berwawasan global

##### b. Misi :

- 1) Menjadikan sekolah sebagai pusat pengembangan sumber daya manusia yang berwawasan intaq dan iptek yang islami.
- 2) Menjadikan sekolah sebagai alat pembentukan karakter bangsa yang islami.
- 3) Menjadikan sekolah sebagai tempat penggalian potensi kecakapan diri profesional.
- 4) Menjadikan sekolah sebagai pusat pengembangan semangat dan kesadaran belajar yang tinggi.
- 5) Menjadikan sekolah sebagai pusat pengembangan sumberdaya manusia yang berwawasan globalisasi.

#### B. Penyajian Data

Penelitian ini dilaksanakan di MTs Miftahul Muftadiin Sumberberas dalam rentang waktu 08 Maret 2023 hingga 03 April 2023. Penyebaran uji

coba kuesioner dilaksanakan pada tanggal 09 Maret 2023, sebelum dilakukan hipnoterapi dilakukan penyebaran kuesioner pada tanggal 20 Maret 2023, selanjutnya pada tanggal 21 Maret 2023 dilaksanakan *treatment* hipnoterapi yang pertama, *treatment* hipnoterapi yang kedua pada tanggal 27 Maret 2023 dan yang ketiga *treatment* hipnoterapi pada tanggal 31 Maret 2023, setelah selesai dilaksanakan *treatment* hipnoterapi kemudian penyebaran kuesioner terakhir pada tanggal 01 April 2023 hal tersebut untuk melihat ada tidaknya perubahan motivasi pada diri siswa.

Penyajian data memuat temuan-temuan penting untuk setiap variabel.<sup>74</sup>

Data berikut yang dapat disajikan peneliti dalam bentuk tabel:

**Tabel 4.1**  
**Tabulasi Sampel Kelas VIII.3 MTs Miftahul Mubtadiin**

NO	NAMA	JENIS KELAMIN
1	HILYATUN NAFISAH	P
2	HAMIMATUZ ZAHROH	P
3	MOH. EKI FAHROZI	L
4	MUHAMMAD UKHIBA NGILMA	L
5	M. BAGUS AQIL	L
6	NAILA DEWI AWALINA M	P
7	NANDA QAIS NAISILA	P
8	SYIFA ULYA AZIZAH	P
9	YULIDA SIVA AULIA	P
10	MIFTAH HUDIN ISA M	L
11	MOHAMMAD ARDAN S	L
12	AHMAD AZAM ULIL AL JUFRI	L
13	RIKOLAS ADIANTO PUTRA	L
14	A. ILHAM KHOARIZMI	L
15	A. RIZQI FADILAH	L
16	BINTA MUNAYA SALSABILLA	P
17	IRMA AULIA KHOIRUNISA	P
18	NADIN AGUSTINA	P
19	LAILA AZZUHRIYAH ACHMAD	P
20	WILMA FADLILATUL LAILY	P

<sup>74</sup> Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, 85.

21	NAJWA NABILAH	<b>P</b>
22	SYAKIRA JAUZARIMBI E.W	<b>P</b>
23	NAFISATUL ISMI ALIFAH	<b>P</b>
24	ADLY MASHURI	<b>L</b>
25	GUNTUR ANDIKA SAPUTRA	<b>L</b>
26	ZAHROTUL LAILY ACHMAD	<b>P</b>

### C. Analisis dan Pengujian Data Hipotesis

#### 1. Uji Instrumen

Dalam uji instrument melakukan dua tes yaitu uji validitas dan uji reliabilitas. Data pada penelitian ini diperoleh dari kuesioner kemudian data dianalisis menggunakan aplikasi SPSS 22 *for windows*.

##### a. Uji Validitas

Untuk menentukan valid ataupun tidaknya suatu butir pertanyaan, dilakukan uji validitas. Suatu butir pertanyaan dianggap valid apabila nilai  $r_{Hitung} > r_{Tabel}$ . Pada penelitian ini terdapat 26 responden (N) serta nilai  $r_{Tabel}$  dengan taraf signifikansi 5% ialah 0,388. Skala motivasi belajar yang berjumlah 50 item meliputi 31 butir yang valid dan 19 butir pertanyaan dinyatakan tidak valid berdasarkan uji validitas. Data yang dapat dihasilkan dari uji validitas sebagai berikut:

**Tabel 4.2**  
**Hasil Uji Validitas Motivasi Belajar**

Item Ke	r Hitung	r Tabel	Keputusan $r_{Hitung} > r_{Tabel}$
1	0,732	<b>0,388</b>	Valid
2	0,616	<b>0,388</b>	Valid
3	0,335	<b>0,388</b>	Tidak Valid
4	0,637	<b>0,388</b>	Valid
5	0,282	<b>0,388</b>	Tidak Valid
6	0,403	<b>0,388</b>	Valid
7	0,194	<b>0,388</b>	Tidak Valid

8	0,509	<b>0,388</b>	Valid
9	0,256	<b>0,388</b>	Tidak Valid
10	0,624	<b>0,388</b>	Valid
11	0,445	<b>0,388</b>	Valid
12	0,411	<b>0,388</b>	Valid
13	0,172	<b>0,388</b>	Tidak Valid
14	0,534	<b>0,388</b>	Valid
15	0,393	<b>0,388</b>	Valid
16	0,447	<b>0,388</b>	Valid
17	0,454	<b>0,388</b>	Valid
18	-0,016	<b>0,388</b>	Tidak Valid
19	0,422	<b>0,388</b>	Valid
20	0,440	<b>0,388</b>	Valid
21	0,670	<b>0,388</b>	Valid
22	0,494	<b>0,388</b>	Valid
23	0,433	<b>0,388</b>	Valid
24	0,241	<b>0,388</b>	Tidak Valid
25	0,363	<b>0,388</b>	Tidak Valid
26	-0,049	<b>0,388</b>	Tidak Valid
27	0,489	<b>0,388</b>	Valid
28	0,500	<b>0,388</b>	Valid
29	0,429	<b>0,388</b>	Valid
30	0,688	<b>0,388</b>	Valid
31	0,106	<b>0,388</b>	Tidak Valid
32	0,202	<b>0,388</b>	Tidak Valid
33	0,183	<b>0,388</b>	Tidak Valid
34	-0,038	<b>0,388</b>	Tidak Valid
35	0,433	<b>0,388</b>	Valid
36	0,537	<b>0,388</b>	Valid
37	0,438	<b>0,388</b>	Valid
38	-0,581	<b>0,388</b>	Valid
39	0,532	<b>0,388</b>	Valid
40	0,535	<b>0,388</b>	Valid
41	0,220	<b>0,388</b>	Tidak Valid
42	0,558	<b>0,388</b>	Valid
43	0,192	<b>0,388</b>	Tidak Valid
44	0,361	<b>0,388</b>	Tidak Valid
45	0,620	<b>0,388</b>	Valid
46	0,549	<b>0,388</b>	Valid
47	0,159	<b>0,388</b>	Tidak Valid
48	0,080	<b>0,388</b>	Tidak Valid
49	0,248	<b>0,388</b>	Tidak Valid
50	0,705	<b>0,388</b>	Valid

## b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas bermanfaat untuk memastikan tingkat konsistensi pada kuesioner yang digunakan pada penelitian ini. Uji reliabilitas dipakai pada penelitian ini mempergunakan rumus *Cronbach Alpha* dengan mempergunakan aplikasi SPSS 22 *for window*. Data yang diuji pada penelitian ini 26 responden (N) dan reliabilitas dapat dinyatakan koefisien jika nilai *Cronbach Alpha* > 0,60. Berikut adalah hasil uji reliabilitas:

**Tabel 4.3**  
**Hasil Uji Reliabilitas**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.869	50

Nilai *cronbach's alpha* adalah 0,869, artinya > 0,60, seperti yang ditunjukkan dalam tabel 4.3. Dengan demikian dapat dikatakan instrument penelitian yang digunakan reliabel atau dapat diterima.

## 2. Analisis Data

### a. Analisis Deskriptif Statistik

Untuk menguji gambaran data nilai rata-rata (mean), nilai maksimum (tertinggi), nilai minimum (terendah) dan standar deviasi, harus dilakukan pengukuran statistic deskriptif variable. Dengan mempergunakan aplikasi SSPSS 22 *for windows* digunakan pada penelitian ini untuk membantu mendapatkan data statistic deskriptif. Tabel hasil deskriptif statistic disediakan di bawah ini:

**1) (Kelompok Eksperimen atau Perlakuan) Penelitian tentang Variabel Motivasi Belajar**

Tabulasi hasil statistik deskriptif SPSS sebagai berikut:

**Tabel 4.4 Deskriptif Statistik**

**Descriptive Statistics**

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Pre-TestEksperimen	13	27	64	91	976	75.08	8.046	64.744
Post-TestEksperimen	13	49	56	105	1011	77.77	12.696	161.192
Valid N (listwise)	13							

Data diatas menunjukkan masing-masing jumlah responden (N) kelompok eksperimen 13 siswa yang mengisi kuesioner motivasi belajar. Dapat dilihat nilai minimum pada pre-test 64, maximum 91, nilai rata-rata (mean) 75.08, dan standar deviasi 8.046. Sedangkan pada nilai minimum post-test 56, maximum 105, mean 77.77, dan standar deviasi 12.696.

Terdapat cara lain untuk menganalisis data deskriptif yang manual, namun diharapkan dapat terbaca lebih jelas yaitu, sebagai berikut:

**a) Pre-test**

Skala motivasi belajar dalam penelitian ini terdiri dari u31 item pertanyaan yang dinilai memakai skala 1- 4. Nilai tertinggi yang dapat diberikan merupakan 4. Sedangkan nilai terendah merupakan 1, maka:

$$\text{Skor terendah} = 31 \times 1 = 31$$

$$\text{Skor tertinggi} = 31 \times 4 = 124$$

$$\text{Mean} = (124 + 31) / 2 = 77.5$$

$$\text{SD} = (124 - 31) / 6 = 15.5$$

Hasil olahan data menggunakan rumus kategori, sebagai berikut:

**Tabel 4.5**  
**Kategorisasi**

Skor	Frekuensi		Keterangan
	Jumlah	%	
$100.75 < X$	0	0	Sangat Tinggi
$85.25 < X \leq 100,75$	2	15.4%	Tinggi
$69.75 < X \leq 85.25$	8	61.5%	Sedang
$54.25 < X \leq 69.75$	3	23.1%	Rendah
$X \leq 54.25$	0	0	Sangat Rendah

Data yang dapat diperoleh dari tabel diatas mengungkapkan bahwa pada kelompok pre-test eksperimen sebanyak 2 subjek penelitian dalam kategori tinggi ( $85.25 < X \leq 100.75$ ) dengan nilai persentase 15.4%, 8 subjek dalam kategori sedang ( $69.75 < X \leq 85.25$ ) persentase 61.5%, 3 subjek penelitian dalam kategori rendah ( $54.25 < X \leq 69.75$ ) persentase 23.1%. Persentase perolehan tertinggi (61.5%) diperoleh pada kategori sedang, sehingga data menyimpulkan bahwa sebagian siswa mempunyai tingkat kemampuan motivasi belajar sedang. Pengelompokan kategori tersebut dapat dilihat dari hasil *frequency* dengan memakai program SPSS 22 for windows pada halaman lampiran.



**b) Post-test**

Skala motivasi belajar dalam riset ini terdiri dari 31 item pertanyaan yang dinilai memakai nilai 1-4. Nilai tertinggi yang dapat diberikan merupakan 4. Sedangkan nilai terendah merupakan 1, maka:

$$\text{Skor terendah} = 31 \times 1 = 31$$

$$\text{Skor tertinggi} = 31 \times 4 = 124$$

$$\text{Mean} = (124 + 31) / 2 = 77.5$$

$$\text{SD} = (124 - 31) / 6 = 15.5$$

Hasil olahan data menggunakan rumus kategori, sebagai berikut:

**Tabel 4.6**  
**Kategorisasi**

Skor	Frekuensi		Keterangan
	Jumlah	%	
$100.75 < X$	1	7.7%	Sangat Tinggi
$85.25 < X \leq 100.75$	2	15.4%	Tinggi
$69.75 < X \leq 85.25$	7	53.8%	Sedang
$54.25 < X \leq 69.75$	3	23.1%	Rendah
$X \leq 54.25$	0	0	Sangat Rendah

Data yang dapat diperoleh dari tabel diatas diketahui bahwa pada kelompok post-test eksperimen sebanyak 1 subjek penelitian dengan kategori sangat tinggi ( $100.75 < X$ ) dengan nilai persentase 7.7%, 2 subjek penelitian dengan kategori tinggi ( $85.25 < X \leq 100.75$ ) dengan nilai persentase 15.4%, 7 subjek dalam kategori sedang ( $69.75 < X \leq 85.25$ ) persentase 53.8%, 3 subjek penelitian dalam kategori rendah ( $54.25 < X \leq$

69.75) persentase 23.1%. persentase perolehan tertinggi (53.8%) diperoleh pada kategori sedang, sehingga data menyimpulkan bahwa sebagian siswa mempunyai tingkat kemampuan motivasi belajar sedang. Pengelompokan kategori tersebut dapat dilihat dari hasil *frequency* dengan menggunakan program SPSS 22 *for windows* pada halaman lampiran.

## 2) (Kelompok Kontrol atau Tanpa Perlakuan) Penelitian tentang Variabel Motivasi Belajar

Tabulasi hasil statistik deskriptif SPSS sebagai berikut:

**Tabel 4.7**  
**Deskriptif Statistik**  
**Descriptive Statistics**

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Pre-Test Kontrol	13	52	50	102	886	68.15	12.954	167.808
Post-Test Kontrol	13	60	40	100	966	74.31	17.356	301.231
Valid N (listwise)	13							

Data diatas menunjukkan masing-masing jumlah responden (N) kelompok kontrol 13 siswa yang mengisi kuesioner motivasi belajar. Dapat dilihat nilai minimum pada pre-test 50, maximum 102, nilai rata-rata (mean) 68.15, dan standar deviasi 12.954. Sedangkan pada nilai minimum post-test 40, maximum 100, mean 74.31, dan standar deviasi 17.356.

### a) *Pre-test*

Skala motivasi belajar dalam riset ini terdiri dari 31 item pertanyaan yang dinilai memakai skala 1-4. Nilai tertinggi

yang dapat diberikan merupakan 4. Sedangkan nilai terendah ialah 1, maka:

$$\text{Skor terendah} = 31 \times 1 = 31$$

$$\text{Skor tertinggi} = 31 \times 4 = 124$$

$$\text{Mean} = (124 + 31) / 2 = 77.5$$

$$\text{SD} = (124 - 31) / 6 = 15.5$$

Hasil olahan data menggunakan rumus kategori, sebagai berikut:

**Tabel 4.8**  
**Kategorisasi**

Skor	Frekuensi		Keterangan
	Jumlah	%	
$100.75 < X$	1	7.7%	Sangat Tinggi
$85.25 < X \leq 100.75$	0	0	Tinggi
$69.75 < X \leq 85.25$	4	30.8%	Sedang
$54.25 < X \leq 69.75$	6	46.2%	Rendah
$X \leq 54.25$	2	15.4%	Sangat Rendah

Data yang dapat diperoleh dari tabel diatas mengungkapkan bahwa pada kelompok pre-test kontrol sebanyak 1 subjek penelitian dalam kategori sangat tinggi ( $100.75 < X$ ) dengan nilai persentase 7.7%, 4 subjek dalam kategori sedang ( $69.75 < X \leq 85.25$ ) persentase 30.8%, 6 subjek penelitian dalam kategori rendah ( $54.25 < X \leq 69.75$ ) persentase 46.2%, 2 subjek penelitian dalam kategori sangat rendah ( $X \leq 54.25$ ) persentase 15.4%. Perolehan jumlah persentase terbanyak (46.2%) didapat dalam kategeori rendah, sehingga data disimpulkan bahwa sebagian siswa mempunyai

tingkat kemampuan motivasi belajar rendah. Pengelompokan kategori tersebut dapat dilihat dari hasil *frequency* dengan mempergunakan program SPSS 22 *for windows* pada halaman lampiran.

b) *Post-test*

Skala motivasi belajar dalam riset ini terdiri dari 31 item pertanyaan yang dinilai menggunakan skala 1-4. Skor tertinggi yang dapat diberikan merupakan 4. Sedangkan skor terendah ialah 1, maka:

$$\text{Skor terendah} = 31 \times 1 = 31$$

$$\text{Skor tertinggi} = 31 \times 4 = 124$$

$$\text{Mean} = (124 + 31) / 2 = 77.5$$

$$\text{SD} = (124 - 31) / 6 = 15.5$$

Hasil olahan data menggunakan rumus kategori, sebagai berikut:

**Tabel 4.9**  
Kategorisasi

Skor	Frekuensi		Keterangan
	Jumlah	%	
$100.75 < X$	0	0	Sangat Tinggi
$85.25 < X \leq 100.75$	3	23.1%	Tinggi
$69.75 < X \leq 85.25$	6	46.2%	Sedang
$54.25 < X \leq 69.75$	2	15.4%	Rendah
$X \leq 54.25$	2	15.4%	Sangat Rendah

Data yang dapat diperoleh dari tabel diatas diketahui bahwa pada kelompok post-test kontrol sebanyak 3 subjek penelitian dalam kategori tinggi ( $85.25 < X \leq 100.75$ ) dengan

nilai persentase 23.1%, 6 subjek dalam kategori sedang ( $69.75 < X \leq 85.25$ ) persentase 46.2%, 2 subjek penelitian dalam kategori rendah ( $54.25 < X \leq 69.75$ ) persentase 15.4%, 2 subjek penelitian dalam kategori sangat rendah ( $X \leq 54.25$ ) persentase 15.4%. Perolehan jumlah persentase terbanyak (46.2%) didapat pada kategori sedang, sehingga data diimpulkan bahwa sebagian siswa mempunyai tingkat kemampuan motivasi belajar sedang. Pengelompokan kategori tersebut dapat dilihat dari hasil *frequency* dengan mempergunakan program SPSS 22 for windows pada halaman lampiran.

### 3. Uji Persyaratan Analisis

Setelah melakukan uji instrument, langkah berikutnya melakukan pengolahan data. Secara rinci pengolahan data tersebut diuraikan sebagai berikut:

#### a. Uji Normalitas

Data uji normalitas dapat dikatakan normal jika memiliki nilai dengan tanda yang berdistribusi normal. Apabila nilai ( $\text{sig} > 0,05$ ), makanya nilai tersebut dapat dianggap normal. Namun demikian, apabila nilai ( $\text{sig} < 0,05$ ), makanya nilai tersebut dianggap tidak normal. Untuk melakukan uji kenormalan ini menggunakan SPSS 22 for windows dan uji statistic *Kolmogrov-Smirnov*. Berikut ialah hasil uji normalitas penelitian:

**Tabel 4.10**  
**Hasil Normalitas Kelompok Eksperimen**  
**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Pre-Test Eksperimen	Post-Test Eksperimen
N		13	13
Normal Parameters <sup>a,d</sup>	Mean	75.08	77.77
	Std. Deviation	8.046	12.696
Most Extreme Differences	Absolute	.159	.140
	Positive	.159	.140
	Negative	-.103	-.121
Test Statistic		.159	.140
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>	.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

**Tabel 4.11**  
**Hasil Normalitas Kelompok Kontrol**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Pre-Test Kontrol	Post-Test Kontrol
N		13	13
Normal Parameters <sup>a,d</sup>	Mean	68.15	74.31
	Std. Deviation	12.954	17.356
Most Extreme Differences	Absolute	.229	.162
	Positive	.229	.098
	Negative	-.137	-.162
Test Statistic		.229	.162
Asymp. Sig. (2-tailed)		.060 <sup>c</sup>	.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *Kolmogrov Smirnov* yang dilakukan pada data eksperimen dan kontrol, nilai tersebut berdistribusi normal. Sebab, nilai sig terhadap data *pretest* eksperimen diketahui  $0,200 > 0,05$ , nilai sig *posttest* eksperimen  $0,200 > 0,05$  dan nilai sig pada *pretest* kontrol  $0,060 > 0,05$ , nilai sig *posttest* kontrol  $0,200 > 0,05$ .

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dipergunakan untuk mengetahui variansi data dari *pre-test* kelas eksperimen dan *pre-test* kelas kontrol bersifat

homogenitas ataupun tidak. Berikut hasil data uji homogenitas *pretest* eksperimen dan *pretest* kontrol:

**Tabel 4.12**  
**Hasil Uji Homogenitas**  
**Test of Homogeneity of Variances**  
Pretest

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.300	1	24	.589

**ANOVA**

Pretest

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	311.538	1	311.538	2.679	.115
Within Groups	2790.615	24	116.276		
Total	3102.154	25			

Dari hasil uji homogenitas pada SPSS 22 *for windows* diketahui nilai signifikansi pada *Anova* adalah  $0.115 > 0.05$ , sehingga bisa disimpulkan bahwa variansi data pre-test eksperimen dan *pre-test* kontrol ialah sama ataupun homogen.

#### 4. Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis merupakan langkah mempersiapkan kebenaran yang diterima ataupun ditolak terhadap hipotesis yang diajukan pada penelitian. Hipotesis penelitian diajukan di bawah ini:

$H_0$  : Tidak ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas.

$H_a$  : Ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas.

Uji normalitas dan homogenitas digunakan dalam uji asumsi, kemudian dilakukan uji-t dengan membandingkan data yang terkumpul

sebelum dan sesudah dilakukan uji untuk mengetahui hasil uji t. Uji ini menguji signifikansi perbedaan rata-rata antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan rumus uji T (*Independent Sample T Test*). Berikut ialah temuan dari data uji hipotesis:

**Tabel 4.13**  
**Hasil Uji Hipotesis Uji T *Independent***  
**Group Statistics**

	Kelas	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
N_Gain Score	Eksperimen	13	2.6923	9.59500	2.66118
	Kontrol	13	6.1538	20.04930	5.56067

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	T	df
N_Gain Score	Equal variances assumed	5.212	.032	-.562	24
	Equal variances not assumed			-.562	17.223

**Independent Samples Test**

Mean Difference	Std. Error Difference	Sig. (2-tailed)	95% Confidence Interval of the Difference	
			Lower	Upper
-3.46154	6.16465	.580	-16.18476	9.26168
-3.46154	6.16465	.582	-16.45502	9.53194

Dalam tabel output *group statistic* diatas nilai Mean *N-Gain score* kelompok eksperimen ialah 2.6923 dapat dikatakan rendah dan nilai Mean *N-Gain score* dalam kelompok kontrol ialah 6.1538 dapat dikatakan sedang. Maka dapat dikatakan secara deskriptif statistik, bahwa terdapat perbedaan antar kelompok *treatment* (eksperimen) dan kelompok yang tidak diberikan *treatment* (kontrol). Artinya perubahan nilai bukan karena



perlakuan hipnoterapi dan nilai kelompok kontrol lebih besar dari pada perubahan kelompok eksperimen.

Berikutnya, untuk mengetahui apakah perbedaan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tersebut dikatakan signifikan atau tidak. Dapat dilihat pada tabel *independent samples test* diatas, diketahui nilai signifikan pada bagian *Leven's Test for Equality of Variances* ialah  $0,032 < 0,05$  bisa disimpulkan bahwasannya variansi data N-Gain untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ialah tidak homogen. Sehingga uji *independent sampel t-test* untuk N-Gain pada nilai signifikan ini terdapat dalam tabel *Equal variances not assumed*.

Dari hasil output *independent samples test* diketahui nilai signifikan (2-tailed) adalah sebesar 0,582. Nilai  $0,582 > 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok

eksperimen dan kelompok kontrol. Hipotesis pada penelitian ini berbunyi, sebagai berikut:

$H_0$  : “Tidak ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas”, diterima.

$H_a$  : “Ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas”, ditolak.

#### a. Uji Hipotesis Tambahan

Tujuan dari uji hipotesis tambahan ini ialah untuk membuktikan hipotesis yang diajukan. Setelah mengetahui hasil hipotesis dengan menggunakan uji *independent sampel test*  $H_0$

diterima dan  $H_a$  ditolak, agar mendapatkan hasil hipotesis kelompok eksperimen yang lebih kuat maka dengan menggunakan cara uji-t dependent yakni menganalisis data *pretest-posttest* kelompok eksperimen. Berikut hasil hipotesis yang telah di uji dengan menggunakan bantuan SPSS 22:

**Tabel 4.14**  
**Hasil Hipotesis Uji Dependent**  
**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pre-testEksperimen	75.08	13	8.046	2.232
Post-testEksperimen	77.77	13	12.696	3.521

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pre-testEksperimen Post-testEksperimen	13	.655	.015

		Paired Differences		
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre-testEksperimen Post-testEksperimen	-2.692	9.595	2.661

95% Confidence Interval of the Difference		T	Df	Sig. (2-tailed)
Lower	Upper			
-8.491	3.106	-1.012	12	.332

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil uji analisis dependent sebesar nilai signifikan (2-tailed) 0,332. Nilai  $0,332 > 0,05$  maka tidak ada perubahan yang signifikan dan menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh *treatment* hipnoterapi dalam peningkatan motivasi belajar.

#### D. Pembahasan

Dalam penelitian ini, program SPSS 22 *for windows* digunakan sebagai alat bantu analisis data. Metode uji yang digunakan adalah uji T, untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas. Hal ini menunjukkan bahwa, temuan uji T  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak berdasarkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian. Hasil tersebut diperoleh dari pengolahan data pada *pretest-posttest*. Dapat disimpulkan bahwa hipnoterapi tidak menghasilkan peningkatan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas.

Hasil analisis *Independent Sampel t-test* memperlihatkan bahwa nilai signifikansi (2-tailed) yakni 0,582. Tidak ada perbedaan yang signifikansi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dengan nilai  $0,582 > 0,05$ . Dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada perubahan nilai akibat mendapat perlakuan hipnoterapi karena rata-rata *N-Gain score* dalam kelompok kontrol lebih tinggi daripada kelompok eksperimen. Dengan demikian, hipotesis dapat dirumuskan antara lain:

$H_0$  : “Tidak ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas”, diterima.

$H_a$  : “Ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas”, ditolak.

$H_a$  ditolak, karena sebagian besar siswa MTs Mifahul Mubtadiin tinggal di Pesantren. Berdasarkan hasil wawancara dari beberapa siswa,

kurang mendapatkan peran orang tua dalam meningkatkan semangat belajar.<sup>75</sup> Orang tua siswa banyak yang bekerja menjadi TKI dan ketika siswa pulang dari pesantren perlu mendapatkan perhatian dari orang tua. Seharusnya, ketika di sekolah sudah diberikan perlakuan treatment hipnoterapi terdapat peningkatan motivasi dalam diri siswa, namun ternyata tidak terdapat peningkatan motivasi. Sehingga, ketika siswa dirumahpun orangtua juga ikut serta dalam membantu untuk mendorong motivasi belajarnya, agar siswa dapat terdorong. Terdapat pula dari beberapa siswa bahwa tidak ada kemauan dalam dirinya untuk meningkatkan motivasi belajar.

Motivasi mempunyai peranan penting pada suatu pencapaian yang diinginkan. Motivasi dapat dikatakan sebagai suatu dorongan yang keluar dalam diri manusia sehingga akan melaksanakan tindakan secara sadar ataupun tidak sadar. Mc.Donald mengatakan motivasi ialah sesuatu perubahan tenaga pada diri manusia yang ditandai munculnya perasaan (afektif) dan respon untuk menggapai tujuan.<sup>76</sup> Sardiman A.M, menyebutkan jenis motivasi belajar intrinsik yang timbul dari dalam diri individu dan semangat belajar ekstrinsik yang timbul karena adanya pengaruh dari luar diri manusia.<sup>77</sup> Dengan demikian betapa pentingnya motivasi belajar pada diri siswa supaya dapat mencapai tujuan yang digapai.

Kemampuan belajar siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan metode hipnoterapi. Hipnoterapi adalah suatu bidang dalam ilmu psikologi

<sup>75</sup> Siswa MTs, di wawancarai oleh penulis, Banyuwangi, 18 Mei 2023.

<sup>76</sup> Hasbullah & Zainudin, "Penerapan Motivasi Belajar Santri Di Pondok Pesantren Miftahul Ishlah Tembelok Menurut Hamzah B.Uno", Jurnal Pendidikan Islam Vol. 11, No. 2 (2020), 21.

<sup>77</sup> Sardiman A.M, *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*, 89-91.

yang memfokuskan pada penggunaan sugesti sebagai alternative dalam mengatasi masalah yang berkaitan pikiran, perilaku dan perasaan individu. Hal ini dilakukan dengan menerapkan kata-kata yang membangkitkan semangat pada pikiran individu.

Hipnoterapi akan mengaplikasikan sebuah aplikasi yaitu relaksasi pikiran (*trance hypnosis*). Ketika memasuki kondisi *trance* konseli akan dibimbing agar siap untuk mendapat sugesti yang diberi oleh hipnoterapis, disaat dalam keadaan *hypnosis*, pikiran alam bawah sadar konseli hendak diberikan sugesti yang tepat untuk menyembuhkan hambatan psikologis ataupun dapat digunakan untuk mengubah perilaku. Sehingga pikiran serta perasaan supaya jadi lebih baik.<sup>78</sup>

Neil dan Strok mengemukakan hipnoterapi, sesuatu yang dapat menjauhkan pikiran negatif dan dapat membantu konseli menerima pikiran positif. Sedangkam hipnoterapi menurut Bradford dapat mengatasi stress akademik, meningkatkan motivasi belajar, mengatasi kebiasaan buruk konseli dan dapat memperkuat memori otak.<sup>79</sup>

Berdasarkan temuan penelitian yang dilengkapi dengan teori motivasi belajar dan hipnoterapi yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat peningkatan motivasi belajar setelah diberikan treatment hipnoterapi pada siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas.

---

<sup>78</sup> Toni Setiawan, *Hipnotis & Hipnoterapi*, (Jogjakarta: GARASI, 2009), 179-180.

<sup>79</sup> Toni Setiawan, 188.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai “pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas”, dapat disimpulkan bahwa tidak adanya pengaruh *treatment* hipnoterapi dalam peningkatan motivasi belajar. Hasil data uji analisis *Independent Sampel T-Test* diketahui nilai signifikan (2-tailed) sebesar 0,582. Nilai  $0,582 > 0,05$  menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Namun, ketika membandingkan nilai Mean *N-Gain score* dalam kelompok eksperimen dan kontrol, nilai eksperimen sebesar 2.6923 dapat dikatakan rendah dan nilai Mean *N-Gain score* dalam kelompok kontrol adalah 6.1538 yang dapat dikatakan sedang. Hasilnya, perubahan pada kelompok kontrol lebih besar daripada perubahan kelompok eksperimen, hal ini menunjukkan bahwa hipnoterapi tidak memberikan perubahan nilai. Dengan hipotesis yang berbunyi “ada Pengaruh Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas”, ditolak.

Hasil wawancara dari beberapa siswa,  $H_a$  ditolak dikarenakan kurangnya peran orang tua dan kemaun pada diri peserta didik untuk meningkatkan motivasi belajar.

## B. Saran-Saran

Dari hasil penelitian yang telah disajikan, maka sebagai penulis ingin memberikan beberapa saran. Adapun saran yang dapat diberikan oleh penulis, sebagai berikut:

### 1. Bagi MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas

Diharapkan madrasah dapat melihat keadaan layanan bimbingan konseling dan memberikan ruang khusus terhadap proses konseling, agar peserta didik lebih merasa nyaman dan terjaga kerahasiaan yang dialami.

### 2. Bagi Guru Bimbingan Konseling MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas

Diharapkan guru bimbingan konseling ahli hipnoterapi dapat melaksanakan hipnoterapi secara terjadwal, untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Namun tidak hanya pada peningkatan motivasi belajar saja, akan tetapi dalam permasalahan lain yang dialami peserta didik seperti perilaku menyimpang, kurang percaya diri dan lain-lain.

### 3. Bagi Peserta Didik MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas

Diharapkan motivasi belajar terus meningkat sehingga harapan yang diinginkan dapat terwujud.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan penelitian ini, sebagai bahan literatur dan lebih mengembangkan wawasan yang ditemukan oleh penulis atau bahkan menemukan permasalahan baru. Serta dapat menggunakan metode lain, agar dapat berpengaruh.

## DAFTAR PUSTAKA

### BUKU

- A.M, Sardiman. *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2012.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 1993.
- Baskoro, Danang Setyo Budi. *Hypnotherapy Mastery*. Sastra Jendral Media, 2019.
- Busran. *Meningkatkan Motivasi Belajar Matematika Siswa melalui Pembelajaran dengan Pendekatan Problem Posing*. NEM, 2021.
- Darma, Budi. *Statiska Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji f, R2)*. Jakarta: Guepedia, 2021.
- Elias, Ack. *Hipnosis dan Hipnoterapi Transpersonal/NLP*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2006.
- Gunawan, Adi W. *Hypnotherapy The Art of Subconscious Restructuring*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2010.
- Haryanto. *Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar dengan Two Stay Two Stray*. Lombok tengah: Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia, 2022.
- Isnawati, Ruslia. *"Hipnoterapi"*. Surabaya: CV. Jakad Medis Publishing, 2022.
- Kahija, YF La Kahija. *Hipnoterapi: Prinsip-Prinsip Dasar Praktik Hipnoterapi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2007.
- Navis,Akbar, Ali. *Sukses UN dengan Hipnoterapi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz, 2014.
- Ovan dan Andika. *CAMI: Aplikasi Uji Validitas dan Relibilitas Instrumen Peneltian Berbasis Web*. Sulawesi Selatan: Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia, 2020.
- Payadnya, Putu Ade dan Gusti Agung Ngurah Trisna Jayantika. *Panduan Penelitian Eksperimen Beserta Analisis Statistik dengan SPSS*. Yogyakarta: CV Budi Utama, 2018.
- Penyusun, Tim. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Jember: UIN KHAS Jember Press, 2021.



Setiawan, Toni. *Hipnotis & Hipnoterapi*. Jogjakarta: GARASI, 2009.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2016.

Tasalim, Rian dan Laily Widya Astuti. *Terapi Komplementer*. Banjarmasin: Guepedia, 2021.

Uno, Hamzah B. *Teori Motivasi dan Pengukurannya Analisis di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara, 2016.

Makki, Ali. *Pengantar Dasar Psikologi*. Jember: STAIN Jember Press, 2013.

## SKRIPSI

Hayat, Nahrul. Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Berprestasi Atlet BuluTangkis Walisongo Sprot Club (WSC) Semarang. Skripsi, UIN Walisongo Semarang, 2020.

Husna, Ayis Sa'idatul. Penerapan Metode Hipnoterapi Dalam Menangani Perilaku Menyimpang Peserta Didik Di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Muftadiin Sumberberas Muncar Banyuwangi. Skripsi, UIN Khas Jember, 2022.

Lisnawati, Agustin. "Penerapan Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa". Skripsi, IAIN Jember, 2020.

Siska, Rifki Ainur. Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Jombatan Wilayah Keja Puskesmas Jabon. Skripsi, Insan Cendekia Media, 2018.

## JURNAL

Afrizawati, M. Sidik, Afriyani. Pengaruh Penggunaan Metode Bercerita Dalam Bimbingan dan Konseling Terhadap Motivasi Belajar Siswa SMP Islam Intergal Luqman Al Hakim Batam. *Jurnal As-Said*, Vol.1, No.2 (2021): 27.

Amaliyah, Marisa. Analisis Kesulitan Belajar dan Faktor-Faktor Kesulitan Belajar IPA Siswa SMP Negeri 4 Singaraja. Vol. 4, No. 1 (April 2021): 91.

Amanda, Enno Aldea, Satrijo Budiwibowo, Nik Amah. Pengaruh Budaya Organisasi Terhadap Kinerja Karyawan di PDAM Tirta Taman Sari Kota Madiun. *Jurnal Akutansi dan Pendidikan*, Vol.6, No.1 (April 2017): 5.

Arianti. Peranan Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Kependidikan*, Vol.12, No.2 (Desember, 2018): 129.

Cahyadi, Ashadi. Metode Hipnoterapi Dalam Merubah Perilaku. *Jurnal Syi'ar*, Vol. 17, No. 2 (Agustus, 2017): 81-82.

Hasbullah & Zainudin. Penerapan Motivasi Belajar Santri Di Pondok Pesantren Miftahul Ishlah Tembelok Menurut Hamzah B.Uno. *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 11, No. 2 (2020): 21.

Hasibun, Muhammad Taufik dan Hendry Kiswanto Mendrofa. Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Stres Belajar Mahapeserta didik di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kota Medan. *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi (JKF)*, No.1, (Oktober, 2019), 45.

<https://www.spssindonesia.com/2016/08/cara-uji-paired-sample-t-test-dan.html>

<https://www.spssindonesia.com/2019/04/cara-menghitung-n-gain-score-spss.html>

<https://nitafitria.wordpress.com/2008/12/09/hipnoterapi-dapat%02meningkatkan-prestasi%20belajar/>

Laia, Betari, Kaminudin Telaumbanua, Saselanus Fau. Kontribusi Motivasi Dan Minat Belajar Terhadap Kemampuan Berbicara Bahasa Inggris Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling STKIP Nias Selatan. *Jurnal Education and developmen*, Vol. 6, No. 1, (Oktober 2018): 76.

Margiyati, Fitri Wahyuni. Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Tingkat Ketergantungan Rokok pada Perokok Aktif. *Jurnal Sisthana*, Vol. 7, No. 1 (Maret 2022): 23.

M, Muhammad Aldy, Muswardi Rosra, Redi Eka Andriyanto. *Hubungan Teman Sebaya Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa*. (Agustus, 2019): 12.

Muhammad, Amirzan, Fakrurrazi. Pengaruh Kepemimpinan Guru PJOK Terhadap Kondisi Mental Atlet Dalam Mengikuti Kompetisi Olahraga (Penelitian Pada SMA Negeri 2 Dellima). *Jurnal Pendidikan dan Keguruan*, Vol.3 No.4, (1 Februari 2023): 257.

Naibaho, Sri Wahyuni, Rahmatika Elindra, Eva Yanti Siregar. Analisis Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Motivasi Belajar Siswa MTs Negeri 1 Tapanuli Tengah Disaat Pandemi Covid-19. *Jurnal MathEdu*, Vol. 4, No. 2 (Juli 2021): 305.

Nasution, Nur Cahaya. Dukungan Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar. 163-165.

Nasution, Sangkot. "Variabel Penelitian". *Jurnal Raudhah*, Vol. 05, No. 02 (Juli-Desember 2017): 2.

Noviantil, Chatarina, Berty Sadipun, John M Balan. Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Peserta Didik. *SPEJ (Science and Phsics Education Journal)*, Vol. 3, No. 2, (Juni 2020): 59.

Nuraish, Imas Masroh, Heris Hendriana, Ecep Supriatna. Gambaran Motivasi Belajar Pada Siswa SMP PGRI 1 Cianjur. *Jurnal Fokus*, Vol. 5, No. 1 (Januari 2022): 21.

Patilima, Sarlin. Sekolah Penggerak Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Pendidikan. (25 November 2021): 228-229.

Perpustakaan Nasional Republik Indonesia. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 3 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Qur'an Kemenang, *Surat Al-'Alaq* 1-5.

Qur'an Kemenag, *Surat Al Mujadalah* (58): 11.

Sari, Diana. Peran Orang Tua Dalam Memotivasi Belajar Siswa. (November, 2017): 42.

Sahdani, Widyastuti, Ahmad Ridfah. Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Kecemasan (*Anxiety*) Akibat Pandemi Covid-19 Di Kota Makassar. *Jurnal Empati*, Vol. 12, No. 01 (Februari 2023): 78-82.

Wendari, Weni Nur, Aip Badrujaman, Atiek Sismiati S. Profil Permasalahan Siswa Menengah Pertama (SMP) Negeri Di Kota Bogor. *Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol.5, No.1 (Juni 2016): 134-135.

Zain, Nisful Laily. Strategi Komunikasi Persuasif Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Nomosleca*, Vol.3, No.2 (Oktober, 2017): 596.

## PERYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ngainun Naazah  
NIM : D20193109  
Jurusan/Prodi : Pemberdayaan Masyarakat Islam/Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah  
Institusi : Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas” secara keseluruhan merupakan hasil penelitian yang dilakukan oleh saya sendiri, kecuali bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Apabila kemudian hari ternyata hasil penelitian ini terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 11 Juni 2023  
Saya Yang Menyatakan



Ngainun Naazah  
D20193109

K

Lampiran 1: Matrik Penelitian

**MATRIK PENELITIAN**

Judul	Variabel	Indikator	Rumusan Masalah	Sumber Data	Metode Penelitian	Hipotesis
Pengaruh Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII MTS Miftahul Mubtadiin Sumberberas.	1. Hipnoterapi (X)	<ol style="list-style-type: none"> <li>Adanya relaksasi</li> <li>Kemauan dalam mengikuti nasehat dengan penuh keyakinan</li> <li>Regulasi diri dan normalisasi sistem saraf pusat</li> <li>Peningkatan selektivitas dan kepekaan terhadap rangsangan luar dorongan luar</li> <li>Lemahnya sistem pertahanan psikis</li> </ol>	Adakah pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas?	Responden penelitian ini adalah siswa kelas VIII-3 MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Pendekatan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif <i>True Experimental</i>.</li> <li>Teknik pengambilan data yang digunakan adalah teknik <i>sampling purposive (nonprobability sampling)</i>.</li> <li>Metode pengambilan data menggunakan instrument penelitian skala motivasi belajar dari teori sardiman.</li> </ol>	<p>H0: Tidak ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas.</p> <p>Ha: Ada pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas.</p>

	<p>2. Motivasi Belajar (Y)</p>	<p>a. Dapat mempertahankan pendapatnya.</p> <p>b. Tidak mudah melepaskan hal yang diyakini itu.</p> <p>c. Lebih suka bekerja mandiri.</p> <p>d. Cepat bosan pada tugas yang rutin.</p> <p>e. Ulet menghadapi kesulitan.</p> <p>f. Menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah.</p> <p>g. Tekun menghadapi tugas.</p> <p>h. Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal.</p>				
--	--------------------------------	---	--	--	--	--

## Lampiran 2: Skala Uji Coba Motivasi Belajar

### KUESIONER MOTIVASI BELAJAR

Nama :

Jenis kelamin :

#### Petunjuk Pengisian Kuesioner:

1. Isilah data diri anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Bacalah semua pertanyaan dengan teliti, kemudian jawablah sesuai dengan keadaan diri anda. Berilah tanda centang (✓) pada pilihan anda (a, b, c, atau d). Keterangan pilihan jawaban adalah:
  - a. Jika pertanyaan tersebut Sangat Setuju dengan keadaan diri anda
  - b. Jika pertanyaan tersebut Setuju dengan keadaan diri anda
  - c. Jika pertanyaan tersebut Kurang Setuju dengan keadaan diri anda
  - d. Jika pertanyaan tersebut Tidak Setuju dengan keadaan diri anda
3. Jika anda melakukan kekeliruan dalam memilih jawaban, anda cukup memberikan tanda 2 garis horizontal (=) pada pilihan jawaban yang salah, lalu memberi tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang benar atau yang baru.
4. Jawaban anda, tidak menuntut jawaban benar atau salah dan tidak berhubungan dengan penilaian.
5. Jawaban akan dirahasiakan oleh peneliti.
6. Setelah selesai memilih jawaban, telitilah kembali agar tidak ada pertanyaan yang terlewatkan.
7. Selamat mengerjakan dan terimakasih atas perhatian serta kesediaan anda untuk mengisi kuesioner ini.

- 
1. Saya selalu semangat mengerjakan tugas/PR yang telah diberikan oleh guru.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  2. Saya tetap bersemangat mengikuti pelajaran, mulai jam pertama sampai jam terakhir, walaupun membosankan.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  3. Pada jam istirahat, saya mengunjungi perpustakaan untuk belajar.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  4. Saya setiap malam belajar.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  5. Saya tidak akan belajar, jika tidak mendapatkan tugas dari guru.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  6. Ketika ada teman yang mengajak membolos, dengan senang hati saya mengikuti ajakannya.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  7. Karena hari ini ada pelajaran yang tidak saya sukai, maka saya tidak berangkat ke sekolah.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  8. Saya mengerjakan tugas sendiri yang telah diberikan oleh bapak/ibu guru.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  9. Saya lebih fokus mengerjakan tugas sendiri daripada bersama dengan teman.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju



- 
10. Dalam mengerjakan tugas, saya mencontek milik teman.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
11. Saya lebih suka bermain daripada belajar kelompok.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
12. Saya tidak mencontek jawaban milik teman karena saya percaya dengan jawaban saya sendiri.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
13. Ketika bapak atau ibu guru memberikan pertanyaan, saya akan berusaha menjawab.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
14. Saya akan bertanya kepada bapak atau ibu guru, jika ada pelajaran yang belum saya pahami.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
15. Perasaan takut salah dapat membuat saya tidak berani memecahkan soal di depan kelas.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
16. Ketika teman tidak dapat menjawab pertanyaan dari guru, saya berusaha membantu untuk menjawab.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
17. Apakah kalian sering izin ke kamar mandi ketika waktu pelajaran berlangsung.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju

18. Saya hadir dikelas tepat waktu ketika belajar mata pelajaran yang saya senangi.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
19. Ketika disekolah mengadakan lomba, saya selalu mengikuti.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
20. Apabila dalam buku pelajaran ada soal yang belum dikerjakan maka saya akan mengerjakannya.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
21. Saya senang jika mendapat tugas dari guru.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
22. Saya senang belajar karena bapak atau ibu guru mengajar dengan berbagai cara.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
23. Saya senang belajar karena pada saat pembelajaran dibentuk kelompok-kelompok.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
24. Kegiatan belajar sangat membosankan karena guru hanya menjelaskan materi dengan berceramah saja.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
25. Saya bosan dengan tugas yang berulang-ulang.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju

26. Saya senang ketika guru menggunakan permainan saat pembelajaran berlangsung.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
27. Ketika saat pembelajaran hanya mencatat, saya merasa bosan.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
28. Jika nilai pelajaran saya jelek, saya akan terus rajin belajar agar nilai saya menjadi lebih baik.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
29. Jika ada tugas yang sulit maka saya tidak mengerjakannya.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
30. Apabila saya menemukan tugas/ soal yang sulit maka saya akan berusaha mengerjakan sampai menemukan jawabannya.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
31. Saya merasa sedih jika mendapatkan nilai jelek.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
32. Saya malu ketika terlambat sekolah.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
33. Saya berusaha membuat jadwal belajar.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
34. Ketika belajar, saya perlu mendengarkan musik.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju

35. Ketika saya memiliki masalah, saya akan tetap belajar.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
36. Saya malas belajar, ketika memiliki banyak masalah.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
37. Saya akan membentuk kelompok belajar dengan teman-teman untuk belajar bersama.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
38. Ketika saya tidak memahami pelajaran, saya berusaha mencari tahu.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
39. Saya akan rajin belajar agar dapat menggapai cita-cita yang saya inginkan.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
40. Saya malas berangkat kesekolah ketika hujan turun.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
41. Saya lebih senang mengerjakan tugas bersama teman-teman daripada mengerjakan sendiri.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
42. Saya berusaha memperhatikan semua yang disampaikan oleh bapak/ibu guru.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
43. Saya tidak mencatat materi penting yang telah diberikan oleh guru.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju

44. Jika saya kesulitan dalam mengerjakan tugas, maka saya akan bertanya kepada teman-teman atau kakak.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
45. Terlambat dalam mengerjakan tugas merupakan hal biasa bagi saya.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
46. Saya berani mengerjakan tugas di papan tulis, meskipun itu benar ataupun salah.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
47. Saya mengerjakan tugas tidak 100% benar
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
48. Saya akan selalu menerima nilai berapapun pada saat mengerjakan tugas, walaupun nilai saya jelek.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
49. Saya selalu tidak konsentrasi dalam belajar.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
50. Saya mengulangi pelajaran sekolah di rumah.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju

Lampiran 3: Tabulasi Data Uji Coba Skala Motivasi Belajar

No	Jawaban Aitem Pertanyaan																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
1	2	4	2	3	3	4	4	2	2	3	2	3	4	4	1	4	4	2	4
2	2	3	1	1	4	1	4	4	3	1	1	4	3	3	3	4	2	1	2
3	1	3	2	1	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3
4	2	2	1	1	3	3	4	2	2	2	3	2	4	3	2	2	2	1	4
5	2	3	1	1	3	1	2	4	2	2	2	4	2	3	3	2	2	1	3
6	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2
7	2	3	2	2	3	3	4	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	4
8	1	2	1	1	3	2	3	4	4	3	3	3	3	2	1	3	3	2	1
9	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	1	4	3	4	3	3	3	1	4
10	2	3	1	1	2	2	4	2	2	2	1	2	4	3	4	3	4	3	1
11	2	2	2	1	3	2	2	2	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2
12	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3
13	3	3	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3
14	3	4	2	3	3	2	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	1	3
15	2	3	3	1	1	2	4	2	2	1	1	2	3	3	2	3	1	1	1
16	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2
17	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	1	2
18	2	3	1	1	3	2	3	1	2	2	3	3	4	3	2	1	2	2	1
19	2	3	1	2	2	4	4	1	1	1	3	2	2	3	2	3	3	1	3
20	2	2	1	2	2	2	4	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	1	4
21	2	3	2	2	3	4	4	2	2	3	3	4	4	3	3	4	4	2	3
22	2	3	1	3	4	3	4	1	4	1	4	3	4	1	1	4	2	3	1
23	4	3	1	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3

24	3	3	2	2	2	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2
25	3	4	1	1	3	3	4	2	2	2	3	2	4	2	2	3	2	1	4
26	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	1	2

Jawaban Aitem Pertanyaan																				
20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
3	1	4	3	3	1	4	1	4	3	3	1	1	2	4	4	3	2	2	4	3
3	3	4	2	1	1	4	1	4	3	4	3	1	4	4	3	1	3	1	4	3
2	1	4	3	1	2	4	1	2	2	2	3	3	1	1	1	2	2	3	3	1
2	2	4	2	2	1	2	1	3	3	3	4	4	3	4	1	1	2	3	4	1
3	1	4	3	1	4	4	4	4	4	2	4	2	3	4	1	1	4	4	4	4
2	1	3	1	2	2	4	1	2	3	3	2	3	3	1	3	2	2	3	2	2
2	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	1	3	3	3	2	3	3
2	2	2	3	2	2	4	1	3	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	3	2
3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	1	2	3	4	1	4	3
1	2	3	1	4	2	4	2	3	2	2	1	1	3	1	3	3	1	2	3	1
2	2	2	1	4	4	4	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2
2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	4	2	3	3
3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	2	4	4
3	3	4	3	2	2	4	3	4	3	4	4	3	3	1	4	4	3	1	4	3
1	2	3	2	2	3	4	3	4	4	3	1	2	4	3	3	4	1	2	4	2
2	1	3	3	1	2	4	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3
3	2	4	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	2
3	2	3	1	1	1	3	2	4	2	1	2	2	2	1	3	3	4	2	3	3
2	1	4	2	2	3	4	2	3	4	3	3	3	2	1	1	3	2	2	3	2
3	2	3	4	4	1	4	1	2	2	2	4	4	4	1	1	1	3	3	3	2

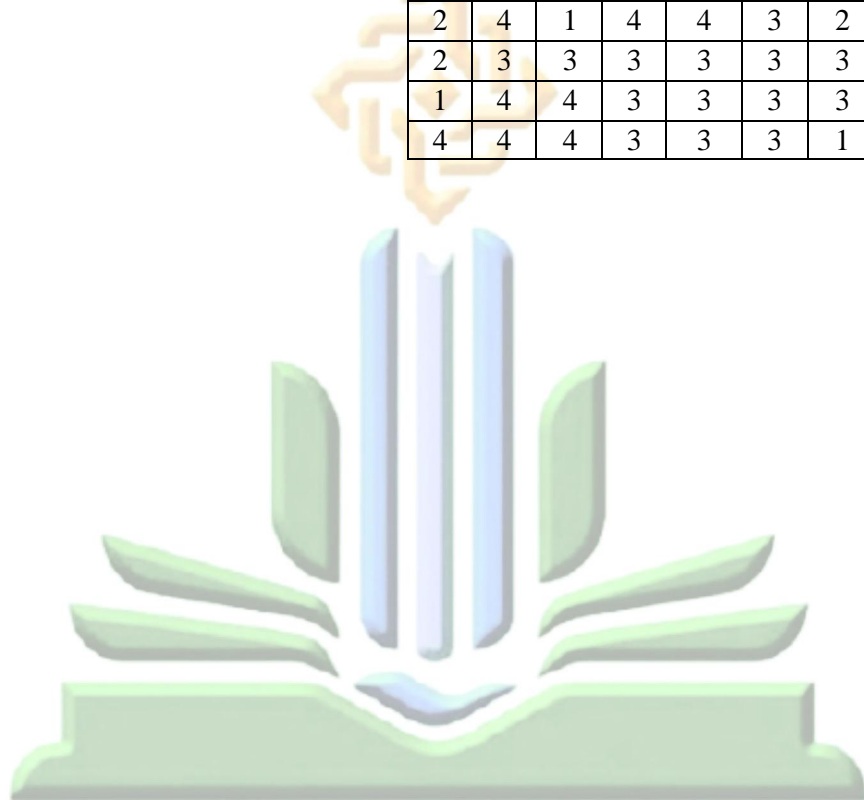
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ**  
**JEMBER**

2	2	3	2	2	2	3	1	4	4	3	2	2	2	1	2	3	3	1	4	4
1	1	3	1	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	3	4
3	3	4	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	1	3	4	3	1	4	3
2	2	4	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2
4	2	2	4	2	1	4	3	4	3	3	4	4	3	1	1	2	2	3	4	3
3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	1	2	2	3	4	3	1	3	3

Jawaban Aitem Pertanyaan										
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	TOTAL
1	3	2	4	1	1	1	1	4	1	132
1	4	4	3	3	3	1	1	3	2	129
3	3	2	3	1	2	2	2	2	1	112
1	4	3	4	1	2	2	2	2	1	119
1	2	3	1	1	1	1	2	4	1	125
2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	109
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	142
2	3	4	3	4	1	2	2	2	1	114
3	3	4	3	3	4	1	2	3	2	149
2	3	3	4	1	3	2	1	3	1	114
2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	108
2	3	4	3	3	3	2	2	3	4	140
2	4	4	3	4	3	4	2	3	3	157
2	4	4	4	4	4	4	2	4	3	160
2	1	2	2	2	3	3	2	3	2	117
1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	114
2	3	4	3	3	1	2	2	3	2	128



1	3	3	1	2	2	2	2	4	1	110
2	3	4	3	3	1	2	2	3	2	120
1	3	4	4	1	1	4	1	1	1	112
1	4	4	3	3	2	3	2	3	2	136
4	1	4	1	1	4	4	4	1	1	123
2	4	1	4	4	3	2	2	4	4	160
2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	134
1	4	4	3	3	3	3	3	2	1	134
4	4	4	3	3	3	1	1	1	2	142



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ**  
**JEMBER**

**Lampiran 4: Uji Validitas dan Uji Instrumen**

**Uji Validitas Skala Motivasi Belajar**

		Total
ITEM.01	Pearson Correlation	.732**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	26
ITEM.02	Pearson Correlation	.616**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	26
ITEM.03	Pearson Correlation	.335
	Sig. (2-tailed)	.094
	N	26
ITEM.04	Pearson Correlation	.637**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	26
ITEM.05	Pearson Correlation	.282
	Sig. (2-tailed)	.163
	N	26
ITEM.06	Pearson Correlation	.403*
	Sig. (2-tailed)	.041
	N	26
ITEM.07	Pearson Correlation	.194
	Sig. (2-tailed)	.343
	N	26
ITEM.08	Pearson Correlation	.509**
	Sig. (2-tailed)	.008
	N	26
ITEM.09	Pearson Correlation	.256
	Sig. (2-tailed)	.207
	N	26
ITEM.10	Pearson Correlation	.624**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	26
ITEM.11	Pearson Correlation	.445*
	Sig. (2-tailed)	.023
	N	26

ITEM.12	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.411* .037 26
ITEM.13	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.172 .400 26
ITEM.14	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.534** .005 26
ITEM.15	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.393* .047 26
ITEM.16	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.447* .022 26
ITEM.17	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.454* .020 26
ITEM.18	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-.016 .937 26
ITEM.19	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.422* .032 26
ITEM.20	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.440* .025 26
ITEM.21	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.670** .000 26
ITEM.22	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.494* .010 26
ITEM.23	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.433* .027 26

ITEM.24	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.241 .235 26
ITEM.25	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.363 .069 26
ITEM.26	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-.049 .811 26
ITEM.27	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.489* .011 26
ITEM.28	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.500** .009 26
ITEM.29	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.429* .029 26
ITEM.30	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.688** .000 26
ITEM.31	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.106 .608 26
ITEM.32	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.202 .321 26
ITEM.33	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.183 .371 26
ITEM.34	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-.038 .853 26
ITEM.35	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.433* .027 26

ITEM.36	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.537** .005 26
ITEM.37	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.438* .025 26
ITEM.38	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-.581** .002 26
ITEM.39	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.532** .005 26
ITEM.40	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.535** .005 26
ITEM.41	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.220 .281 26
ITEM.42	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.558** .003 26
ITEM.43	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.192 .348 26
ITEM.44	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.361 .070 26
ITEM.45	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.620** .001 26
ITEM.46	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.549** .004 26
ITEM.47	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.159 .437 26

ITEM.48	Pearson Correlation	.080
	Sig. (2-tailed)	.696
	N	26
ITEM.49	Pearson Correlation	.248
	Sig. (2-tailed)	.222
	N	26
ITEM.50	Pearson Correlation	.705**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	26
TOTAL	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	26

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

## Reliabilitas

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	26	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	26	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.869	50



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

## Lampiran 5: Skala Motivasi Belajar

### KUESIONER MOTIVASI BELAJAR

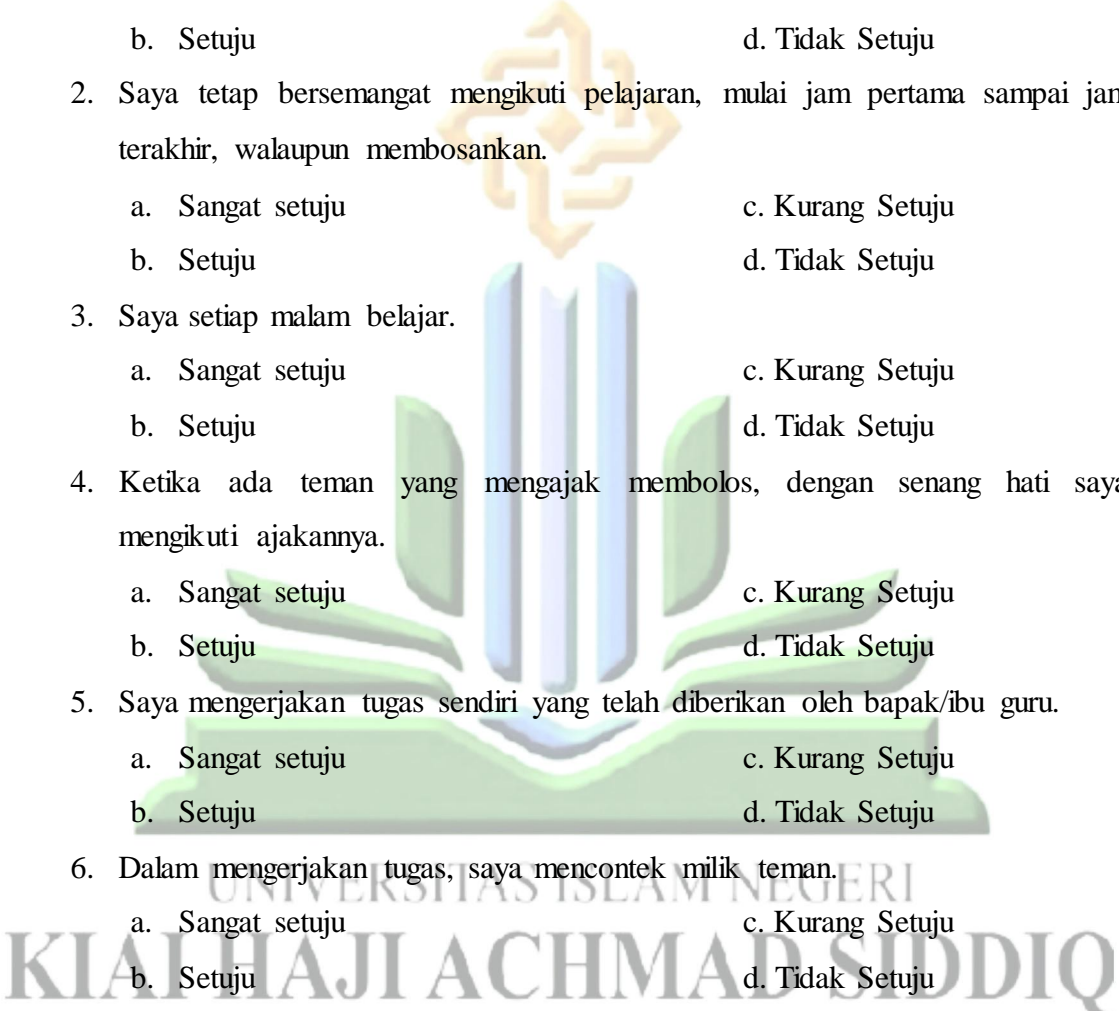
Nama :

Jenis kelamin :

Petunjuk Pengisian Kuesioner :

1. Isilah data diri anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Bacalah semua pertanyaan dengan teliti, kemudian jawablah sesuai dengan keadaan diri anda. Berilah tanda centang (✓) pada pilihan anda (a, b, c, atau d). Keterangan pilihan jawaban adalah:
  - e. Jika pertanyaan tersebut Sangat Setuju dengan keadaan diri anda
  - f. Jika pertanyaan tersebut Setuju dengan keadaan diri anda
  - g. Jika pertanyaan tersebut Kurang Setuju dengan keadaan diri anda
  - h. Jika pertanyaan tersebut Tidak Setuju dengan keadaan diri anda
3. Jika anda melakukan kekeliruan dalam memilih jawaban, anda cukup memberikan tanda 2 garis horizontal (=) pada pilihan jawaban yang salah, lalu memberi tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang benar atau yang baru.
4. Jawaban anda, tidak menuntut jawaban benar atau salah dan tidak berhubungan dengan penilaian.
5. Jawaban akan dirahasiakan oleh peneliti.
6. Setelah selesai memilih jawaban, telitilah kembali agar tidak ada pertanyaan yang terlewatkan.
7. Selamat mengerjakan dan terimakasih atas perhatian serta kesediaan anda untuk mengisi kuesioner ini.

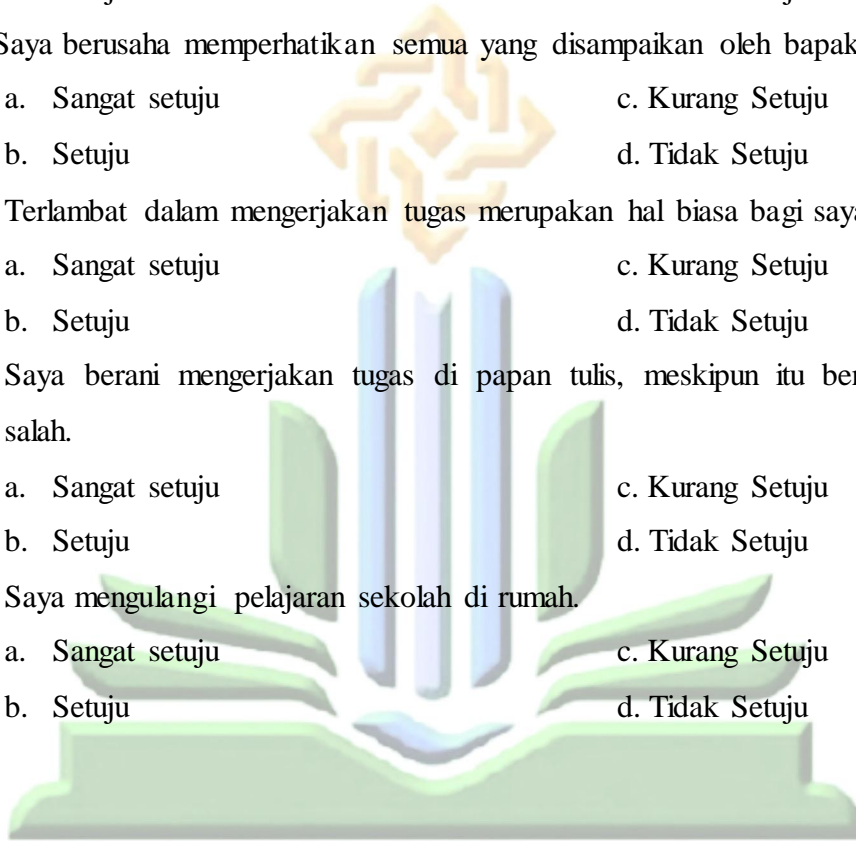


- 
1. Saya selalu semangat mengerjakan tugas/PR yang telah diberikan oleh guru.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  2. Saya tetap bersemangat mengikuti pelajaran, mulai jam pertama sampai jam terakhir, walaupun membosankan.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  3. Saya setiap malam belajar.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  4. Ketika ada teman yang mengajak membolos, dengan senang hati saya mengikuti ajakannya.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  5. Saya mengerjakan tugas sendiri yang telah diberikan oleh bapak/ibu guru.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  6. Dalam mengerjakan tugas, saya mencontek milik teman.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  7. Saya lebih suka bermain daripada belajar kelompok.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  8. Saya tidak mencontek jawaban milik teman karena saya percaya dengan jawaban saya sendiri.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju
  9. Saya akan bertanya kepada bapak atau ibu guru, jika ada pelajaran yang belum saya pahami.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang Setuju
    - d. Tidak Setuju

10. Perasaan takut salah dapat membuat saya tidak berani memecahkan soal didepan kelas.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
11. Ketika teman tidak dapat menjawab pertanyaan dari guru, saya berusaha membantu untuk menjawab.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
12. Apakah kalian sering izin ke kamar mandi ketika waktu pelajaran berlangsung.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
13. Ketika disekolah mengadakan lomba, saya selalu mengikuti.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
14. Apabila dalam buku pelajaran ada soal yang belum dikerjakan maka saya akan mengerjakannya.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
15. Saya senang jika mendapat tugas dari guru.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
16. Saya senang belajar karena bapak atau ibu guru mengajar dengan berbagai cara.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
17. Saya senang belajar karena pada saat pembelajaran dibentuk kelompok-kelompok.
- a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang Setuju
  - d. Tidak Setuju
18. Ketika saat pembelajaran hanya mencatat, saya merasa bosan.

- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
19. Jika nilai pelajaran saya jelek, saya akan terus rajin belajar agar nilai saya menjadi lebih baik.
- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
20. Jika ada tugas yang sulit maka saya tidak mengerjakannya.
- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
21. Apabila saya menemukan tugas/ soal yang sulit maka saya akan berusaha mengerjakan sampai menemukan jawabannya.
- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
22. Ketika saya memiliki masalah, saya akan tetap belajar.
- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
23. Saya malas belajar, ketika memiliki banyak masalah.
- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
24. Saya akan membentuk kelompok belajar dengan teman-teman untuk belajar bersama.
- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
25. Ketika saya tidak memahami pelajaran, saya berusaha mencari tahu.
- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
26. Saya akan rajin belajar agar dapat menggapai cita-cita yang saya inginkan.
- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
27. Saya malas berangkat kesekolah ketika hujan turun.

- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
28. Saya berusaha memperhatikan semua yang disampaikan oleh bapak/ibu guru.
- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
29. Terlambat dalam mengerjakan tugas merupakan hal biasa bagi saya.
- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
30. Saya berani mengerjakan tugas di papan tulis, meskipun itu benar ataupun salah.
- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju
31. Saya mengulangi pelajaran sekolah di rumah.
- a. Sangat setuju  
b. Setuju  
c. Kurang Setuju  
d. Tidak Setuju

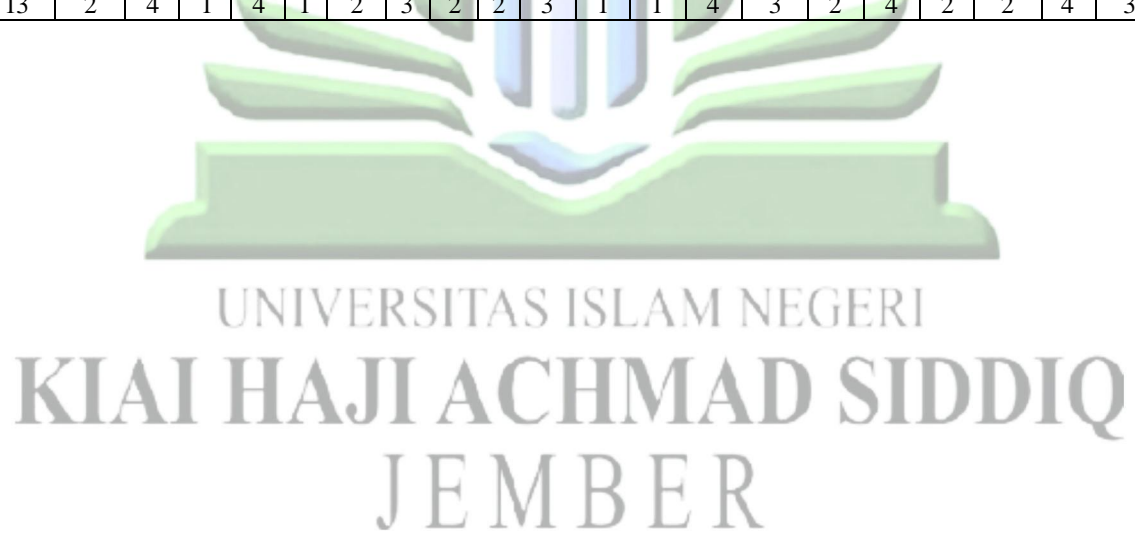


UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

Lampiran 6: Tabulasi Data Penelitian Skala Motivasi Belajar

Pre-Test Eksperimen

NO.	JAWABAN NO ITEM <i>PRE-TEST EKSPERIMEN</i>																															TOTAL	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
1	2	3	1	3	2	3	2	3	2	1	1	2	3	1	2	4	2	2	3	2	2	1	3	2	2	3	1	3	2	2	1	66	
2	1	2	2	3	2	2	3	2	3	1	1	4	1	1	1	3	1	3	4	1	4	4	2	2	2	1	2	3	1	4	4	70	
3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	79	
4	2	3	1	4	2	2	2	2	2	2	3	4	2	2	1	2	1	4	4	3	3	1	2	1	2	4	2	3	3	1	2	72	
5	4	3	2	3	2	2	2	4	3	3	3	2	4	1	2	3	2	1	3	1	2	3	2	2	3	3	2	4	1	4	2	78	
6	2	2	1	2	1	2	1	3	2	1	2	1	3	3	1	3	2	2	3	1	1	1	4	1	4	4	3	4	1	2	1	64	
7	3	3	2	3	2	3	4	1	3	3	3	4	1	2	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	1	4	4	4	1	3	2	91	
8	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	67
9	2	3	3	2	2	3	2	2	3	1	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	71	
10	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3	4	2	3	2	2	3	2	4	4	4	3	2	2	87	
11	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	4	2	1	4	3	2	3	2	2	2	1	3	2	3	1	4	4	3	1	79	
12	2	2	1	3	2	3	2	3	3	1	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	4	1	73	
13	2	4	1	4	1	2	3	2	2	3	1	1	4	3	2	4	2	2	4	3	2	1	3	2	2	4	3	4	3	4	1	79	



Post-Test Eksperimen

NO.	JAWABAN NO ITEM <i>POST-TEST EKSPERIMEN</i>																															TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
1	1	3	3	4	2	2	3	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	2	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	76
2	1	2	1	4	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	4	2	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	77
3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	85
4	1	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	4	3	2	1	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	1	75
5	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	4	4	3	2	3	105
6	1	3	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	4	2	2	1	1	4	3	1	1	1	1	4	4	2	1	4	1	1	1	56
7	3	3	2	3	4	3	3	4	4	1	3	4	1	2	3	4	3	4	3	3	4	2	3	3	1	3	3	4	2	3	2	90
8	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	72
9	2	2	3	3	2	2	2	2	3	1	3	4	2	2	2	2	1	1	4	2	2	2	1	1	2	3	2	3	2	2	2	67
10	3	4	2	4	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	4	2	3	2	2	3	2	4	4	4	3	2	2	91
11	2	2	1	4	1	1	3	2	1	3	2	1	2	4	1	2	4	1	2	1	2	4	4	1	4	4	2	3	1	1	1	67
12	2	1	2	4	2	2	3	2	3	1	2	1	1	2	2	2	3	4	3	3	2	1	1	3	3	3	3	3	3	2	1	70
13	3	4	1	4	2	2	3	2	2	3	3	2	4	2	2	3	2	1	3	3	2	2	2	3	4	4	2	3	3	3	1	80



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ**  
**JEMBER**

**Pre-Test Kontrol**

NO.	JAWABAN NO ITEM <i>PRE-TEST KONTROL</i>																															TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	3	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	4	2	1	1	2	2	1	50
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	4	3	3	3	4	1	2	3	2	3	1	3	2	3	4	3	2	3	2	78
3	1	2	1	4	4	3	1	3	4	1	3	2	2	1	1	4	1	2	2	3	3	2	1	1	1	3	1	4	3	2	1	67
4	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	71
5	2	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	4	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	3	1	61
6	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	4	3	1	1	1	1	1	50
7	2	2	2	4	2	2	3	1	4	2	2	1	2	3	1	1	1	3	4	2	1	2	3	1	4	4	2	1	2	3	2	69
8	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2	4	3	4	4	3	4	102
9	1	2	1	4	2	2	2	2	3	1	3	3	2	2	2	3	2	1	3	1	1	2	1	2	4	3	1	2	2	2	1	63
10	4	3	1	3	3	2	1	2	3	1	3	1	2	3	1	4	3	3	1	4	3	2	2	1	2	1	2	2	2	1	4	70
11	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	3	3	3	2	2	2	1	72
12	1	2	1	2	2	2	2	3	2	4	4	1	4	1	2	3	3	1	2	1	1	4	1	1	3	4	1	3	1	4	1	67
13	2	2	1	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	1	1	1	3	3	2	3	3	1	3	3	4	1	3	2	2	2	66



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ**  
**JEMBER**

Post-Test Kontrol

NO.	JAWABAN NO ITEM <i>POST-TEST KONTROL</i>																															TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
1	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	2	79
2	3	3	2	4	4	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	2	2	3	2	3	3	2	3	90
3	2	3	2	3	3	4	2	4	3	3	2	2	2	2	3	4	2	2	3	4	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	82
4	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	49	
5	1	1	1	2	1	1	1	1	1	3	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	40
6	4	3	2	2	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	4	3	4	3	4	3	100
7	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	2	82
8	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	1	94
9	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	80
10	2	2	1	4	2	1	2	1	4	1	4	4	2	1	1	2	1	1	4	1	1	2	1	1	4	4	1	3	1	1	1	61
11	3	3	1	1	3	3	2	1	4	1	2	2	3	3	1	1	3	4	1	4	3	2	2	1	2	3	4	1	2	4	4	74
12	1	1	1	2	1	2	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	62
13	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	73



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ**  
**JEMBER**



## Lampiran 7: Hasil Perhitungan SPSS 22

### 1. Hasil Data Kelompok Eksperimen

#### Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Pre-Test Eksperimen	13	27	64	91	976	75.08	8.046	64.744
Post-Test Eksperimen	13	49	56	105	1011	77.77	12.696	161.192
Valid N (listwise)	13							

#### Pre-Test Eksperimen

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 64	1	7.7	7.7	7.7
66	1	7.7	7.7	15.4
67	1	7.7	7.7	23.1
70	1	7.7	7.7	30.8
71	1	7.7	7.7	38.5
72	1	7.7	7.7	46.2
73	1	7.7	7.7	53.8
78	1	7.7	7.7	61.5
79	3	23.1	23.1	84.6
87	1	7.7	7.7	92.3
91	1	7.7	7.7	100.0
Total	13	100.0	100.0	

#### Kategori

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2	2	15.4	15.4	15.4
3	8	61.5	61.5	76.9
4	3	23.1	23.1	100.0
Total	13	100.0	100.0	

**Post-Test Eksperimen**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 56	1	7.7	7.7	7.7
67	2	15.4	15.4	23.1
70	1	7.7	7.7	30.8
72	1	7.7	7.7	38.5
75	1	7.7	7.7	46.2
76	1	7.7	7.7	53.8
77	1	7.7	7.7	61.5
80	1	7.7	7.7	69.2
85	1	7.7	7.7	76.9
90	1	7.7	7.7	84.6
91	1	7.7	7.7	92.3
105	1	7.7	7.7	100.0
Total	13	100.0	100.0	

**Kategori**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	1	7.7	7.7	7.7
2	2	15.4	15.4	23.1
3	7	53.8	53.8	76.9
4	3	23.1	23.1	100.0
Total	13	100.0	100.0	

**2. Hasil Data Kelompok Kontrol**

**Descriptive Statistics**

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Pre-Test Kontrol	13	52	50	102	886	68.15	12.954	167.808
Post-Test Kontrol	13	60	40	100	966	74.31	17.356	301.231
Valid N (listwise)	13							

**Pre-Test Kontrol**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	50	2	15.4	15.4	15.4
	61	1	7.7	7.7	23.1
	63	1	7.7	7.7	30.8
	66	1	7.7	7.7	38.5
	67	2	15.4	15.4	53.8
	69	1	7.7	7.7	61.5
	70	1	7.7	7.7	69.2
	71	1	7.7	7.7	76.9
	72	1	7.7	7.7	84.6
	78	1	7.7	7.7	92.3
	102	1	7.7	7.7	100.0
	Total	13	100.0	100.0	

**Kategori**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	7.7	7.7	7.7
	3	4	30.8	30.8	38.5
	4	6	46.2	46.2	84.6
	5	2	15.4	15.4	100.0
	Total	13	100.0	100.0	

JEMBER

**Post-Test Kontrol**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 40	1	7.7	7.7	7.7
49	1	7.7	7.7	15.4
61	1	7.7	7.7	23.1
62	1	7.7	7.7	30.8
73	1	7.7	7.7	38.5
74	1	7.7	7.7	46.2
79	1	7.7	7.7	53.8
80	1	7.7	7.7	61.5
82	2	15.4	15.4	76.9
90	1	7.7	7.7	84.6
94	1	7.7	7.7	92.3
100	1	7.7	7.7	100.0
Total	13	100.0	100.0	

**Kategori**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2	3	23.1	23.1	23.1
3	6	46.2	46.2	69.2
4	2	15.4	15.4	84.6
5	2	15.4	15.4	100.0
Total	13	100.0	100.0	

**Keterangan Kategori:** 1 sangat tinggi, 2 tinggi, 3 sedang, 4 rendah, 5 sangat rendah

### 3. Uji Normalitas

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Pre-Test Eksperimen	Post-Test Eksperimen
N		13	13
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	75.08	77.77
	Std. Deviation	8.046	12.696
Most Extreme Differences	Absolute	.159	.140
	Positive	.159	.140
	Negative	-.103	-.121
Test Statistic		.159	.140
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>	.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Pre-Test Kontrol	Post-Test Kontrol
N		13	13
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	68.15	74.31
	Std. Deviation	12.954	17.356
Most Extreme Differences	Absolute	.229	.162
	Positive	.229	.098
	Negative	-.137	-.162
Test Statistic		.229	.162
Asymp. Sig. (2-tailed)		.060 <sup>c</sup>	.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

### 4. Uji Homogenitas

**ANOVA**

PreTest

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	311.538	1	311.538	2.679	.115
Within Groups	2790.615	24	116.276		
Total	3102.154	25			

### 5. Uji Independent

Jumlah untuk mendapatkan hasil Hipotesis Uji T Independent:

NO	Kelas Eksperimen (Hipnoterapi)			Kelas Kontrol (Tanpa Hipnoterapi)		
	Pre-Test	Post-Test	Total G-Score	Pre-Test	Post-Test	Total G-Score
1	66	76	10.00	50	79	29.00
2	70	77	7.00	78	90	12.00
3	79	85	6.00	67	82	15.00
4	72	75	3.00	71	49	-22.00
5	78	105	27.00	61	40	-21.00
6	64	56	-8.00	50	100	50.00
7	91	90	-1.00	69	82	13.00
8	67	72	5.00	102	94	-8.00
9	71	67	-4.00	63	80	17.00
10	87	91	4.00	70	61	-9.00
11	79	67	-12.00	72	74	2.00
12	73	70	-3.00	67	62	-5.00
13	79	80	1.00	66	73	7.00

#### Pencarian nilai Gain Score menggunakan SPSS 22

Kelompok Eksperimen (Hipnoterapi)			Kelompok Kontrol (Tanpa Hipnoterapi)		
No	GainScore	Kelompok	No	GainScore	Kelompok
1	10.00	1	1	29.00	2
2	7.00	1	2	12.00	2
3	6.00	1	3	15.00	2
4	3.00	1	4	-22.00	2
5	27.00	1	5	-21.00	2
6	-8.00	1	6	50.00	2
7	-1.00	1	7	13.00	2
8	5.00	1	8	-8.00	2
9	-4.00	1	9	17.00	2
10	4.00	1	10	-9.00	2
11	-12.00	1	11	2.00	2
12	-3.00	1	12	-5.00	2
13	1.00	1	13	7.00	2

## HASIL HIPOTESIS

### Group Statistics

	Kelas	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
N_Gain Score	Eksperimen	13	2.6923	9.59500	2.66118
	Kontrol	13	6.1538	20.04930	5.56067

### Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	T	df
N_Gain Score	Equal variances assumed	5.212	.032	-.562	24
	Equal variances not assumed			-.562	17.223

### Independent Samples Test

Mean Difference	Std. Error Difference	Sig. (2-tailed)	95% Confidence Interval of the Difference	
			Lower	Upper
-3.46154	6.16465	.580	-16.18476	9.26168
-3.46154	6.16465	.582	-16.45502	9.53194

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

Jumlah pretest-posttest untuk mendapatkan hasil uji hipotesis uji t dependent, sebagai berikut:

Kelompok Eksperimen (Hipnoterapi)	
Pre-Test	Post-Test
66	76
70	77
79	85
72	75
78	105
64	56
91	90
67	72
71	67
87	91
79	67
73	70
79	80

### HASIL HIPOTESIS

#### Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pre-Test Eksperimen	75.08	13	8.046	2.232
Post-Test Eksperimen	77.77	13	12.696	3.521

#### Paired Samples Correlations

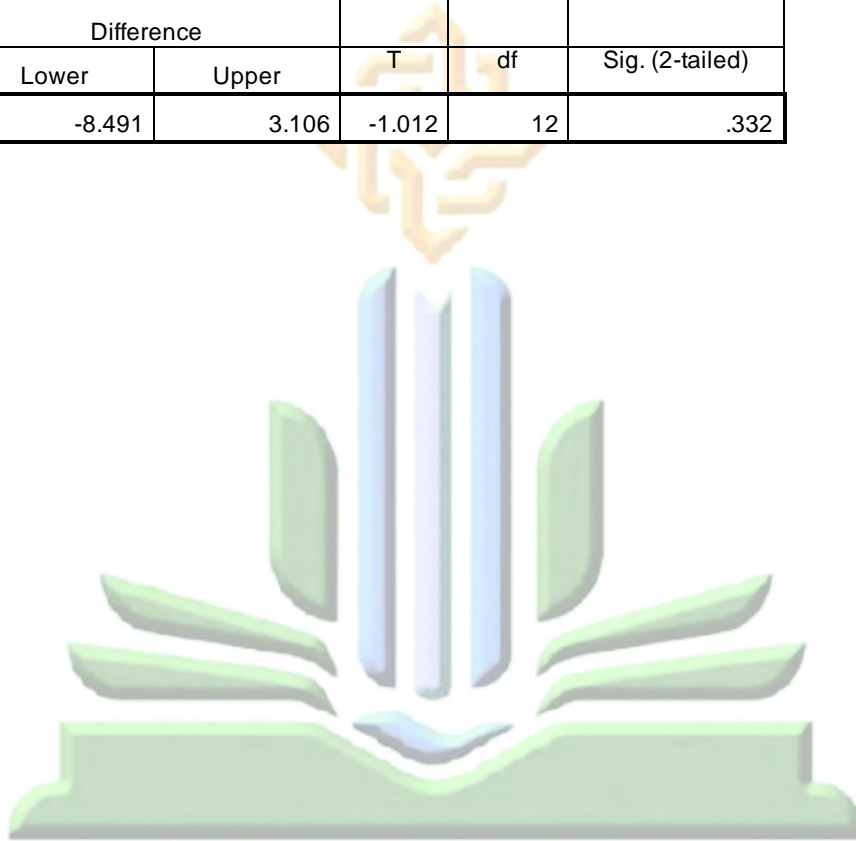
	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pre-Test Eksperimen & Post-Test Eksperimen	13	.655	.015

#### Paired Samples Correlations

		Paired Differences		
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre-test Eksperimen Post-test Eksperimen	-2.692	9.595	2.661



95% Confidence Interval of the				
Difference		T	df	Sig. (2-tailed)
Lower	Upper			
-8.491	3.106	-1.012	12	.332



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ**  
**JEMBER**

**Modul: Pelaksanaan metode hipnoterapi dilakukan dengan beberapa tahap oleh hipnoterapis guru BK MTs Miftahul Mubtadiin**

No.	Aspek / Item	Ya	Tidak
1.	<i>Pre-Induction</i> merupakan tahap awal seorang ahli hipnoterapi membangun sebuah hubungan atau <i>rapport</i> kepada konseli yang akan diberikan terapi. Membangun kepercayaan konseli dengan menghilangkan rasa takut, mengajak bergurau agar tidak tegang dan mencairkan suasana.	✓	
2.	<i>Induction</i> merupakan proses ahli hipnoterapi untuk membawa konseli ke dalam alam bawah sadar atau membuat gelombang otak konseli menurun dan membuat konseli untuk mengalami relaksasi. Dalam proses ini guru BK mengajak konseli membaca amalan seperti sholawat dan dzikir. Lalu guru BK merendahkan suara, saat membimbing pikiran konseli agar mudah diterima.	✓	
3.	<i>Deepening</i> merupakan ahli hipnoterapi membawa konseli ke dalam pikiran alam bawah sadar yang lebih mendalam seperti berimajinasi kedalam hal yang disenangi.	✓	
4.	<i>Sugesti</i> merupakan ahli hipnoterapi melakukan sugesti terhadap konseli dengan kalimat yang positif, sesuai dengan keadaan yang dialami.	✓	
5.	<i>Termination</i> merupakan tahap akhir dalam proses hipnoterapi, konseli yang berada dalam alam bawah sadar, kemudian dibangunkan oleh ahli hipnoterapi dalam keadaan sadar sepenuhnya.	✓	



**JURNAL KEGIATAN PENELITIAN  
DI MTS MIFTAHUL MUFTADIIN SUMBERBERAS**

**Lokasi: Madrasah Tsanawiyah Miftahul Muftadiin**

**Peneliti** : Ngainun Naazah

**NIM** : D20193109

**Program Studi** : Bimbingan dan Konseling Islam

No.	Kegiatan	Hari/Tanggal	Sumber Informan	Keterangan
1.	Observasi awal dan melihat kondisi lapangan penelitian	September – November 2022	Kelas VIII	Melihat keadaan motivasi belajar siswa
2.	Wawancara	10 Oktober 2022	Bapak Rizal	Guru MTs Miftahul Muftadiin
3.	Wawancara	12 Oktober 2022	Bapak baidlowi	Guru BK MTs Miftahul Muftadiin
3.	Menyerahkan surat izin melakukan penelitian	08 Maret 2023	Kepala Madrasah Tsanawiyah Miftahul Muftadiin	Lokasi MTs Miftahul Muftadiin
4.	Menyebarkan uji coba kuesioner	09 Maret 2023	Kelas VIII.3	Lokasi MTs Miftahul Muftadiin
5.	Menyebarkan kuesioner	20 Maret 2023	Kelas VIII.3	Lokasi MTs Miftahul Muftadiin
6.	Treatment hipnoterapi 1	21 Maret 2023	Kelas VIII.3	Bapak baidlowi selaku guru BK MTs Miftahul Muftadiin
7.	Treatment hipnoterapi 2	27 Maret 2023	Kelas VIII.3	Bapak baidlowi selaku guru BK MTs Miftahul Muftadiin
8.	Treatment hipnoterapi 3	31 Maret 2023	Kelas VIII.3	Bapak baidlowi selaku guru BK MTs Miftahul Muftadiin
9.	Menyebarkan	01 April 2023	Kelas VIII.3	Lokasi MTs Miftahul

K

	kuesioner			Mubtadiin
10.	Meminta surat keterangan telah selesai penelitian	03 April 2023		Lokasi MTs Miftahul Mubtadiin

03 April 2023  
Kepala Madrasah  
Miftahul Mubtadiin  
WIS 4433000010  
TERAKREDITASI  
SUMBERPRAS  
Muhammad Nur Ahsan, S.Pd



K



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
FAKULTAS DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
Jl. Mataram No. 1 Mangli, Jember, Kode Pos 68136  
Telp. (0331) 487550 Fax (0331) 427005 e-mail: fakultasdakwah@uinkhas.ac.id  
Website: [www.uinkhas.ac.id](http://www.uinkhas.ac.id)

Nomor : B.892/Un.22/6.a/PP.00.9/03/2023 8 Maret 2023  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.

M. Nur Ahsan, S.Pd

**Assalamu'alaikum Wr. Wb.**

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : Ngainun Naazah

NIM : D20193109

Fakultas : Dakwah

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Semester : VIII (delapan)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama  $\pm$  30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "Pengaruh Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas"

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih.

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb.**

K

An. Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Akademik  
  
Raudhatul Jannah





YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM MINHAJUT THULLAB  
MTs MIFTAHUL MUFTADIIN

STATUS : TERAKREDITASI

NSM : 121235100010 NIS : 210120 NPSN : 20581671

Jl. KH. Abdul Mannan Km. 02 Sumberberas Muncar Banyuwangi Telp. (0333) 597573

Akte Notaris : ACHMAD MUNIF, SH.Nomor 20 Tanggal, 23 Oktober 2009

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 159/YMT/MTs.MM/B/IV/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini. Kepala Madrasah Tsanawiyah Miftahul Muftadiin.

Nama : Muhammad Nur Ahsan, S.Pd  
NIP : -  
Jabatan : Kepala Madrasah

Menerangkan bahwa :

Nama : Ngainun Naazah  
NIMKO : D20193109  
Fakultas/Prodi : Dakwah / Bimbingan dan Konseling Islam

Adalah Mahasiswa Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember Program S1 dan telah melakukan penelitian mulai tanggal 09 Maret 2023 sampai dengan 04 April 2023. Penyusunan skripsi berjudul " Pengaruh Hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII MTs Miftahul Muftadiin Sumberberas "

Demikian surat keterangan ini di buat untuk dapat di pergunakan sebagaimana mestinya.

KIA



Muncar, 03 April 2023  
Kepala Madrasah  
Muhammad Nur Ahsan, S.Pd

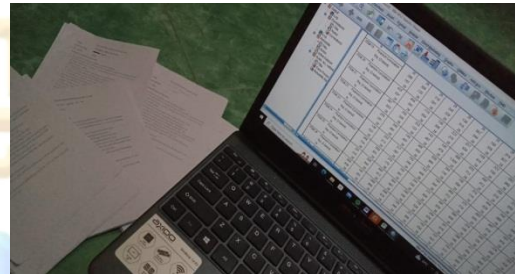
Scanned by TapScanner

## DOKUMENTASI

**Penyebaran Uji Coba Kuesioner**



**Menghitung Hasil Data Uji Coba Kuesioner**



**Penyebaran kuesioner *Pre-test***



**Melakukan Treatment Hipnoterapi ke-1**



**Melakukan Treatment Hipnoterapi ke-2**



**Melakukan Treatment Hipnoterapi ke-3**



**Penyebaran Kuesioner *Posttest***



**Wawancara Kepada Guru BK  
Bapak Baidlowi**



## Wawancara Kepada Siswa-Siswi yang Mengalami Treatment Hipnoterapi



## Sarana Prasarana MTs Miftahul Mubtadiin Sumberberas





## BIODATA PENULIS



### DATA PRIBADI

Nama : Ngainun Naazah  
Nim : D20193109  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Tempat/Tanggal Lahir : Oku Timur, 26 September 2001  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Status Perkawinan : Belum Menikah  
Alamat : Dusun Sumbersuko, RT 004/RW 003, Desa  
Kesilir, Kecamatan Siliragung, Kabupaten  
Banyuwangi

Email : [naazahn@gmail.com](mailto:naazahn@gmail.com)

### RIWAYAT PENDIDIKAN

2007-2013 : SDN 1 Srimulyo  
2013-2016 : SMP Mukhtar Syafaat  
2016-2019 : MAN 4 Banyuwangi  
2019-Sekarang : UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

### PENGALAMAN LATIHAN KERJA LAPANGAN

2021 : PKL (Praktik Kerja Lapangan) di KUA Licin Banyuwangi  
2022 : KKN (Kuliah Kerja Nyata) di desa Kencong, kecamatan Kencong  
2022 : PPL (Praktik Pengalaman Lapangan) di desa Sumberberas Muncar