

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Objek Penelitian

Kondisi masyarakat desa Kedungsari pada tahun 1980-an masih tertinggal. Apalagi, lingkungannya tidak mendukung perkembangan anak-anak di desa tersebut. Di desa Kedungsari saat itu ada sebuah situs yang menimbulkan kegaduhan masyarakat. Melihat situasi saat ini, masyarakat bergotong royong membentuk madrasah untuk memberikan kesempatan pendidikan jasmani dan rohani bagi anak-anak segala usia. Pendirian madrasah juga menjadi benteng terhadap derasnya lokalisasi desa Kedungsari.

Pada tahun 1984, MI NU Matholi'ul Huda didirikan. Keberadaan MI tidak serta merta harus berasitektur sempurna seperti madrasah umumnya. Perkembangan pendidikan di MI telah menghasilkan banyak lulusan. Lulusan MI harus memiliki tempat yang layak untuk melanjutkan studinya. Dengan demikian pada tahun 1988 berdirilah MTs NU Matholi'ul Huda, banyak lulusan MTs dan akhirnya berdirilah MA NU Matholi'ul Huda, MI, MTs pada tanggal 09 Februari 1995 dibawah naungan Yayasan Pendidikan Islam Matholi'ul Huda kini dikembangkan dengan bertambahnya RA dan TPQ Matholi'ul Huda.

Yayasan Pendidikan Islam Matholi'ul Huda menjalankan prinsip "Taawanu alal birri wa al taqwa" dalam menjalankan roda pendidikan. MTs Matholi'ul Huda memberikan kesempatan dan kemudahan siapa saja yang hendak menuntut ilmu, tidak terkecuali dari golongan ekonomi mana saja. Namun, siswa Mts NU Matholi'ul Huda sebagian besar berasal dari kalangan ekonomi kelas menengah dan bawah.

MTs NU Matholi'ul Huda selalu berupaya meningkatkan mutu dan layanan pendidikan di masyarakat. Perbaikan dan penyempurnaan disegala aspek terus dilakukan untuk menghasilkan generasi manusia yang tangguh, cerdas, terampil, dan berkarakter sehingga siap bersaing pada masanya masing-masing. Upaya ini didasarkan pada ajaran islam "Ahlus Sunnah Wal Jamaah".

a. Visi MTs Matholi'ul Huda

“Mewujudkan generasi manusia yang bermoral lurus, unggul, terampil, dan berakhlakul karimah”

Unggul : Memiliki kualitas yang berorientasi pada mutu lulusan yang berimtaq dan beriptek dan mampu berdaya saing

Terampil : Memiliki kemampuan untuk menghasilkan sesuatu yang baik bagi lingkungna maupun orang lain.

Akhlakul karimah : Memiliki akhlak atau budi pekerti luhur yang tinggi, bertaqwa, dan memiliki kekuatan untuk menegakkan prinsip-prinsip Ahlussunnah Wal Jama'ah.

b. Misi MTs Matholi'ul Huda

Menyelenggarakan pendidikan yang berorientasi pada kualitas baik keilmuan, moral maupun sosial sehingga mampu menyiapkan, membekali dan mewujudkan sumber daya manusia yang memiliki rasa keimanan yang kuat terhadap ilmu pengetahuan maupun teknologi. Misi ini diwujudkan dalam :

1. Menyelenggarakan pendidikan yang berkualitas untuk mencapai prestasi akademik dan non akademik.
2. Memperoleh pembelajaran dan pembiasaan untuk mengamalkan islam yang sesuai Ahlu Sunnah Wa Jamaah.
3. Mewujudkan kepribadian islami yang mampu mencapai diri di masyarakat.
4. Meningkatkan pengetahuan dan profesionalisme tenaga kependidikan sejalan dengan perkembangan dunia pendidikan.
5. Melaksanakan tata kelola madrasah yang efektif, efisien, transparan dan bertanggungjawab.

c. Identitas MTS NU Matholi'ul Huda

Nama Penyelenggara : Badan Pelaksana Pendidikan NU Matholi'ul Huda Kedungsari Gebog Kudus

Nama Madrasah : Madrasah Tsanawiyah NU Matholi'ul Huda

NSM / NSS : 121 233 190 040

Tahun Berdiri : 12 April 1988

SK Ijin Pendirian : Wk/.c/47/Pgm/Ts/1989

Status : Terakreditasi A

Alamat Madrasah : Jl. Kedungsari Sendang Desa
Kedungsari Kec. Gebog Kab.
Kudus 59354
Nomer Telepon : 089 780 576 94
E- Mail : [manu Matholiul huda@yahoo.com](mailto:manu.Matholiul.huda@yahoo.com)

d. Organisasi Madrasah

Kepala Madrasah : Su'udi Shiddiq, M. Pd
Waka. Kurikulum : H. Syakuri, S. Pd
Waka. Kesiswaan : Noor Amri, S. Pd
Waka. Sarpras : -
Waka. Humas : Noor Sholihin, S. Pd
Ka. TU : Endah Budiarti, S. Pd. I
Koordinator BK : Iskandar, S. Pd
Staff TU : Lathifatul MU'imah, S. Sos
Wali Kelas VIIA : Noor Amri, S. pd
Wali Kelas VIIB : Hj. Dra Mukriyah, S. Pd
Wali Kelas VIIB : Ulin Ni'mah, S. Pd
Wali Kelas VIIB : Muti, S. Pd
Wali Kelas IXA : Muawwanah, S. Pd
Wali Kelas IXB : Amabarwati, S.Pd

e. Data Siswa

Adapun jumlah siswa yang menempuh pendidikan di MTs NU Matholi'ul Huda Kedungsari Gebog Kudus tahun pelajaran 2022/2023 sebagai berikut:

Tabel 4.1

Data siswa MTs NU Matholi'ul Huda

Kelas	Jumlah Rombel	Jumlah Siswa
VII	2	48
VIII	2	49
IX	2	59
Jumlah	6	156

B. Analisis Data

Pada sub bab ini terdapat beberapa pengujian yang harus peneliti lakukan, yakni untuk menguji validitas dan reliabilitas instrument yang digunakan untuk menguji data valid dan reliabel atau tidak. Peneliti menggunakan sampel sebanyak 44 siswa untuk diuji validitas dan reliabilitasnya. Selain itu ada bab tentang uji normalitas, uji homogenitas, dan uji-t.

1. Uji Validitas

Uji validitas merupakan proses pengukuran instrumen penelitian. Untuk membantu peneliti menentukan apakah instrument tersebut dapat digunakan, maka dapat di uji menggunakan SPSS. Kriteria validitas suatu daftar pernyataan atau item adalah r hitung $>$ r tabel, untuk mendapatkan r hitung peneliti dibantu menggunakan alat SPSS 25, sedangkan untuk mengetahui r tabel peneliti dibantu dengan alat bantu SPSS 25, dan untuk mencari r tabel peneliti melihat tabel terlebih dahulu untuk menentukan derajat kebebasan (*degree of freedom*). Taraf signifikansi yang digunakan adalah 5% (0,05) dengan jumlah responden ($n = 44$) sehingga r tabel yang digunakan adalah 0,297. Dasar keputusan uji validitas yaitu:

- a. Jika korelasi r hitung $>$ r tabel maka data dinyatakan valid
- b. Jika korelasi r hitung $<$ r tabel maka data dinyatakan tidak valid

Uji validitas ini diuji oleh dua dosen ahli yang berpengalaman dibidangnya. Pengujian instrument diuji oleh Bapak David Ari Setyawan, M. Pd dan Ibu Inayatul Khafidhoh, M. Pd. Sesuai dengan catatan dari kedua dosen validator tersebut, kesimpulannya instrument layak digunakan. Hasil uji validitas dengan SPSS 25 tersaji dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.2
Hasil Uji Validitas

No. Item	r hitung	r tabel	Keterangan
1.	0,093655	0,297	Tidak valid
2.	0,410254	0,297	Valid
3.	0,44719	0,297	Valid
4.	0,583091	0,297	Valid
5.	0,248624	0,297	Tidak valid
6.	0,301476	0,297	Valid
7.	0,486168	0,297	Valid
8.	0,508848	0,297	Valid
9.	0,568679	0,297	Valid
10.	0,568424	0,297	Valid
11.	0,119134	0,297	Tidak valid
12.	0,027669	0,297	Tidak valid
13.	0,508897	0,297	Valid
14.	0,475385	0,297	Valid
15.	0,066141	0,297	Tidak valid
16.	0,35279	0,297	Valid
17.	0,493873	0,297	Valid
18.	0,384864	0,297	Valid
19.	0,320143	0,297	Valid
20.	0,371401	0,297	Valid
21.	0,386242	0,297	Valid
22.	0,54999	0,297	Valid
23.	0,336543	0,297	Valid
24.	0,353409	0,297	Valid
25.	0,448954	0,297	Valid
26.	0,328487	0,297	Valid
27.	0,352852	0,297	Valid
28.	0,277093	0,297	Tidak valid
29.	0,370929	0,297	Valid
30.	0,43652	0,297	Valid
31.	0,099186	0,297	Tidak valid
32.	0,019743	0,297	Tidak valid
33.	0,637138	0,297	Valid
34.	0,494163	0,297	Valid
35.	0,65694	0,297	Valid

36.	0,365707	0,297	Valid
37.	0,351196	0,297	Valid
38.	0,41613	0,297	Valid
39.	0,218815	0,297	Tidak valid
40.	0,329905	0,297	Valid
41.	0,448576	0,297	Valid
42.	0,408943	0,297	Valid
43.	0,565108	0,297	Valid
44.	0,262489	0,297	Tidak valid
45.	0,319698	0,297	Valid
46.	0,446572	0,297	Valid
47.	0,094452	0,297	Tidak valid
48.	0,210405	0,297	Tidak valid
49.	0,406571	0,297	Valid
50.	0,40904	0,297	Valid
51.	0,246039	0,297	Tidak Valid
52.	0,260221	0,297	Tidak Valid

Tabel 4.3
Hasil Uji Validitas Item Pernyataan

Keterangan	Item Pernyataan	Jumlah
Valid	2,3,4,6,7,8,9,10,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24,25,26,27,29,30,33,34,35,36,37,38,40,41,42,43,45,46,49,50	38
Tidak Valid	1,5,11,12,15,28,31,32,39,44,47,48,51,52	14

Setelah dilakukan uji validitas menggunakan SPSS 25, diperoleh hasil 38 item valid dan 14 item tidak valid.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menurut Sugiyono ialah hasil perbandingan menggunakan data yang sama. Dikatakan reliabel apabila terdapat kesamaan dan penguat, tetapi berbeda dari waktu ke waktu. Instrument dikatakan reliabel apabila pengukuran dilakukan beberapa kali, namun data yang diperoleh sama. Berikut hasil Uji Reliabilitas:

Tabel 4.4
Hasil Uji Reliabilitas Instrument

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,894	38

Hasil uji reliabilitas menggunakan uji statistik *Cronbach's alpha* menunjukkan nilai $0,894 > 0,05$. Bisa ditarik kesimpulan bahwa data tersebut reliabel dan dapat digunakan lebih lanjut.

3. Uji Normalitas

Uji yang digunakan untuk mengukur sampel yang digunakan normal/tidak. Peneliti mengujinya menggunakan *Test of Normality Kolmogrov-Smirnov* pada program SPSS. Probabilitas (*Asymptotic Significance*) berhubungan atas pengambilan keputusan yaitu:

- a) Disebut normal jika probabilitasnya $> 0,05$
- b) Disebut tidak normal jika probabilitas $< 0,05$

Tabel 4.5 Hasil Uji Normality

Tests of Normality

	Kelas	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil Academic Burnout	PreTest Eksperimen	,166	22	,117	,941	22	,205
	PostTest Eksperimen	,142	22	,200*	,943	22	,227
	PreTest Kontrol	,209	22	,014	,890	22	,019
	PostTest Kontrol	,197	22	,026	,891	22	,020

Hasil tabel perhitungan hasil uji normalitas SPSS 25 diperoleh nilai signifikansi eksperimen pretest yaitu $0,117 > 0,05$. Nilai signifikansi pada nilai eksperimen posttest $0,200 > 0,05$. Dan nilai signifikansi kontrol sebelum diuji yaitu $0,014 > 0,05$, dan nilai signifikansi kontrol setelah diuji yaitu $0,026 > 0,05$. Maka kesimpulannya, nilai data sebelum dan sesudah diuji berdistribusi normal.

4. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui sampel yang dipakai dalam penelitian dan hasil yang didapatkan apakah bernilai homogen atau tidak. Uji homogenitas dilakukan dengan uji *homogeneity of variances* dengan bantuan SPSS 25. Nilai signifikansi yang digunakan adalah 5% dengan ketentuan pengambilan keputusan apabila nilai sig $> 0,05$ maka sampel penelitian tersebut homogen atau berasal dari varians yang sama. Berikut ini adalah hasil uji homogenitas:

**Tabel 4.6 Hasil Uji Homogenitas
Test of Homogeneity of Variance**

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Academic Burnout	Based on Mean	1,997	1	42	,165
	Based on Median	,629	1	42	,432
	Based on Median and with adjusted df	,629	1	36,176	,433
	Based on trimmed mean	1,758	1	42	,192

Berdasarkan hasil uji homogenitas menunjukkan bahwa nilai sig 0,192 > 0,05 maka distribusi data adalah homogen.

5. Uji Wilcoxon

Uji wilcoxon merupakan bagian dari statistik non parametrik, maka dalam uji wilcoxon tidak diperlukan data penelitian yang berdistribusi normal. Uji wilcoxon bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan rata-rata dua sample yang saling berpasangan. Penelitian ini diuji menggunakan program SPSS 25. Hasil dari Uji Wilcoxon sampel berpasangan adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.5
Hasil Uji Wilcoxon**

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	20 ^a	10.50	210.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	20		

a. Post Test < Pre Test

b. Post Test > Pre Test

c. Post Test = Pre Test

Test Statistics^a

	Post Test - Pre Test
Z	-3.921 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Sesuai dengan persyaratan uji wilcoxon untuk pengambilan keputusan, jika $\text{sig} < 0,05$ ada pengaruh antara variabel X dan Y, sedangkan jika nilai signifikansi $>$ dari nilai probabilitas dimana $0,005$ maka kesimpulannya ialah tidak ada pengaruh antara variabel X dan Y. Pada hasil output uji wilcoxon di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi $0,000$ artinya $< 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa Hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa data hasil uji wilcoxon *signed ranks* terdapat perubahan nilai sebelum dan sesudah diberikannya layanan. *Negative ranks* dengan nilai N 20 artinya seluruh sampel tersebut mengalami penurunan hasil nilai dari *pretest* ke *posttest*. *Mean ranks* sebesar $10,50$ dan *Sum of ranks* sebesar $210,00$ serta nilai Ties adalah 0 berarti tidak adanya kesamaan nilai *pretest* dan *posttest*. Artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada *academic burnout* siswa MTs NU Matholi'ul Huda sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan konseling kelompok islami dengan teknik *reframing*.

C. Pembahasan

Pada bab pembahasan ini, peneliti menjelaskan dua variabel yaitu variabel konseling kelompok islami teknik *reframing* (X) dengan variabel *academic burnout* (Y) di MTs NU Matholi'ul Huda Kedungsari Gebog Kudus. Hasil penelitian ini diambil dari output uji wilcoxon dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan hipotesis diterima. Artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada *academic burnout* siswa MTs NU Matholi'ul Huda sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan konseling kelompok islami dengan teknik *reframing*.

1. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Islami Teknik Reframing di MTs NU Matholi'ul Huda Kedungsari Gebog Kudus

Teori Konseling kelompok islami yang dilaksanakan dalam penelitian ini mengacu pada teori Prayitno dalam buku *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah* yaitu, cara mempelajari bagaimana membangun keterampilan sosialisasi siswa dengan tujuan untuk mengetahui masalah apa yang menjadi kendala dan hambatan siswa, serta menggai penyebab dan menemukan solusi atas permasalahan tersebut. Melalui konseling kelompok diharapkan dapat mengembangkan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang mengarah pada perilaku siswa.¹ Khilman Rofi' Azmi dalam bukunya *Konsep Dasar Bimbingan dan Konseling (Dari Teori ke Praktik)* bahwa tujuan bimbingan dan konseling islam yaitu membantu konseli dalam mencapai tujuan perkembangan dengan aspek pribadi, sosial, belajar, dan karir.² Sesuai dengan teori yang dianut, pada pelaksanaan konseling kelompok ini digunakan untuk memperbaiki masalah aspek belajar siswa. Konseling kelompok islami ialah aktivitas secara berkelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Konseling kelompok islami memberi layanan pada anggota kelompok untuk menyelesaikan permasalahan yang telah disepakati bersama. Dalam kegiatan ini peneliti menggunakan konseling kelompok islami untuk memberikan layanan konseling berbasis islami Al-Qur'an dan Hadits yang tujuannya menemukan solusi dari suatu permasalahan serta mewujudkan pribadi yang baik dan berakhlak mulia. Untuk mencapai konseling kelompok islami pada penelitian ini menggunakan teknik *reframing*. Teknik *reframing* ini mengacu pada teori Bandler & Grinder yang menyatakan bahwa teknik ini merupakan strategi mengubah persepsi individu terhadap peristiwa yang akan merubah makna, tujuannya untuk membantu orang yang dibimbing melihat situasi dari perspektif yang berbeda, sehingga lebih terbuka

¹ Tohirin, *"Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah"* (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), Hal 179-181

² Azmi Khilman Rofi' *"Konsep Dasar Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (Dari Teori ke Praktik)"*, (Pati: CV Al Qalam Media Lestari: 2021), hal 33-34

pada solusi untuk menciptakan perubahan dan motivasi individu.³ Penelitian ini meneliti tentang peristiwa *academic burnout* yang dialami oleh siswa di Mts NU Matholi'ul Huda. Penelitian ini membahas tentang pelaksanaan konseling kelompok islami dengan teknik *reframing* ini disampaikan konselor kepada siswa yang memiliki gejala *academic burnout* untuk diberikan treatment. Pelaksanaan konseling ini dilakukan di ruang kelas dan dilaksanakan pada hari ahad. Pertemuan pertama dalam kegiatan konseling kelompok ini membahas tentang konsep dasar konseling dan materi yang telah disepakati. Pelaksanaan layanan konseling kelompok ini diawali dengan berdoa yang dipimpin oleh pemimpin kelompok yakni Konselor dan diikuti dengan seluruh anggota kelompok. Sebagai tahap pembuka, konselor menanyakan kabar serta kondisi anggota kelompoknya. Kemudian konselor menjelaskan tentang dasar-dasar konseling kelompok islami. Kegiatan konseling kelompok islami ini dilakukan dengan durasi waktu 40 menit. Kegiatan ini berjalan dengan lancar dengan anggota kelompok yang cukup aktif di kegiatan konseling, hal itu ditunjukkan dengan semangat dan antusias siswa dalam mengikuti kegiatan tersebut.

Pada pertemuan kedua peneliti bersama konselor membuat perencanaan menyampaikan materi tentang peristiwa *academic burnout*. *academic burnout* yang mengacu pada teori Maslach & Jackson yang menyatakan bahwa *academic burnout* yaitu keadaan lelah secara fisik, emosional, dan mental. Di mana siswa memiliki gejala kurang semangat belajar, bosan, kurang perhatian, dan rendahnya minat belajar siswa.⁴

Konselor memberikan pemahaman dan pengetahuan mengenai peristiwa *academic burnout*, faktor-faktor terjadinya *academic burnout*, dan dampak dari *academic burnout*. Pada kesempatan ini konselor mengajukan pertanyaan kepada anggota kelompok supaya anggota kelompok aktif berdiskusi mengenai materi dan bisa

³ Bradley T. Erford "40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor" (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2015), hal 233-234

⁴ Kristianti Puspitaningrum, "Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Burnout Pada Mahasiswa Dalam Menegerjakan Skripsi", Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling, Vol 4 No. 10 (2018), hal 2

menambah pengetahuan. Dengan penyampaian materi tersebut, harapannya siswa memperoleh gambaran setelah diberikan pengetahuan dan dapat mengubah perilaku dalam belajar untuk menjadi lebih baik lagi. Pemahaman tersebut bertujuan untuk mengembalikan motivasi siswa agar semangat dalam belajar serta dapat mengikuti rangkaian pembelajaran di madrasah. Setelah pelaksanaan ayanan konseling kelompok peneliti bersama konselor mengamati bahwa responden terlihat sudah baik. Dengan itu, maka pertemuan selanjutnya akan membahas mengenai teknik *reframing* untuk mengurangi *academic burnout*.

Pada pertemuan ketiga konselor memberikan pemahaman dan pengetahuan mengenai teknik *reframing*. Teknik ini merupakan teknik kegiatan bimbingan dan konseling. Kegiatan pelaksanaan konseling kelompok ini membahas pelaksanaan teknik *reframing* yang dijelaskan oleh Konselor kepada anggota kelompok. Disini Konselor membantu siswa menyadari apa yang menjadi persoalan dalam suatu masalah, menganalisis permasalahan siswa dan memberi kesempatan siswa untuk mengingat kembali peristiwa yang sudah terjadi untuk menemukan persepsi baru, sehingga dapat menemukan persepsi alternatif dari *academic burnout* yang dialami oleh siswa. Tujuan pelaksanaan teknik *reframing* dalam mengurangi *academic burnout* siswa di MTs NU Matholi'ul Huda yaitu membuat siswa sadar dan dapat memutuskan langkah selanjutnya pada kehidupan sehari-hari setelah diberikan treatment layanan konseling kelompok dengan teknik *reframing*.

Peneliti disini mengamati proses kegiatan berlangsung dan mencatat bagaimana proses kegiatan berjalan untuk dijadikan catatan sehingga peneliti dapat memberikan *feedback* dan menyimpulkan atas kegiatan konseling kelompok tersebut. Berdasarkan pengamatan oleh peneliti bersama konselor dapat menyampaikan bahwa konseling kelompok islami dengan teknik *reframing* ini bisa mengurangi *academic burnout* pada siswa MTs NU Matholi'ul Huda.

2 **Faktor-faktor Penyebab Terjadinya *Academic Burnout* di MTs NU Matholi'ul Huda**

Menurut Syah, faktor penyebab *academic burnout* ialah lingkungan belajar, hilangnya minat belajar siswa, tidak adanya *feedback* terhadap gaya belajar, media pembelajaran yang tidak bervariasi.⁵ Faktor di atas telah terbukti ketika hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dalam kelompok eksperimen berpendapat tentang faktor yang menjadi penyebab terjadinya *academic burnout* di antaranya adalah faktor fasilitas sekolah dan faktor media belajar. *Academic burnout* yang dialami siswa MTs NU Matholi'ul Huda dipengaruhi faktor intrnal dan faktor eksternal. Di antaranya faktor internal menjadi pemicu siswa di madrasah yaitu kecemasan siswa saat menghadapi ujian dan juga menyelesaikan tugas-tugas, serta kurangnya manajemen waktu dalam istirahat. Adapun faktor eksternalnya yaitu dikarenakan keadaan keluarga yang kurang memperhatikan dan kurangnya pengawasan dari orang tua, serta sarana prasarana minim seperti LCD proyektor.

Kurangnya fasilitas yang memadai di madrasah membuat siswa enggan dan jenuh mengikuti kegiatan pembelajaran di madrasah. Selain itu media pembelajaran yang diberikan kurang bervariasi. Siswa juga merasakan tidak adanya *feedback* dan *reward* atas capaian yang mereka capai.

3 **Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Islami Teknik *Reframing* Untuk Mengurangi *Academic Burnout* Peserta Didik di MTs NU Matholi'ul Huda Kedungsari Gebog Kudus**

Hal pertama yang dilakukan peneliti ialah menyebarkan angket dengan perumusan layanan konseling kelompok islami dengan teknik *reframing* untuk mengurangi *academic burnout* siswa, aktivitas tersebut guna memperoleh hasil analisis awal serta diikuti dengan diuji guna memperoleh keefektifan..

⁵ M. Dimas dan Abas Rudin, "Faktor-faktor Penyebab Kejenuhan Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Bahasa Inggris", Jurnal Bening, Vol 5 No 2 (2021), Hal 4

Tabel 4.8
Hasil Uji Wilcoxon

Test Statistics^a	
	Post Test - Pre Test
Z	-3.921 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Berdasarkan perhitungan menggunakan SPSS 25, diketahui nilai sig $0,000 < 0,05$. Artinya, hipotesis diterima. Dari pernyataan tersebut bisa dinyatakan bahwa konseling kelompok islami dengan teknik *reframing* untuk mengurangi *academic burnout* siswa di MTs NU Matholi'ul Huda Kedungsari Gebog Kudus dapat dikatakan efektif.

Hal ini sejalan dengan jurnal penelitian terdahulu dari jurnal Eva Yunita Putri dengan judul "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Modeling* Untuk Mereduksi *Burnout* Pada Peserta Didik Kelas IX di SMP Negeri 29 Bandar Lampung Tahun 2020" masalah ini terjadi pada peserta didik kelas IX yang mengalami burnout ditandai dengan ciri-ciri seperti keletihan, merasa cemas dengan hasil belajar dan suasana hati mudah terganggu. Sehingga perlu adanya upaya untuk mereduksi *burnout* dengan konseling kelompok teknik *modeling* untuk mereduksi *burnout* yang dialami peserta didik kelas IX di SMP Negeri 29 Bandar Lampung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis *Quasi Experimental* dan desain *Nonivalent Control Group Designs*, ditemukan hasil skor rata-rata sebelum mendapat layanan konseling kelompok teknik *modeling* 70 dan setelah mendapat layanan konseling kelompok teknik *modeling* berkurang menjadi 31,4. Dan disimpulkan bahwa konseling kelompok teknik *modeling*

efektif untuk mereduksi *burnout* pada peserta didik kelas IX di SMP Negeri 29 Bandar Lampung.⁶

Penelitian ini juga mendukung pada jurnal penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Siti Kholifah, dkk dengan judul “Upaya Menurunkan *Burnout* Belajar Melalui Konseling Kelompok Teknik *Reframing* Pada Siswa Kelas VII MTs Bustanul Ulum Panti Jember 2020-2021”. Penelitian ini menggunakan metode observasi, wawancara, dokumentasi, serta angket untuk mengetahui penurunan *burnout* yang dialami oleh siswa kelas VII MTs NU Bustanul Ulum yang dilakukan dengan penerapan layanan konseling kelompok teknik *reframing* untuk mereduksi *burnout* belajar yang dialami siswa. Hasil penyebaran angket tersebut terdapat 10 orang siswa memiliki *burnout* belajar yang tinggi, dalam hasil penyebaran angket peneliti menemukan 2 mengalami *burnout* belajar sangat tinggi, dan 8 siswa memiliki kasus yang harus segera untuk mendapatkan layanan konseling kelompok dengan teknik *reframing*. Peneliti melihat adanya penurunan setelah dilaksanakan konseling kelompok teknik *reframing* pada siklus 1 dan siklus 2 yang dinyatakan dapat mengatasi kasus tersebut. Sehingga penelitian ini dapat dinyatakan efektif untuk mereduksi *burnout* belajar siswa kelas VII di MTs NU Bustanul Ulum Panti Jember.⁷

⁶ Putri Eva Yunita, “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Modelling Untuk Mereduksi *Burnout* Pada Peserta Didik di SMP Negeri 29 Bandar Lampung”, hal 7-12

⁷ Kholifah siti dkk, “Upaya Menurunkan *Burnout* Belajar Melalui Konseling Kelompok Teknik *Reframing* Pada Siswa Kelas VII MTs NU Bustanul Ulum Panti Jember 2020-2021”, Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol 8. No 2 (2023) Hal 195-197