

**SKRIPSI**

**EFEKTIVITAS TEKNIK *SELF TALK* DALAM MENINGKATKAN  
KEMAMPUAN *PROBLEM SOLVING* SANTRI DI PONDOK PESANTREN  
AL IHYA'ULUMADDIN KESUGIHAN CILACAP**



*Diajukan kepada*

*Disusun dan diajukan sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana*

*Pendidikan di Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap*

Oleh :

Nama : Millatun Khanifah  
NIM : 15862011005  
Progam Studi : Bimbingan dan Konseling

**UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI (UNUGHA)**

**CILACAP**

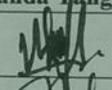
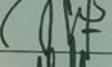
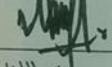
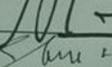
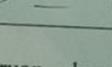
**2020**

## PENGESAHAN

Nama : **MILLATUN KHANIFAH**  
NIM : 15862011005  
Judul : Efektivitas Teknik *Self Talk* Dalam Meningkatkan Kemampuan Problem Solving Santri di Pondok Pesantren Al Ihya 'Ulumaddin Kesugihan

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada sidang skripsi hari Kamis, tanggal 10, bulan Desember tahun 2020 dengan hasil **LULUS**. Skripsi ini telah direvisi dan mendapatkan persetujuan dari Tim Penguji.

Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji :

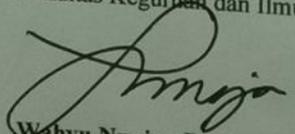
Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua Sidang	Mawan Akhir Riwanto, M.Pd		23/12 2020
Penguji 1	Galuh Rahayuni, M.Pd.		23/12 2020
Penguji 2	Mawan Akhir Riwanto, M.Pd		23/12 2020
Sekretaris	Tatang Agus Pradana, M.Pd.		23/12 2020
Pembimbing 1	Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I		28/12 2020
Pembimbing 2	Rubino Sriadji, M.Si.		23/12 - 2020

Skripsi disahkan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada :

Hari : *Senin*

Tanggal : *28 Desember 2020*

Mengesahkan  
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

  
**Wahyu Nuning Budiarti, M.Pd.**  
NIDN. 0628098303

## NOTA KONSULTAN

**Galuh Rahayuni, M.Pd**

Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

---

Cilacap, 23 Desember 2020

Hal : Skripsi Saudari Millatun Khanifah  
Lamp :-

Kepada :  
Yth. Dekan FKIP  
Universitas Nahdlatul  
Ulama Al Ghazali  
Cilacap  
Di -  
Cilacap

**Assalamu'alaikum Wr. Wb.**

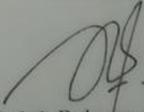
Setelah membaca, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka konsultan berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Millatun Khanifah  
NIM : 15862011005  
Fakultas/Prodi : FKIP/BK  
Judul **EFEKTIVITAS TEKNIK *SELF TALK* DALAM  
MENINGKATKAN KEMAMPUAN *PROBLEM  
SOLVING* SANTRI DI PONDOK PESANTREN AL  
IHYA'ULUMADDIN KESUGIHAN**

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar strata satu (S-1).

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb.**

Cilacap, 23 Desember 2020  
Konsultan

  
**Galuh Rahayuni, M.Pd**  
NIDN. 0603038901

**Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I**  
**Rubino Sriadji, S.Psi., M.Si**  
Dosen Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap

**NOTA PEMBIMBING**

Cilacap, 23 Agustus 2020

Hal : Naskah Skripsi Saudari Millatun Khanifah  
Lamp : 1 Bendel

Kepada :  
Yth. Dekan FKIP  
Nahdlatul Ulama Al Ghazali  
Cilacap  
Di –  
Cilacap

**Assalamu'alaikum Wr. Wb.**

Setelah saya memeriksa dan mengadakan koreksi seperlunya atas skripsi saudara:

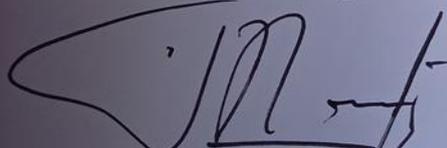
Nama : MILLATUN KHANIFAH  
NIM : 15862011005  
Fakultas/Prodi : FKIP/BK  
Judul **EFEKTIVITAS TEKNIK *SELF TALK* DALAM  
MENINGKATKAN KEMAMPUAN *PROBLEM  
SOLVING* SANTRI DI PONDOK PESANTREN AL  
IHYA'ULUMADDIN KESUGIHAN**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kesidang munaqosah.

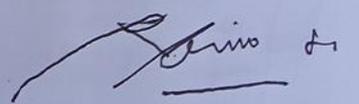
Bersama ini kami kirimkan skripsi tersebut, semoga dapat segera dimunaqosahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb.**

Dosen Pembimbing I

  
**Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd. I**  
NIDN. 062901910

Dosen Pembimbing II

  
**Rubino Sriadji, S.Psi., M. Si**  
NIDN. 0629108003

### PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : MILLATUN KHANIFAH

NIM : 15862011005

Program Studi : BIMBINGAN KONSELING

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul “EFEKTIFITAS TEKNIK *SELF TALK* DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN *PROBLEM SOLVING* SANTRI DI PONDOK PESANTREN AL IHYA’ULUMADDIN KESUGIHAN” ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila dalam kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Cilacap, 23 Juni 2020

Yang membuat pernyataan



Millatun Khanifah

NIM :15862011005

## **MOTTO**

“Tuntut Dirimu”

Jangan tuntutan tuhanmu karena tertundanya keinginanmu, tapi tuntutlah dirimu karena menunda adabmu kepada NYA.

*( Ibnu Atha'illah As-Sakandari )*

## PERSEMBAHAN

Dengan mengucap syukur allhamdulillahirobil'alamin, Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Teruntuk kedua orang tuaku tersayang malaikat tanpa sayap yang berhati mulia, bapak Achmad Muhaimin dan ibu Siti Munifah yang senantiasa memanjatkan do'a kepada Allah disetiap hembus nafasnya untuk langkah yang ditempuh oleh peneliti, serta memberi dukungan material yang tak pernah kenal surut hingga peneliti sampai dititik sekarang.
2. Teruntuk adik-adiku tersayang, Muhammad Ridlo dan pangeran kecil Muhammad Shofiyul Fikri yang selalu membangun semangat peneliti dalam menggapai impian cita-cita.
3. Teruntuk orang tuaku kedua di Ma'had Al Ihya' Ulumaddin, Mbah Nyai Fauziah Mustholih, Ibu Nyai Elok Faiqoh, Abah Yusuf Farhani Wabilurohimi, dan Gus Muhammad Rayhan Zayan Asyarofi, yang tak kalah penting berperan dalam setiap langkah peneliti.
4. Teruntuk calon imam yang akan menjadi sahabat serta guru dan menemani setiap nafas kehidupanku hingga ke Jannah Nya. Ahmad Aziz.
5. Teruntuk sahabat karibku di ndalem, Khoirin, Cipul, Fitri, yang tak pernah bosan memberi semangat kepada peneliti.
6. Teruntuk sahabat 7 bidadari surga BK angkatan 2015 Evi, Mustika, Muiyas, Retno, Nicky dan yang selalu saling menyemangati satu sama lain, dan sahabat seperjuanganku Etik Rofi'ah.

Dan akhirnya peneliti mempersembahkan skripsi ini atas segala partisipasi kalian semua. Semoga setiap langkah baik kita selalu dalam rahmat dan ridlo-Nya, dan apa yang menjadi harapan kita adalah merupakan jembatan menuju Dzat-Nya.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa peneliti panjatkan kehadirat Alloh SWT, yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam tidak lupa Peneliti haturkan kepada junjungan Nabi agung Muhammad SAW yang selalu peneliti harapkan syafa'atnya di hari kiamat. Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terwujud tanpa bantuan dari berbagai pihak. Selain itu, peneliti juga mengucapkan terimakasih atas dorongan dan keterlibatan berbagai pihak dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Drs. KH. Nasrulloh Muchson, MH. Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA Cilacap, beserta seluruh Civitas Akademika UNUGHA Cilacap.
2. Wahyu Nuning Budiarti, M.Pd Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
3. Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd, Ka Prodi Bibingan Konseling sekaligus sebagai Dosen pembimbing 1 yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, saran, nasehat, arahan, ilmu yang peneliti belum tahu dan juga selalu sabar dalam membimbing peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

4. Rubino Sriadji, M.Si, selaku dosen pembimbing 2 yang senantiasa selalu membimbing, mengarahkan peneliti dengan penuh kesabaran sampai peneliti selesai menyusun skripsi.
5. Pengasuh Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddin Kesugihan Cilacap, beserta keluarga ndalem yang senantiasa selalu memberikan ilmu dan bimbingannya serta selalu peneliti harapkan ziyadah do'a restunya serta barokah ilmunya.
6. Serta semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu peneliti khususnya dalam penyelesaian skripsi ini, mudah-mudahan tidak mengurangi rasa hormat dan penghargaan peneliti.

Akhirnya peneliti hanya dapat berdo'a semoga amal dan kebaikan semua pihak yang peneliti sebutkan diatas diterima oleh Allah SWT dengan iringan do'a *Jazakumullahu Khairati Wa Sa'adatiddunya Wal Akhirah. Amin*

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, tetapi peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya.

Cilacap, 23 Juni 2020  
Penulis

**Millatun Khanifah**  
NIM: 15862011005

## ABSTRAKSI

**Millatun Khanifah** 15862011005, 2020, Skripsi Judul “*Efektivitas Teknik Self Talk untuk Meningkatkan Kemampuan Problem Solving Santri di Pondok Pesantren Al Ihya’Ulumaddin Kesugihan*”. Program Studi Bimbingan Konseling (BK), Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (UNUGHA) Cilacap.

Penelitian ini dilatarbelakangi adanya fenomena santri di pondok pesantren Al Ihya’ Ulumaddin Kesugihan, santri yang dimaksudkan adalah santri yang memiliki permasalahan kemampuan *problem solving*nya rendah, menyebabkan mereka sering melakukan pelanggaran peraturan pondok pesantren seperti membolos mengaji dan kabur dari pondok tanpa izin dengan pengurus pondok pesantren. Penelitian ini bertujuan untuk (1) mendapatkan gambaran kemampuan *problem solving* santri yang rendah itu seperti apa, dan bagaimana perbedaannya sebelum dan sesudah diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*, (2) untuk mengetahui efektivitas teknik *self talk* dalam meningkatkan kemampuan *problem solving* santri, merupakan sebuah langkah untuk membantu santri dalam meningkatkan kemampuan *problem solving* santri.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan populasi santri pondok pesantren Al Ihya’ Ulumaddin. Sedangkan Sampelnya adalah sebagian santri komplek Al Firdaus 2 yang memiliki kemampuan *problem solving* rendah, yaitu sejumlah 8 santri untuk menggali data, penelitian ini menggunakan angket yang dibagikan kepada responden, selain itu untuk memperoleh data yang dapat mendukung penelitian, peneliti menggunakan wawancara kepada santri serta pengurus pondok pesantren.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik *self talk* efektif untuk meningkatkan kemampuan *problem solving* santri. Hal ini dibuktikan *problem solving* santri sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* skor angket rata-rata 67,25. Mean pre test pada *Paired Samples Statistics* adalah 81,50. Ini menunjukkan kemampuan *problem solving* santri rendah. *Problem solving* santri setelah diberikan layanan teknik *self talk* dikatakan naik, skor angket yang diperoleh santri rata-rata 82-104. Mean post test pada *Paired Samples Statistics* 91,63. Ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan *problem solving*. Hal ini terbukti dari uji hipotesis berdasarkan hasil output tabel SPSS dimana tingkat signifikansi  $<0,05$  ( $0,01 < 0,05$ )  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, bahwa adanya peningkatan kemampuan *problem solving* santri sebelum dan sesudah diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*.

*Kata kunci : Teknik Self Talk, Problem Solving.*

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	i
NOTA KONSULTAN.....	ii
NOTA PEMBIMBING.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
MOTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAKSI.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
A. Latar Balakang Masalah.....	1
B. Devinisi Oprasional.....	4
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian.....	7
E. Telaah Pustaka.....	8
F. Sistematika Penulisan.....	14
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Teknik <i>Self Talk</i> .....	16
1. Asal Muasal Teknik <i>Self Talk</i> .....	16
2. Mengenal Teknik <i>Self Talk</i> .....	17
3. Cara Mengimplementasikan Teknik <i>Self Talk</i> .....	17
4. Variasi-variasi Teknik <i>Self Talk</i> .....	18
5. Kegunaan dan Evaluasi Teknik <i>Self Talk</i> .....	18
6. Kunci Sukses Teknik <i>Self Talk</i> .....	19
B. <i>Problem Solving</i> .....	20

1. Pengertian <i>Problem Solving</i> .....	20
2. Rintangan dalam Pemecahan Masalah .....	21
3. Kemampuan Pemecahan Masalah .....	21
4. Aspek-Aspek Pemecahan Masalah .....	23
C. Hipotesis .....	26

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....	27
1. Jenis Penelitian .....	27
2. Pendekatan Penelitian .....	27
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	28
1. Waktu Penelitian .....	28
2. Tempat Penelitian .....	28
C. Variabel Penelitian .....	28
D. Populasi dan Sampel .....	29
E. Metode Pengumpul Data .....	30
F. Uji Instrumen .....	32
1. Uji Validitas .....	32
2. Uji Realibilitas .....	35
G. Teknik Analisis Data .....	37

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS**

A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Kesugihan Cilacap .....	39
1. Sejarah Berdirinya Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Kesugihan Cilacap.....	39
2. Struktur Dewan Pengasuh Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Kesugihan Cilacap .....	40
3. Santri Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Kesugihan Cilacap .....	42
4. Sarana dan Prasarana .....	43
B. Dasar dan Tujuan Pendidikan Pesantren .....	44

1. Pengajian Al Qur'an .....	45
2. Pengajian Sorogan .....	49
C. Deskripsi Data dan Analisis .....	50
1. Kemampuan <i>Problem Solving</i> Santri Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin .....	50
2. Kelompok Eksperimen .....	51
3. Kelompok Kontrol .....	54
D. Uji Hipotesis Data .....	55
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	65
B. Saran .....	66
C. Penutup .....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>69</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>72</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Uji Validitas Angket Uji Coba.....	33
Tabel 1.2 Uji Validitas Angket Penelitian .....	37
Tabel 1.3 Schoring Jawaban Angket .....	38
Tabel 2.1 Sarana dan Prasarana Pesantren .....	45
Tabel 2.2 Kategori Kemampuan Problem Solving .....	51
Tabel 2.3 Hasil Kelompok Eksperimen Pre Test dan Post Test .....	53
Tabel 2.4 Hasil Kelompok Kontrol Pre Test Dan Post Test .....	55
Tabel 2.5 Group Statistics Kontrol dan Eksperimen Pre Test dan Post Test.....	56
Tabel 2.6 Independent Samples Test .....	56
Tabel 2.7 Group Statistics Kelompok Kontrol dan Eksperimen Post Test .....	59
Tabel 2.8 Independent Samples Test .....	60

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kisi-kisi Angket .....	73
Lampiran 2 Angket Uji Coba .....	83
Lampiran 3 Angket Shahih dan Angket Gugur .....	91
Lampiran 4 Uji Reliabilitas Angket Uji Coba .....	93
Lampiran 5 Uji Reliabilitas Angket Valid .....	94
Lampiran 6 Angket Pre Test .....	95
Lampiran 7 Angket Post Test .....	100
Lampiran 8 RPL Rencana Pelaksanaan Layanan .....	104
Lampiran 9 Hasil Skor Angket Pre Test dan Post Test Kelompok Eksperimen .....	114
Lampiran 10 Hasil Skor Angket Pre Test dan Post Test Kelompok Kontrol .....	115
Lampiran 11 Pedoman Wawancara untuk Santri.....	116
Lampiran 12 Pedoman Wawancara untuk Pengurus Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Putri.....	117
Lampiran 13 Daftar Riwayat Hidup Peneliti .....	119
Lampiran 14 Transkrip Wawancara dengan Santri Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Putri .....	120
Lampiran 15 Transkrip Wawancara dengan Pengurus Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Putri .....	139
Lampiran 16 Paired Sample T Test Angket Pre Test dan Angket Post Test .....	142
Lampiran 17 Dokumentasi Foto Kegiatan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Talk</i> dengan Teknik <i>Self Talk</i> .....	144

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Berbicara perihal memecahkan masalah merupakan pekerjaan rutin manusia, sebab dalam kehidupan sehari-hari sering kali dihadapkan pada masalah. Walaupun orang selalu berusaha untuk menyelesaikan masalah, namun kenyataannya tidak semua dapat diselesaikan. Teknik *problem solving* adalah pusat teknik yang memiliki beberapa komponen yang mencakup tujuan untuk mencegah suatu permasalahan dalam menggapainya. Teknik pemecahan masalah (*problem solving*) merupakan teknik yang merangsang berfikir dan menggunakan wawasan tanpa melihat kualitas pendapat yang disampaikan oleh peserta didik. Seorang pendidik harus pandai merangsang peserta didiknya untuk mencoba mengeluarkan pendapatnya. (Anggis Pratiwi, 2018. 25).

*Problem solving* adalah teknik pemecahan masalah (*problem solving techniques*) merupakan suatu proses yang kreatif dimana individu-individu menilai perubahan-perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya, dan membuat pilihan baru, keputusan-keputusan, dan nilai-nilai hidupnya. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa teknik pemecahan masalah merupakan teknik yang pokok untuk hidup dalam masyarakat yang penuh dengan perubahan-perubahan (Dhina Anisatul Mukaromah, 2016. 31).

Sebagai mana fenomena yang ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Anggis Pratiwi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung,

yang berjudul Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Problem Solving* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Di Madrasah Aliyah Al Hikmah Bandar Lampung. Bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Problem Solving* berpengaruh untuk meningkatkan motivasi peserta didik hal ini ditunjukkan dengan hasil *post test* setelah melaksanakan layanan dan perubahan sikap, keaktifan peserta didik dalam belajar sehari-hari (Anggis Pratiwi, 2018. 98).

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti melalui observasi pra penelitian dengan media wawancara kepada pengurus pondok pesantren putri yang dilakukan pada hari jum'at 23 maret 2019 menarik kesimpulan bahwa santri yang sering melakukan pelanggaran peraturan pondok pesantren adalah santri Komplek Al Firdaus 2 yang berpenghuni santri tingkatan SMA/MA kelas XI, dominan pelanggaran yang dilakukan membolos pengajian bandungan dan sorogan kitab, absen pengajian madrasah diniyah, datang terlambat sholat berjamaah, meninggalkan pondok pesantren tanpa izin, dan tidak menggunakan jas almamater dan kabur.

Sebagaimana permasalahan diatas, peneliti tertarik dan bermaksud untuk melakukan penelitian di pondok pesantren Al Ihya'Ulumaddin Kesugihan Cilacap, karena idealnya santri dapat berperan dalam meningkatkan kemampuan *problem solving* sesuai dengan teori yang seharusnya.

Upaya yang dapat dilakukan untuk membantu mengatasi permasalahan diatas salah satunya menggunakan teknik *self talk*. *Self talk* adalah menurut Seligman dan Reichenberg mendeskripsikan *self talk* sebagai sebuah *pep talk*

(pembicaraan yang dimaksudkan untuk membangkitkan keberanian atau *antusiasme*) positif seseorang yang diberikan seseorang kepada dirinya sendiri setiap hari. Ketika menggunakan *self talk* seseorang berulang-ulang menyebutkan sebuah frasa suportif yang sangat membantu ketika dihadapkan pada suatu masalah. *Self talk* adalah sebuah teknik yang berasal dari *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dan pendekatan pendekatan perilaku kognitif untuk konseling lainnya. REBT menyatakan bahwa “orang membuat tuntutan-tuntutan yang tidak masuk akal terhadap dirinya sendiri” yang menyebabkan berbagai gangguan psikologis (Erford, Bradley T, 2017 ; 223).

Layanan bimbingan konseling yang digunakan dalam permasalahan ini adalah bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok adalah bimbingan yang diberikan dalam suatu kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktifitas , dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu (peserta didik) yang menjadi peserta layanan. Peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan pengambilan keputusan. (Anggis Pratiwi, 2018. 13).

Berdasarkan uraian permasalahan diatas peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan menggunakan bimbingan kelompok, yaitu bimbingan yang diikuti oleh beberapa klien yang terdiri dari 8 sampai 10 anak. Adapun pendekatan yang dapat mendukung dalam proses bimbingan kelompok

yaitu dengan menggunakan pendekatan teknik *self talk*, guna untuk membantu meningkatkan kemampuan *problem solving* santri (kemampuan memecahkan masalah pada santri), dan selanjutnya penelitian ini akan dilaksanakan di pondok pesantren Al Ihya'Ulumaddin Kesugihan Cilacap.

## **B. Definisi Operasional**

Menghindari adanya kesalahan dalam memahami judul skripsi “Efektivitas Teknik *Self Talk* dalam Meningkatkan Kemampuan *Problem Solving* Santri”, ada beberapa istilah yang perlu dijelaskan. Penjelasan mengenai istilah-istilah tadi akan menjadi pembatas terhadap permasalahan-permasalahan yang akan diteliti. Istilah-istilah tersebut antara lain adalah :

### 1. Efektivitas

Efektivitas ini sesungguhnya merupakan suatu konsep yang lebih luas yang mencakup berbagai faktor didalam maupun diluar diri seseorang. Dengan demikian, efektivitas tidak hanya dapat dilihat sisi produktivitas, tetapi juga dapat dilihat dari sisi persepsi atau sikap individu (Ns. Raymond H. Simamora, 2008 : 31).

### 2. Teknik *Self Talk*

Teknik *self talk* adalah suatu teknik yang dapat digunakan untuk menyangkal keyakinan yang tidak masuk akal, dan mengembangkan pemikiran yang lebih sehat, yang akan menghasilkan *self talk* positif yang lebih sehat (Erford, Bradley T, 2017: 223).

Maksud dalam penelitian ini teknik *self talk* adalah bagaimana mengembangkan pemikiran individu yang lebih masuk akal dan sehat untuk

mewujudkan *self talk* positif, dan teknik ini dilakukan dalam bimbingan kelompok sebagai teknik untuk pemecahan masalah pada santri.

### 3. Kemampuan *Problem Solving*

Kemampuan menurut Anggit M. Sinaga dan Sri Hadiati lebih mendefinisikan kemampuan lebih pada keefektifan orang tersebut dalam melakukan segala macam pekerjaan. Yang artinya kemampuan merupakan dasar dari seseorang tersebut melakukan pekerjaan secara efektif dan tentunya efisien.

Maksud dalam penelitian ini *problem solving* adalah kemampuan cara berfikir kritis atau mengkritisi sebuah persoalan untuk pemecahan masalah yang dihadapi dirinya, sebagai contoh dalam kegiatan pembelajaran di Pesantren dengan jalan melatih santri menghadapi berbagai masalah baik itu masalah pribadi atau perorangan maupun masalah kelompok untuk dipecahkan sendiri atau secara bersama-sama.

### 4. Santri

Asal usul kata santri yang merupakan akar kata pesantren juga dikatakan bersumber dari kata santri, yang berasal dari kata *sastri*, sebuah kata dari Bahasa *Sansekerta* yang artinya melek huruf ( Nasaruddin Umar, 2014 :4 ).

Santri adalah dari ikatan kata *sant* yang berarti manusia baik, dihubungkan dengan suku kata *tra* yang berarti suka menolong, sehingga pesantren dapat diartikan sebagai tempat pendidikan manusia yang baik-baik. Santri memiliki arti yang sempit dan luas, arti sempit santri adalah

seorang pelajar sekolah agama pondok atau pesantren, dan arti luasnya berarti seorang anggota bagian penduduk Jawa yang menganut Islam dengan sungguh-sungguh (Zainal Arifin, 2018 :18).

#### 5. Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddi Kesugihan Cilacap

Merupakan lembaga pendidikan non formal yang didirikan oleh beliau KH. Badawi Hanafi tepatnya tanggal 24 November 1925 atau 1334 Hijriyah dan berlokasi di Jalan Kemerdekaan Timur Desa Kesugihan Kidul, Kecamatan Kesugihan Kabupaten Cilacap.

Berdasarkan definisi operasional di atas maka yang dimaksud dalam penelitian dengan judul penelitian “ Efektivitas teknik *self talk* dalam meningkatkan kemampuan *problem solving* santri di Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddi Kesugihan Cilacap” adalah suatu kegiatan penelitian untuk mengetahui bagaimana tingkat kemampuan *Problem Solving* santri di Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddi dengan menggunakan teknik *self talk*. Dalam penelitian ini membatasi ruang lingkup santri putri pondok pesantren Al Ihya'Ulumaddi.

#### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana Efektivitas teknik *self talk* dalam meningkatkan kemampuan *problem solving* santri di Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddi Kesugihan? ”.

## **D. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian**

### 1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah: “Untuk mengetahui Efektivitas teknik *self talk* dalam meningkatkan kemampuan *problem solving* santri.”

### 2. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian tersebut, maka manfaat yang diharapkan bisa diperoleh dari penelitian ini adalah :

#### a. Manfaat Praktis

- 1) Diharapkan mampu memberikan kontribusi pemikiran yang berguna bagi santri keberhasilan teknik *self talk* dalam Meningkatkan Kemampuan *problem solving* Santri di Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddin Kesugihan.
- 2) Memberikan informasi dan sumbangan pemikiran bagi peningkatan kualitas cara berfikir santri untuk dapat berdialog dengan dirinya sendiri dan dapat mengerti serta menyelesaikan sendiri persoalan yang dibuatnya serta dapat bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya.
- 3) Untuk menambah pengetahuan bagi peneliti secara pribadi maupun para praktisi dan pembaca pada umumnya.

#### b. Manfaat Teoritis

- 1) Menambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti secara pribadi maupun bagi pondok pesantren Al Ihya' Ulumaddin Kesugihan

tentang Efektifitas *teknik self talk* dalam meningkatkan kemampuan *problem solving* santri.

- 2) Hasil penelitian ini diharapkan menambah khazanah keilmuan pendidikan khususnya di Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Kesugihan dan pihak-pihak lain yang bersangkutan tentang pentingnya kemampuan *problem solving* santri dengan teknik *self talk*.
- 3) Untuk menambah wawasan pengetahuan tentang teori-teori kemampuan *problem solving* santri dengan teknik *self talk*.

#### **E. Telaah Pustaka**

Sejauh penulis menelaah tentang buku-buku dan bacaan lainnya maka penulis menemukan buku yang berkaitan dengan judul diatas antara lain yaitu:

Buku *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor Edisi Kedua*(2017), karangan Bradley T. Erford adalah buku yang mengkaji beberapa teknik yang harus diketahui oleh konselor dan didalam buku tersebut ada salah satu teknik yang berkaitan dengan pemahaman berdialog dengan diri sendiri yaitu Teknik *self talk*, Teknik *self talk* adalah sebuah teknik yang berasal dari Rational-Emotive Behavior Terapy REBT (Erford, Bradley T, 2007: 223).

Buku *Spiritual Problem Solving (2010)*, karangan Sholihin Zero to Hero & Kang Puji Hartono, SPS adalah buku yang mengkaji masalah adalah sarana efektif untuk membentuk kepribadian, *Tarbiyah Bil Ahdats Mendidik dengan Perkata* ( Zero to hero, Solikhin, 2010 : 71)

Buku *Team Oriented Problem Solving* (2017), karangan Vincent Gaspersz adalah buku yang mendefinisikan masalah sebagai berikut :

1. Suatu masalah didefinisikan sebagai kesenjangan antara situasi sekarang dan target yang diinginkan
2. Semua orang harus menjadi pemecah masalah (*problem solvers*) dengan cara melakukan analisis secara seksama terhadap proses, kemudian berusaha menutupi kesenjangan yang terjadi antara situasi sekarang dan target yang diinginkan.

Langkah-langkah solusi masalah yang efektif : mendefinisikan masalah secara tertulis, diawali dengan pertanyaan, apa (what) apa akibat utama (Primary Effect) dari masalah itu (Gaspersz, Vincent, 2017: 4)

Buku *Dahsyatnya Terapi Bicara Positif Self Talk Terapi* 2011. Karangan John William, adalah buku yang mengkaji masalah mengenai *self talk*, mengenal *self talk* bukan berarti anda sedang berbicara sendiri sehingga dilihat orang lain seperti orang tidak waras. *Self talk* adalah pembicaraan yang terjadi dalam pikiran anda sebelum bereaksi dengan orang lain. *Self tak* sangat mempengaruhi kualitas pembicaraan anda dengan orang lain, ketika *self talk* anda membicarakan hal-hal negatif cobalah untuk merubahnya secara positif, redamlah perasaan jengkel yang mungkin tanpa sengaja timbul akibat *self talk* yang secara spontan meracuni perasaan anda (William, Jhon, 2011: 31)

Buku *Pikiran Adalah Kunci* 2019. Karangan Muthia Z. Rizki, adalah buku yang mengkaji mengenai *self talk* atau dialog batin, sejak dilahirkan sampai berusia delapan belas tahun, manusia telah menerima lebih dari

180.000 pesan negatif. Karena kerap datang, tanpa terasa si pesan negatif menjadi bagian dalam hidup dan termanifestasi sebagai sebuah keyakinan tersendiri. Begitulah kutipan Dr. Shad Helmstetter.

*Self talk* atau dialog batin adalah kegiatan autosugesti yang memengaruhi pikiran bawah sadar anda. Sebagian orang menyebutnya afirmasi . Kemampuan anda memengaruhi diri sendiri secara otomatis sangat tergantung pada kemampuan konsentrasi anda (Rizki, Meuthia, 2019: 79)

Buku *Landasan Pendidikan* (2017). Karangan Prof. Dr. Ir Amos Neolaka. Grace Amalia adalah buku yang didalamnya membahas tentang model curah pendapat model untuk mencari pemecahan masalah (*problem solving*), model ini terdiri dari dua tahap yaitu (Grace Amalia Neolaka, Amos Neolaka, 2017: 355)

1. Tahap identifikasi gagasan atau curah pendapat
2. Tahap evaluasi gagasan.

Buku *Pemahaman Pemecahan Masalah Berdasar Gaya Kognitif* (2019), penulis Heri Agus Susanto adalah buku yang didalamnya membahas tentang langkah-langkah pemecahan masalah, pemecahan masalah atau *problem solving* didefinisikan sebagai suatu proses pencarian jalan keluar dari satu kesulitan atau rintangan (Heri Agus Susanto, 2015:26).

Skripsi Universitas Negeri Malang yang berjudul Efektivitas Penerapan Perpaduan Metode Pembelajaran *Problem Solving* dan *Stad* untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Blitar, yang disusun oleh Ika Filasanti 2008. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya

peningkatan persentase aktifitas belajar siswa sebesar 11,93% yaitu rata-rata aktiitas belajar siswa siklus I sebesar 59,58% dengan taraf keberhasilan tindakan, sedangkan pada siklus II sebesar 71,51% dengan taraf keberhasilan tindakan baik. Peningkatan juga nampak pada hasil akhir belajar sebesar 9,6%. Berdasarkan analisis data yang dilakukan yaitu menggunakan teknik analisis kualitatif, yang menjadi variabel (x) dalam penelitian ini yaitu Efektivitas Perpaduan Penerapan Metode Pembelajaran *Problem Solving* dan *Stad*, Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa menjadi variabel (y), sedangkan populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas XI SMA Negeri 1 Blitar (Ika Filasanti, 2008. abstraksi).

Perbedaan antara skripsi ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada variabel (x) dan variabel (y) serta subjek penelitian, dimana penelitian peneliti berjudul “Efektivitas Teknik *Self Talk* dalam Meningkatkan Kemampuan *Problem Solving* Santri” dalam penelitian ini yang menjadi variabel (x) yaitu efektivitas teknik *self talk* dan yang menjadi variabel (y) yaitu kemampuan *problem solving* santri, sedangkan subjek penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu seluruh santri putri Komplek Al Firdaus 2 di Pondok Pesantren Al Ihya’Ulumaddin Kesugihan Cilacp.

Skripsi Universitas Negeri Semarang yang berjudul Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Talk* untuk Meningkatkan Kepemimpinan Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 11 Semarang, yang disusun oleh Putri Limaran Sari 2019. Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa kepemimpinan siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan

teknik *self talk* termasuk kategori sedang presentase rata-rata 61,48%, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* termasuk dalam kategori tinggi presentase 73,24% sehingga terjadi penigkatan sebesar 13%. Berdasarkan analisis data yang dilakukan yaitu menggunakan penelitian eksperimen, yang menjadi variabel (x) dalam penelitian ini yaitu keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*, meningkatkan kepemimpinan menjadi variabel (y), sedangkan populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Semarang (Putri Limaran Sari,2019. 70).

Perbedaan antara skripsi ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada variabel (x) dan variabel (y) serta subjek penelitian, dimana penelitian peneliti berjudul “efektivitas teknik *self talk* dalam meningkatkan kemampuan *problem solving* santri” dalam penelitian ini yang menjadi variabel (x) yaitu efektivitas teknik *self talk* dan yang menjadi variabel (y) yaitu kemampuan *problem solving* santri, sedangkan subjek penelitian ini yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu seluruh santi putri Komplek al Firdaus 2 Pondok Pesantren Al Ihya’Ulumaddin Kesugihan Cilacap.

Skripsi Universitas Negeri Semarang yang berjudul Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 1 Kartanegara tahun ajaran 2015/2016, yang disusun oleh Dhina Anisatul Mukaromah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* terhadap motivasi belajar siswa kelas VIII D SMP Negeri 1

Kartanegara. Hal ini ditunjukkan dengan motivasi belajar siswa sebelum diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* berada pada kriteria sedang (61,01%) dan setelah diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* masuk dalam kategori sangat tinggi (74,59%) dengan demikian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa. Berdasarkan analisis data yang dilakukan yaitu menggunakan jenis penelitian *pre-eksperimen*, yang menjadi variabel (x) dalam penelitian ini yaitu pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*, peningkatan motivasi belajar menjadi variabel (y) sedangkan populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas VIII D SMP Negeri 1 Kartanegara Kabupaten Purbalingga (Dhina Anisatul Mukaromah, 2016. 54).

Perbedaan antara skripsi ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada variabel (x) dan variabel (y) serta subjek penelitian, dimana penelitian peneliti berjudul “ efektivitas teknik *self talk* dalam meningkatkan kemampuan *problem solving* santri “ dalam penelitian ini yang menjadi variabel (x) yaitu efektivitas teknik *self talk* dan yang menjadi variabel (y) yaitu kemampuan *problem solving* santri, sedangkan subjek penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu seluruh santri putri Komplek Al Firdaus 2 di Pondok Pesantren Al Ihya’Ulumaddin Kesugihan Cilacap.

## **F. Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan merupakan sebuah kerangka yang menentukan bentuk atau gambaran skripsi yang akan dibuat setelah penelitian selesai dilakukan. Secara umum isinya terdiri dari bagian awal, tengah dan akhir. Bagian awal skripsi adalah bagian permulaan skripsi yang terdiri dari halaman judul, halaman persembahan, halaman motto, halaman kata pengantar, halaman daftar isi, halaman daftar tabel, dan halaman gambar atau halaman bagan. Selanjutnya bagian kedua yaitu bagian tengah yang terdiri dari lima bab, dari bab I sampai bab V.

Bab I, berupa pendahuluan : Latar Belakang Masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, telaah pustaka, dan sistematika penulisan skripsi.

Bab II, berupa landasan teori atau kajian teori : yaitu kemampuan *Problem Solving* Santri Pondok Pesantren Al Ihya'ulimaddin Kesugihan hipotesis tindakan dan indikator lapangan.

Bab III, penggunaan metode penelitian eksperimen yang terdiri dari jenis dan pendekatan penelitian, tempat dan waktu penelitian, subjek atau objek penelitian, prosedur penelitian, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

Bab IV, laporan hasil penelitian dan pembahasan yang terdiri dari beberapa sub, yaitu sub pertama tentang gambaran umum Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddin Kesugihan Cilacap meliputi: sejarah singkat, letak dan keadaan geografis. Sub yang kedua tentang gambaran umum berdirinya

Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddin Kesugihan Cilacap. Sub ketiga berupa hasil penelitian dan pembahasan penelitian tindakan yang telah dilakukan mengenai Efektifitas Teknik *Self Talk* dalam Meningkatkan Kemampuan *Problem Solving* Santri

Bab V, merupakan penutup yang berisi kesimpulan dan saran. Bagian akhir skripsi memuat daftar pustaka, lampiran-lampiran dan daftar riwayat hidup peneliti.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Teknik *Self Talk*

##### 1. Asal Mula Teknik *Self Talk*

Seligman dan Reichenbreg (2013) mendeskripsikan *self talk* sebagai sebuah *pep talk* (pembicaraan yang dimaksudkan untuk membangkitkan keberanian atau antusiasme) positif yang diberikan seseorang kepada dirinya sendiri setiap hari. Ketika menggunakan *self talk*, seseorang berulang-ulang menyebutkan sebuah frasa suportif yang sangat membantu ketika dihadapkan pada suatu masalah. *Self talk* adalah sebuah teknik yang berasal dari *rational emotive behavior therapy* (REBT) dan pendekatan-pendekatan perilaku kognitif untuk konseling lainnya (REBT menyatakan bahwa “ orang membuat tuntutan-tuntutan yang tidak masuk akal terhadap dirinya sendiri “ yang mengakibatkan berbagai gangguan psikologis.

Percakapan orang dengan dirinya didasarkan pada keyakinan mereka pada dirinya. *Self talk* bersifat *self fulfilling*, dan penting bagi orang-orang untuk belajar cara-cara untuk menantang keyakinan-keyakinan yang tidak masuk akal. *Self talk* adalah suatu teknik yang dapat digunakan untuk menyangkal keyakinan yang tidak masuk akal dan mengembangkan pemikiran yang lebih sehat, yang akan menghasilkan *self talk* yang lebih positif. *Self talk* adalah suatu cara dari orang-orang untuk menangani pesan

negatif yang mereka kirimkan kepada dirinya sendiri (Erford, Bradley T , 2017 :223).

## **2. Mengenal *Self Talk***

*Self talk* bukan berarti anda sedang bicara sendiri sehingga dilihat orang lain seperti orang tidak waras. *Self talk* adalah pembicaraan yang terjadi dalam pikiran anda sebelum bereaksi dengan orang lain. Menurut penelitian, setiap hari seseorang akan berbicara dengan dirinya sendiri *self talk* sebanyak 50.000 kali. Sebuah angka yang luar biasa. Jika dalam sehari semalam anda rata-rata tidur delapan jam misalnya, berarti 16 jam dalam kondisi terjaga, maka jika dihitung setiap menitnya anda melakukan *self talk* sebanyak 52 kali. Artinya, hampir setiap detik anda melakukan atau berbicara dengan diri sendiri.

*Self talk* sangat mempengaruhi pembicaraan anda dengan orang lain. Oleh karena itu anda harus menjaga *self talk* anda saat berkomunikasi dengan orang lain. Ketika *self talk* anda membicarakan hal-hal yang negatif, cobalah untuk merubahnya secara positif. Redamlah perasan jengkel yang mungkin tanpa sengaja timbul akibat *self talk* yang secara spontan meracuni perasaan anda (Jhon William, 2011 : 31)

## **3. Cara Mengimplementasikan Teknik *Self Talk***

Metode empat langkah populer untuk mengurangi *self talk* negatif disebut metode *countering*. Dalam langkah pertama, tujuannya adalah untuk

mendeteksi dan mendiskusikan *self talk* negatif. Untuk meningkatkan efektivitasnya, perlu bagi konselor profesional untuk mengetahui dalam *self talk* negatif yang mana klien terlibat, seberapa sering *self talk* negatif terjadi, tipe-tipe situasi yang memunculkan *self talk* negative (Erford, Bradley T ,2017 :225).

#### **4. Variasi-variasi Teknik *Self Talk***

Salah satu variasi teknik *self talk* adalah *P and Q method* (metode P dan Q ). Dalam metode ini, ketika *self talk* negatif dimulai, klien *pause* (P) berhenti mengambil napas dalam-dalam, dan *question* (Q) menanyai dirinya sendiri untuk menemukan apa yang meresahkan tentang situasinya. Salah satu pertanyaannya seharusnya menyangkut sebuah cara alternatif untuk menafsirkan apa yang telah terjadi sehingga klien dapat menangani perasaan-perasaanya dengan tepat.

#### **5. Kegunaan dan Evaluasi Teknik *Self Talk***

*Self talk* adalah suatu teknik yang lazim digunakan untuk menangani masalah-masalah, seperti perfeksionisme, kekhawatiran, *self esteem*, dan pengelolaan amarah. Teknik ini juga dapat digunakan dengan klien-klien yang perlu mengembangkan motivasi.

Konselor profesional dapat mengajarkan teknik ini kepada klien yang memerlukan bantuan untuk mengelola stres. Oleh karena *self talk* negatif dapat menghasilkan stres, masuk akal jika *self talk* dapat

menghasilkan stres yang lebih rendah. Dengan mengubah efek situasi *stressful* pada klien, stres dapat dikurangi.

*Self talk* positif digunakan untuk membantu anak-anak untuk lebih memfokuskan pada hal-hal positif daripada negatif dan untuk memperkuat keterampilan *coping* mereka. Tujuannya adalah agar anak mengidentifikasi pikiran-pikiran atau *self talk* negatif dan mengenali bahwa situasi itu biasanya tidak seburuk kelihatannya. Strategi ini tidak dimaksudkan untuk mengikis perasaan anak atau sebagai suatu pendekatan berfikir positif yang terlalu disederhanakan, alih-alih, strategi ini dimaksudkan sebagai suatu cara untuk membantu seorang anak yang memiliki pikiran-pikiran negatif yang tidak realistis untuk mengidentifikasi pola negatif ini dan mengembangkan cara pandang yang lebih realistis dan adaptif (Erford, Bradley T, 2017 :231).

## **6. Kunci Sukses *Self Talk***

*Self talk* adalah salah satu kunci motivasi, boleh memilih untuk mengucapkan *self talk* yang melemahkan atau menguatkan diri menjadi orang yang sukses. Yang penting adalah terbiasa untuk berbicara dengan diri sendiri sehingga akan memetik banyak manfaat. Pepatah mengatakan bahwa musuh terbesar adalah diri sendiri, namun komunikasi yang baik diantara *conscious* dan *subcondous* justru akan menjadikan sahabat terbaik adalah diri sendiri.

*Subconciuous* adalah hasil proses dari manusia sejak bayi, keluarga, pendidikan, lingkungan, pergaulan dengan teman, idola, tokoh dan semua

hal yang diakses seseorang. Hal ini berarti *subconscious* dapat berisi hal-hal yang merugikan dan tidak bermanfaat.

Kesadaran diri dibagian sadar (*conscious*) maupun bawah sadar (*subcondous*) pada dasarnya adalah diri yang membutuhkan perhatian dari diri sendiri. Mereka adalah bagian dari diri yang telah melakukan banyak hal untuk menjaga diri, dengan memberikan perhatian yang baik maka kesadaran akan terus memberikan yang terbaik dalam kehidupan (Jhon William, 2011:87)

Pemaparan diatas dapat ditarik kesimpulan, teknik *self talk* adalah berbicara atau berdialog batin dengan diri sendiri untuk memberikan sugesti yang berupa sugesti positif dan sugesti negatif, untuk dapat mengontrol diri maka usahakanlah pikiran dan hati ter sugesti oleh *self talk* dengan sugesti positif.

## **B. Problem Solving**

### **1. Pengertian *problem solving***

*Problem solving* adalah belajar memecahkan masalah berdasarkan beberapa prinsip atau gejala atau peristiwa yang telah terjadi dengan beberapa kemungkinan. Pada tingkat ini peserta didik belajar untuk merumuskan dan memecahkan masalah, serta memberikan respon terhadap rangsangan yang menggambarkan atau membangkitkan situasi problematik dengan menggunakan berbagai kaidah yang telah dikuasainya.

*Problem solving* merupakan suatu strategi pembelajaran yang masuk ke dalam ranah metode pembelajaran. Metode pembelajaran *problem solving* adalah suatu metode dengan konsep pemecahan masalah. Dengan metode *problem solving* ini, diharapkan siswa bisa lebih terampil dan kreatif didalam memecahkan suatu masalah ilmu pengetahuan. Selain itu, metode *problem solving* juga memiliki maksud tertentu, yaitu agar peserta didik lebih aktif didalam mengikuti proses pembelajaran, tidak pasif dengan hanya mendengarkan ceramah dari guru. (Ahmad Fikri Luqoni, 2018. 16)

## **2. Rintangan dalam Pemecahan Masalah**

Sesuatu terasa ajaib ketika memecahkan suatu masalah. Ketika menemukan sebuah solusi, sering kali insting mengatakan bahwa itulah yang terbaik. Sebuah masalah bisa saja memiliki berbagai bentuk yaitu (David Cotton, 2017: 9) :

- a. Ketidak sesuaian antara harapan dan kenyataan
- b. Kegagalan mencapai setandar yang telah diterapkan
- c. Kebutuhan untuk mencapai sesuatu melebihi standar yang telah ada
- d. Performa atau hasil yang tidak konsisten

## **3. Kemampuan Pemecahan Masalah**

Untuk memperoleh kemampuan dalam pemecahan masalah, seseorang harus mempunyai banyak pengalaman dalam memecahkan berbagai masalah. Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang diberi banyak latihan pemecahan masalah memiliki nilai lebih tinggi dari

anak yang latihannya lebih sedikit (A. M. Irfan Taufan Asfar, Syarif Nur , 2018:25).

Pemecahan masalah merupakan kemampuan dasar yang harus dikuasai oleh siswa. Bahkan tercermin dalam konsep kurikulum berbasis kompetensi. Tuntutan akan kemampuan pemecahan masalah dipertegas secara *eksplisit* dalam kurikulum tersebut yaitu, yaitu sebagai kompetensi dasar yang harus dikembangkan dan diintegrasikan pada sejumlah materi yang sesuai.

Salah satu untuk mengembangkan kemampuan siswa dalam pemecahan masalah adalah melalui penyediaan pengalaman pemecahan masalah yang memerlukan strategi yang berbeda-beda dari suatu masalah ke masalah lainnya. Pembelajaran pemecahan masalah tidak sama dengan pembelajaran soal-soal yang telah diselesaikan *solved problems* (A. M. Irfan Taufan Asfar, Syarif Nur , 2018:61).

Kemampuan anak dalam pemecahan masalah sangat berkaitan dengan tingkat perkembangan mereka, dengan demikian masalah-masalah yang diberikan pada anak tingkat kesulitannya harus disesuaikan dengan perkembangan mereka. Semakin tinggi kemampuan seseorang maka semakin sanggup merumuskan tujuannya dan mempunyai inisiatif tanpa menunggu perintah dari orang lain. Seseorang yang tingkat kemampuannya/kecerdasannya tinggi maka dia semakin kreatif dan melakukan sesuatu tanpa menunggu perintah orang lain(A. M. Irfan Taufan Asfar, Syarif Nur , 2018:28).

Pemaparan diatas dapat ditarik kesimpulan, *problem solving* adalah cara berfikir kritis atau mengkritisi sebuah persoalan untuk pemecahan masalah yang dihadapinya. Pemecahan masalah atau *problem solving* / pemecahan masalah merupakan kemampuan, pengetahuan yang dimiliki setiap orang yang dalam pemecahannya berbeda-beda tergantung pada apa yang dilihat, diamati, diingat, dan dipikrannya sesuai pada kejadian dikehidupan nyata.

#### **4. Aspek-aspek pemecahan masalah/ *problem solving***

Menurut Newell & Simon, menyebutkan aspek-aspek pemecah masalah terdiri dari : *starting state, goal state, dan set of operators.*

##### *a. Starting state*

Adalah titik awal pertama individu mendapatkan masalah, jadi masalah yang terjadi itu mempunyai penyebab yang jelas sehingga timbul masalah.

##### *b. Goal state*

Adalah keadaan yang diinginkan, harapan-harapan yang diinginkan supaya masalah itu bisa terselesaikan. Keadaan yang diinginkan ini juga memengaruhi tingkat kemudahan atau kesulitan orang dalam memecahkan masalah.

##### *c. Set of operators*

Adalah langkah-langkah atau tahapan yang diinginkan individu dalam memecahkan masalah.

Sedangkan menurut Stein dan Book. Kemampuan memecahkan masalah bersifat multifase dan mensyaratkan kemampuan menjalani proses didalam pemecahan masalah tersebut. Aspek-aspek pemecahan masalah/ *problem solving* yaitu :

1) Mampu memahami masalah

Individu memahami bahwa masalah merupakan sesuatu hal yang wajar dan sudah menjadi bagian dari kehidupan setiap manusia. Dengan demikian individu harus dapat menghadapi masalah, sehingga tidak menyesali secara berlebihan atau menganggapnya sebagai beban yang hanya dirinya sendiri yang mengalaminya. Individu yang berhasil memecahkan masalah memandang masalah sebagai tantangan yang harus diatasi atau sebagai pengalaman berharga yang akan membantunya semakin kuat dan berkembang. Dengan pendekatan yang positif tersebut masalah akan lebih dapat dipecahkan secara efektif.

2) Mampu merumuskan masalah se jelas mungkin

Individu mengidentifikasi adanya masalah, kemudian merumuskan atau menyatakan dengan jelas pokok permasalahan tersebut. Dengan demikian individu tersebut telah mengetahui pokok permasalahannya dan bisa memikirkan jalan keluar untuk menyelesaikan masalah tersebut, sehingga masalah dapat diselesaikan dengan baik.

3) Mampu menemukan sebanyak mungkin alternatif pemecahan

Menemukan berbagai gagasan atau ide yang sangat mungkin dilakukan dalam memecahkan masalah. Dalam hal ini individu harus dapat menemukan dan menyiapkan tindakan-tindakan ataupun rencana apa saja yang akan dilakukan untuk memecahkan suatu permasalahan.

- 4) Mampu mengambil keputusan untuk menerapkan salah satu alternatif pemecahan

Individu memilih gagasan yang paling baik untuk dilaksanakan dalam memecahkan suatu masalah. Individu harus dapat menentukan salah satu gagasan terbaik dari berbagai gagasan lainnya untuk dilaksanakan, dengan mempertimbangkan baik dan buruknya suatu gagasan yang akan dilaksanakan.

- 5) Mampu menilai hasil penerapan alternatif pemecahan yang digunakan

Individu melakukan penilaian terhadap tindakan yang telah diambil dalam penyelesaian suatu permasalahan, hal ini untuk mengetahui apakah tindakan yang diambil telah berhasil ataupun gagal memecahkan suatu masalah.

- 6) Mampu mengulangi proses pemecahan apabila masalahnya belum terpecahkan

Saat suatu tindakan belum berhasil menyelesaikan suatu permasalahan, maka individu harus dapat mengulangi tindakannya hingga permasalahan tersebut terpecahkan. Misalnya seorang siswa melakukan kesalahan dalam menyelesaikan tugasnya, maka yang harus dilakukan memperbaiki tugas tersebut hingga tugasnya selesai

dengan baik dan bukan sebaliknya menghindari pekerjaan tersebut.(Lailatul Istiqomah,2015. 27).

### C. Hipotesis

Hipotesis berasal dari kata *hypo* (di bawah, lemah) dan *thesa* (kebenaran). Dari kedua kata tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah. Karena sifatnya masih sementara, maka perlu dibuktikan kebenarannya melalui data empirik yang terkumpul (Sugiono, 2008 :326).

Berdasarkan sifatnya hipotesis ada dua, yaitu hipotesis nol (*null hypothesis*) atau hipotesis nihil yang disingkat dengan “ $H_0$ ”, dan hipotesis alternatif atau hipotesis kerja yang selanjutnya disingkat dengan “ $H_a$ ”. Hipotesis nol yaitu keadaan yang mencerminkan tidak terbuktinya hipotesis. Sedangkan hipotesis kerja adalah hipotesis yang diterima apabila hipotesis nol ditolak(Purwanto, 2007 :82).

Hipotesis kerja ( $H_a$ ) dalam penelitian ini adalah Ada peningkatan yang signifikan kemampuan *problem solving* santri antara sebelum dan sesudah penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*. Sedangkan hipotesis nihil ( $H_0$ ) adalah Tidak ada peningkatan yang signifikan kemampuan *problem solving* santri antara sebelum dan sesudah penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

##### **1. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengurangi faktor lain yang bisa mengganggu. Jadi eksperimen dilakukan untuk mengetahui akibat dari suatu perlakuan(Umi Zulfa, 2011:11).

Bentuk atau desain eksperimennya adalah *Nonequivalent Control Group Desain*, yaitu eksperimen yang dilakukan dengan pengukuran sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) pemberian treatment pada dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok control, akan tetapi kelompok eksperimen maupun kontrol tidak dipilih secara random(Sugiyono,2015:79).

##### **2. Pendekatan Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Disebut Kuantitatif karena menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika. Untuk memperoleh data-data yang diperlukan, penelitian ini lebih banyak menggunakan metode pengumpul data berupa kuisisioner atau angket(Saifudin Azwar,2007:5).

## **B. Waktu dan Tempat Penelitian**

### **1. Waktu Penelitian**

Waktu penelitian ini akan dilaksanakan selama 9 bulan, mulai dari bulan September 2019 sampai dengan bulan Mei 2020.

### **2. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan dengan mengambil tempat di Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddin Putri Kesugihan Cilacap.

## **C. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono,2015:38). Objek dalam penelitian ini yaitu permasalahan tentang rendahnya kemampuan *problem solving*/ pemecahan masalah. Santri Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddin Kesugihan Cilacap, banyak yang masih memiliki kemampuan *problem solving* yang rendah. Hal ini menjadi objek permasalahan karena santri yang memiliki kemampuan *problem solving* rendah akan terganggu proses belajar mengajar (mengaji) di pondok Pesantren.

Variabel dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua macam yaitu :

1. Variabel independen atau disebut juga variabel bebas, yaitu variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atas timbulnya suatu akibat (Umi Zulfa,2011:47). Biasanya disimbolkan dengan huruf X, yang dimaksud variabel independen dalam penelitian ini adalah Teknik *Self Talk*.

2. Variabel dependen atau disebut juga variabel terikat, yaitu merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Biasanya disimbolkan dengan huruf Y, yang dimaksud variabel dependen dalam penelitian ini adalah Kemampuan *Problem Solving* santri.

Berdasarkan uraian diatas jelas bahwa penelitian “Efektifitas Teknik *Self Talk* dalam Meningkatkan Kemampuan *Problem Solving* Santri”, mempunyai dua variabel penelitian, yaitu Teknik *Self Talk* (Variabel X), dan Kemampuan *Problem Solving* Santri (Variabel Y).

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

Subjek penelitian adalah segala sesuatu baik itu berupa manusia, tempat atau barang yang bisa memberikan informasi (data) yang diperlukan penelitian (Umi Zulfa, 2011:48). Subjek dalam penelitian ini adalah santri Pondok Pesantren Al Ihya’Ulumaddin Kesugihan Cilacap Komplek Al Firdaus 2, karena santri yang digunakan untuk mengetahui data tentang pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* kepada santri yang memiliki kemampuan *problem solving* rendah.

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti yang dipelajari dan kemudian ditarik kesimpilannya. Dalam penelitian ini yang akan menjadi populasi adalah santri Pondok Pesantren Al Ihya’Ulumaddin Kesugihan Cilacap Komplek Al Firdaus 2 yang jumlah pastinya tidak diketahui.

Sampel merupakan contoh atau wakil dari suatu populasi yang cukup besar jumlahnya. Sampel dalam penelitian ini yaitu sebagian dari jumlah santri Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddin Kesugihan Cilacap Komplek Al Firdaus

2. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik penelitian purposive sampling. Purposive sampling adalah salah satu teknik sampling non random sampling dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian. Adapun ciri-ciri khusus sampel dalam penelitian ini adalah santri yang memiliki kemampuan *problem solving* rendah.

#### **E. Metode Pengumpul Data**

Metode adalah cara-cara yang digunakan/ditempuh oleh peneliti untuk mendapatkan informasi yang terdapat pada subjek penelitian. Untuk memperoleh data yang akurat dan valid maka peneliti menggunakan beberapa metode diantaranya adalah :

##### **a. Metode Observasi (Pengamatan)**

Metode observasi adalah cara mengumpulkan data dengan jalan melihat secara langsung suatu aktivitas, kejadian atau benda yang diperkirakan bisa memberikan informasi atau data penelitian. Dalam hal ini, Observasi akan diarahkan untuk melihat Efektivitas teknik *self talk* dalam Meningkatkan Kemampuan *problem solving* Santri, sehingga peneliti akan

langsung menangkap fenomena berupa performance kemampuan *problem solving* Santri yang tampak secara langsung dari subyek penelitian.

b. Wawancara

Metode ini merupakan kegiatan menggali data dengan jalan mengajukan pertanyaan kepada responden. Wawancara ini digunakan bila ingin memperoleh data secara lebih mendalam serta dengan jumlah responden yang sedikit. Metode ini digunakan untuk memperoleh informasi tentang bagaimana teknik *self talk* dalam Meningkatkan Kemampuan *problem solving* santri.

c. Angket

Angket merupakan alat untuk mengumpulkan informasi dengan menyampaikan sejumlah pertanyaan tertulis yang diberikan kepada responden. Angket digunakan untuk menggali data tingkat kemampuan *problem solving* santri. Metode angket dalam penelitian ini ditunjukan kepada santri di Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddin Kesugihan Cilacap Komplek Al Firdaus 2, yang berjumlah 58 santri.

Angket ini dibagi menjadi angket tertutup dan terbuka. Namun yang digunakan oleh peneliti adalah angket tertutup, yaitu angket yang sudah diberikan alternatif jawabannya sehingga responden tertutup kemungkinannya untuk memberikan jawaban diluar jawaban yang sudah disediakan dalam angket(Umi Zulfa,2011:70).

## **F. Uji Instrumen**

Uji keabsahan data dalam penelitian kuantitatif sesungguhnya adalah uji instrumen. Uji instrumen dilakukan sebelum peneliti terjun ke lapangan dan biasanya dalam penelitian kuantitatif uji instrumen menggunakan dua cara, yaitu uji validitas dan uji reliabilitas.

### **1) Uji validitas**

Validitas adalah ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu alat ukur yang valid, tidak sekedar mampu mengungkapkan data dengan tepat akan tetapi juga harus memberikan gambaran yang cermat mengenai data tersebut. Cermat berarti mampu memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya diantara subjek yang satu dengan yang lain (Saifudin, Azwar, 2010:6). Menggunakan alat ukur yang bertujuan untuk mengukur suatu aspek tertentu akan tetapi tidak dapat memberikan hasil ukur yang cermat dan teliti dapat menimbulkan berbagai kesalahan. Uji instrumen merupakan suatu cara untuk melihat apakah instrumen penelitian ini mampu mengambil data yang tepat atau benar. Jika instrumen tersebut tidak mampu mengambil data yang tepat artinya data yang terambil tidaklah benar atau sah.

Penelitian ini, yang diuji validitas hanya uji validitas angket. Standar uji validitas butir angket dihitung menggunakan *SPSS (Statistical Program For Social Science) 16.0 for windows* dengan hasil sebagai berikut :

**Tabel 1.1****Uji Validitas Angket Uji Coba**

No	Corrected Item Total Correlation	Simpulan	No	Corrected Item Total Correlation	Simpulan
1	0,281	Gugur	39	0,962	Sahih
2	0,631	Sahih	40	0,213	Gugur
3	0,206	Gugur	41	0,133	Gugur
4	0,689	Sahih	42	0,324	Sahih
5	0,277	Gugur	43	-0,059	Gugur
6	0,693	Sahih	44	0,372	Sahih
7	0,157	Gugur	45	0,122	Gugur
8	0,350	Sahih	46	0,890	Sahih
9	0,723	Sahih	47	0,408	Sahih
10	0,570	Sahih	48	0,577	Sahih
11	0,452	Sahih	49	0,573	Sahih
12	0,637	Sahih	50	0,221	Gugur
13	-0,018	Gugur	51	0,308	Sahih
14	0,089	Gugur	52	0,775	Sahih
15	0,806	Sahih	53	-0,300	Gugur
16	-0,521	Gugur	54	-0,654	Gugur
17	0,552	Sahih	55	-0,719	Gugur
18	-0,412	Gugur	56	0,186	Gugur
19	0,729	Sahih	57	0,866	Sahih
20	0,794	Sahih	58	-0,622	Gugur
21	0,787	Sahih	59	-0,415	Gugur
22	0,672	Sahih	60	0,451	Sahih

23	0,124	Gugur	61	-0,298	Gugur
24	-0,037	Gugur	62	0,782	Sahih
25	-0,005	Gugur	63	0,136	Gugur
26	0,358	Sahih	64	0,455	Sahih
27	0,726	Sahih	65	0,752	Sahih
28	0,017	Gugur	66	0,451	Sahih
29	-0,133	Gugur	67	0,572	Sahih
30	-0,784	Gugur	68	0,421	Sahih
31	-0,670	Gugur	69	0,865	Sahih
32	0,384	Sahih	70	-0,384	Gugur
33	0,754	Sahih	71	0,471	Sahih
34	0,474	Sahih	72	0,738	Sahih
35	0,012	Gugur	73	0,550	Sahih
36	0,327	Sahih	74	0,189	Gugur
37	0,572	Sahih	75	0,355	Sahih
38	-0,081	Gugur			

Berdasarkan tabel diatas, butir soal angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah yang nilai *Corrected Item-Total Correlation* diatas 0.300(Numally,2010:230). Jadi butir soal yang dibawah 0.300 dinilai gugur dan yang diatas 0.300 dinilai sah. Adapun butir soal angket yang sah tidak semuanya digunakan. Hanya diambil yang nilai *Corrected Item-Total Correlation*-nya tinggi dari masing-masing aspek kemampuan *problem solving*.

Dari 75 butir soal angket, terdapat 32 butir soal yang gugur dan 43 butir soal yang sah. Dari 43 butir soal angket yang sah, hanya 40 butir

soal yang digunakan dalam instrumen penelitian. Ada 3 butir soal angket valid yang tidak digunakan, hal ini karena aspek dalam 3 butir angket telah diwakili oleh butir lain yang nilai *Corrected Item-Total Correlation*-nya lebih tinggi. Sedangkan dari butir soal yang gugur, ada 1 butir soal yang pernyataannya diganti kemudian digunakan dalam penelitian. Ini karena ada satu aspek yang butir angketnya gugur semua. Oleh karena satu butir angket yang pernyataannya diganti digunakan dalam penelitian untuk mewakili aspek tersebut.

## 2) Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas yaitu uji kekonsistenan atau keajegan instrumen untuk menghasilkan data yang sama benarnya walaupun dilakukan oleh siapapun. Dengan kata lain uji reliabilitas adalah uji instrumen untuk melihat apakah instrumen yang dibuat cukup dipercaya untuk menghasilkan data yang sah atau benar (Umi Zulfa, 2011:94).

Ciri dari data yang dipercaya yaitu data tersebut harus ajeg / tetap walaupun diambil dalam waktu, tempat dan peneliti yang berbeda, sehingga data yang dihasilkan dapat digunakan oleh peneliti sebagai sampel yang sebenarnya.

Instrumen dikatakan reliabel apabila harga  $r$  hitung lebih besar atau sama dengan harga  $r$  tabel ( $r \text{ hitung} \geq r \text{ tabel}$ ). Sedangkan sebuah instrumen dikatakan tidak reliabel apabila harga  $r$  hitung lebih kecil dari  $r$  tabel ( $r \text{ hitung} \leq r \text{ tabel}$ ). Dalam penelitian ini menggunakan reliabilitas

belah dua. Reliabilitas belah dua adalah reliabel yang mengukur konsistensi internal adalah salah satu tipe reliabilitas yang didasarkan pada keajegan tes.

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan alfa cronbach. Alfa cronbach ini menentukan konsistensi jawaban responden atas suatu instrumen penelitian. Syarat suatu instrumen yang reliabel adalah apabila koefisien alfa cronbach diatas 0,85 (Nunnally,2010:30). Rumus perhitungannya adalah sebagai berikut :

$$r_{11} = \frac{K}{K-1} \times \left\{ 1 - \frac{\sum Si^2}{St} \right\}$$

Dimana :

$r_{11}$  = Nilai reliabilitas

$\sum Si$  = Jumlah Varians skor tiap-tiap item

$St$  = Varians total

$K$  = Jumlah item

Perhitungan uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *SPSS 16.0 for windows*. Perhitungan yang dilakukan adalah uji reliabilitas untuk semua item yang gugur maupun yang valid dan uji reliabilitas hanya untuk item yang valid serta digunakan dalam instruen penelitian. Hasil uji reliabilitas instrumen angket dari instrumen kemampuan problem solving santri semua item baik yang valid maupun tidak valid didapatkan nilai koefisien Alpha Croncbach'h sebesar

**Tabel 1.2**  
**Validitas Angket**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.920	40

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa tingkat reliabilitasnya adalah 0,920 ini menunjukkan bahwa butir-butir pernyataan dalam angket memenuhi standar yang sangat baik.

### **G. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data adalah proses penyusunan, dan pengolahan data agar dapat digunakan untuk membenarkan atau sebaliknya yaitu menyalahkan hipotesis setelah semua data yang dibutuhkan terkumpul(Sujana Nana,2010:76). Selanjutnya adalah mengelola dan menanalisis data tersebut. Berdasarkan masalah yang diteliti disini yaitu teknik *self talk* ( variabel X) dan kemampuan *problem solving* menjadi (variabel Y).

Data mengenai kemampuan *problem solving* santri merupakan data yang bersifat kualitatif, maka kemudian data tersebut diubah menjadi data yang bersifat kuantitatif. Langkah yang digunakan untuk merubah hal

tersebut adalah dengan pemberian skor terhadap setiap jawaban yang diberikan oleh responden dengan ketentuan sebagai berikut :

**Tabel 1.3**

**Schoring Jawaban Angket**

No	Kriteria Pernyataan	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	Sangat Setuju	4	1
2.	Setuju	3	2
3.	Kurang Setuju	2	3
4.	Tidak Setuju	1	4

Teknik analisis data yang digunakan untuk menganalisis data tersebut adalah Uji t. Dalam penelitian ini menggunakan Uji t sampel berpasangan (Paired Sampel T Test) untuk mengukur kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pre test dan post test. Sedangkan untuk mengukur Pre test kelompok eksperimen dan pre test kelompok kontrol menggunakan uji t dua sampel bebas (Independent Sample T Test).

Paired Sampel T Test adalah analisis untuk mengetahui perbedaan dua sampel yang berpasangan. Independen Sample T Test adalah analisis untuk mengetahui perbedaan dua sampel bebas (Duwi Priyatno, 2013:97). Jadi Paired Sample T Test merupakan analisis data menggunakan uji t untuk sampel-sampel yang berkorelasi yaitu nilai atau skor dari kedua sampel diambil dari subjek yang berbeda, akan tetapi harus memiliki karakteristik yang sama. Sedangkan Independent Sample T Test merupakan analisis uji t untuk sampel-sampel yang tidak berkorelasi yaitu nilai atau skor dari kedua sampel diperoleh dari subjek yang berbeda.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS**

#### **A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddin Kesugihan Cilacap**

##### **1. Sejarah Berdirinya Pondok Pesantren Al-Ihya 'Ulumaddin Kesugihan**

Pondok Al-Ihya 'Ulummaddin terletak di desa Kesugihan Kidul, Kecamatan Kesugihan Kabupaten Cilacap, di atas areal tanah seluas 4 Ha. Kehadiran pondok pesantren ini dilandasi dengan semangat keagamaan untuk berdakwa yang bertujuan ikut serta mencerdaskan kehidupan bangsa yang ditindas oleh penjajah Belanda pada saat itu. tepatnya 24 November 1925/1344 H, seorang tokoh ulama bernama KH. Badawi Hanafi mendirikan pondok pesantren di desa kesugihan, ia memanfaatkan musholah peninggalan ayahnya, yakni KH. Fadil untuk mengawali perintisan pesantren. Musholah atau langgar tersebut dikenal dengan nama "Langgar Duwur". Pada awalnya pondok ini dikenal dengan "pondok pesantren Kesugihan".

Tahun 1961, pondok pesantren ini berubah nama menjadi pendidikan dan pengajaran agama Islam (PPAI), kemudian tahun 1983, namanya di rubah menjadi "Pondok Pesantren Al-Ihya 'Ulumaddin". Perubahan nama di lakukan oleh KH. Mustholih Badawi, putra KH. Badawi Hanafi. Perubahan itu di lakukan untuk mengenang al-marhum ayahnya yang sangat mengagumi karya monumental Imam Al-Ghazali,

yakni kitab Ihya ‘Ulumiddin, tentang pembaharuan Islam. PP. Al-Ihya ‘Ulumaddin secara Ekonomi berada pada masyarakat *plural* (beragam) yang terdiri dari nelayan, pedagang, petani, wiraswata dan pegawai negeri. Dari segi geografis lokasi pesantren dekat dengan pusat kota Cilacap. Kondisi ini sedikit banyak mempengaruhi proses perkembangan pesantren dalam upaya menjaga dan melestarikan nilai-nilai luhur tradisi keagamaan. Keseimbangan tersebut dapat tercipta karena masih adanya pengaruh karismatik para Kyai di wilayah kesugihan, yang kemudian identik dengan kota santri. Letak geografis semacam itu, memberikan inspirasi PP Al-Ihya ‘Ulumaddin dalam ikut memberdayakan masyarakat sekitar, cenderung mengubah pendekatan agraris dan kelautan. Hal ini dimaksudkan agar kehadiran pesantren lebih nyata dalam memainkan peran sebagai agen perubahan (*agen of change*).

## **2. Struktur Dewan Pengasuh dan Pengurus PPAI (Dokumentasi data kesekretariatan Pondok Pesantren Al Ihya Ulumaddin Kesugihan tahun,2019).**

Struktur kepengurusan PPAI putri terdiri dari dewan pengasuh, dewan pengawas, dewan pelaksana nyai dan pengurus PPAI dengan uraian sebagai berikut:

### **a. Dewan Pengasuh**

Struktur dewan pengasuh Pondok Pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin adalah sebagai berikut:

- 1) Mbah Nyai Hj. Fauziyah Mustholih Badawi

- 2) Mbah Nyai Hj. Salamah Chasbulloh Badawi
- 3) Nyai Hj. Wardah Shomitah
- 4) Nyai Hj. Hanifah Muyassaroh S.Ag., M.Si
- 5) Nyai Hj. Widadatul 'Ulya S.Ag., M.Pd

b. Dewan Pengawas

Struktur dewan pengawas Pondok Pesantren Al-Ihya

'Ulumaddin Kesugihan adalah sebagai berikut:

- 1) Ibu Nyai Muflikhah
- 2) Ibu Nyai Hj. Ma'rifah, S.Pd.I., AH
- 3) Ibu Nyai Kharisatul Ulwiyah, A.Mk
- 4) Ibu Nyai Wirdianul 'Ulum, S.Psi
- 5) Ibu Nyai Elok Faiqoh
- 6) Ibu Nyai Hj. Unaisah, AH

c. Dewan Pelaksana Nyai

Struktur dewan Pelaksana Nyai Pondok Pesantren Al-Ihya

'Ulumaddin adalah sebagai berikut:

- 1) Ibu Nyai Wijhatul Amalina, S.Ag
- 2) Ibu Nyai Manarotul Baidlo, AH
- 3) Ibu Nyai Masqurrotu Aeni
- 4) Ibu Nyai Hj. Mangunah, AH
- 5) Ibu Nyai AFINIDA SHOLIKHAH, S.Pd
- 6) Ibu Nyai Wihdatul Husna, S.S
- 7) Ibu Nyai Fasihatun Mutammimah, AH

- 8) Ibu Nyai Siti Shofia
  - 9) Ibu Nyai Munjiyatun
  - 10) Ibu Nyai Syarifah Fatimah
- d. Pengurus Pondok Pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin Putri(Dokumentasi data kepengurusan Pondok Putri,2019).

Struktur kepengurusan Pondok Pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin adalah sebagai berikut:

- 1) Ketua Umum dan Bendahara: Usth. Sri Kusmiyatun, S.Pd.I
- 2) Keamanan : Usth. Siti Aniroh, SE
- 3) Sekretaris : Usth. Hamidah, S.Kom
- 4) Sie. Pendidikan : Usth. Khusnul Muslihah, SE
- 5) Sie. Kebersihan dan Sarpras : Usth. Aeni Farhatun, SE
- 6) Sie. Kesehatan : Usth. Wisda Inaratudduja, S.Pd,AH

### **3. Santri Pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin**

Jumlah santri di pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin pada saat ini mengalami perkembangan yang cukup signifikan dari tahun ke tahun. Seluruh santri yang berada di pondok pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin minimal adalah lulusan SD, atau yang sederajat bahkan ada santri yang masih bersekolah di tingkat SD/MI. Mereka, diwajibkan mengikuti seluruh kegiatan yang sudah diprogramkan oleh pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin, seperti : shalat berjamaah, istighosah, halaqoh, diniyah dan pengajian kitab kuning. Serta dianjurkan mengikuti aktifitas rutin yang sering dilakukan di pesantren Al-Ihya, misalnya: pembacaan ratiban, manaqib dan Al Barjanji,

pengajian selasaan, takror, bahtsu masail, nadzoman, serta pembacaan tahlil pada malam Jum'at(Dokumentasi Kegiatan Pondok Pesantren Putri,2019).

#### **4. Sarana dan Prasarana di Pondok Pesantren Al-Ihya 'Ulumaddin Kesugihan Cilacap**

Proses pembelajaran sebaik apapun tidak bisa dilepaskan dari adanya sarana dan prasarana yang mendukung berjalannya proses tersebut, sebab keberadaan dan kelengkapan sarana dan prasarana juga menjadi salah satu faktor penentu berhasil atau tidaknya proses pembelajaran. Sebab sarana dan prasarana disini memiliki arti penting dalam melaksanakan segala aktifitas yang telah dicanangkan oleh lembaga tersebut. Sarana dan prasarana tersebut dapat berupa fisik maupun non fisik misalnya, sarana fisik berupa bangunan-bangunan dan hal lain yang berupa materi. Sedangkan sarana yang berupa non fisik yaitu berupa bimbingan maupun pikiran, namun yang lebih dominan yang dimaksud disini adalah sarana yang berupa fisik.

Berpijak pada uraian di atas, sudah barang tentu Pondok Pesantren Al-Ihya 'Ulumaddin Kesugihan sebagai lembaga yang memiliki seperangkat sarana dan prasarana yang memadai yang digunakan dalam rangka melaksanakan segala aktifitas Pondok Pesantren, maupun kemasyarakatan. Adapun mengenai sarana dan prasarana Al-Ihya 'Ulumaddin pada saat ini dapat dilihat pada tabel sebagai berikut(Dokumentasi Pondok Pesantren Al-Ihya 'Ulumaddin,2018):

**Tabel 2.1**  
**Keadaan Sarana Dan Prasarana**

No	JENIS SARANA	JUMLAH	KETERANGAN
1	Kamar/Asrama	114	Terpakai
2	Masjid	1	Terpakai
3	AULA	3	Terpakai
4	Musholla	1	Terpakai
5	Kantor	2	Terpakai
6	Ruang Tamu	2	Terpakai
7	Kamar mandi	68	Terpakai
8	Perpustakaan	1	Terpakai
9	Dapur	2	Terpakai
10	Kantin	2	Terpakai

Sebagai catatan, lembaga yang baik bukanlah lembaga yang hanya memiliki sarana dan prasarana yang lengkap, tetapi sebuah lembaga yang mampu memanfaatkan, mengelola dan merawat sarana dan prasarana yang ada dengan sebaik-baiknya.

## **B. Dasar dan Tujuan Pendidikan Pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin**

Dasar pelaksanaan pendidikan di Pondok Pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin adalah Al-Qur’an dan As-Sunnah sebagaimana lembaga pendidikan Islam lain pada umumnya, Pondok Pesantren ini juga mempunyai tujuan yang ingin dicapai dari aktifitas atau kegiatan yang dilaksanakan di dalamnya. Tujuan pendidikan Pondok Pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin adalah untuk mewujudkan generasi yang bertaqwa kepada Allah swt, agar bisa mendalami agama secara mendalam, teliti dan terperinci, berakhlakul karimah dan mampu mengemban amanah, mengajak dan

mengajarkan amar ma'ruf nahi mungkar. Secara implisit dinyatakan bahwa tujuan utama dan yang paling mendasar yang ingin dicapai oleh Pondok Pesantren Al-Ihya 'Ulumaddin adalah untuk menciptakan sebagian kelompok yang bisa mendalami agama secara mendalam dan terperinci, pembentukan akhlakul karimah yang sesuai dengan nilai-nilai yang terkandung dalam ajaran-ajaran syari'at Islam. Disamping itu, juga ada tujuan-tujuan lain yang mengacu pada pengembangan potensi intelektual dan keterampilan.

### **1. Pengajian Al-Qur'an**

Pengajian Al-Qur'an merupakan kegiatan yang telah direalisasikan sejak berdirinya Pondok Pesantren dan masih diabadikan hingga sekarang. Pada awal berdirinya pondok pesantren, kegiatan ini diikuti oleh santri-santri yang kebanyakan berasal dari daerah sekeliling pesantren. Mereka datang ke Pesantren untuk mengaji Al-Qur'an yang pada saat itu langsung mengaji dengan *muasis* (pendiri) yaitu KH. Badawi Hanafi.

Seiring berkembangnya Pondok Pesantren dan semakin bertambahnya santri, Pondok Pesantren menyiapkan pengajar Al-Qur'an yang terdiri dari hafidz dan hafidzah Al-Qur'an untuk mengajari para santri mengaji Al-Qur'an, hal ini karena bacaan Al-Qur'an harus dikaji dan digurukan hingga terjalin sanad yang *muttasil* (sambung) sampai kepada Nabi Muhammad SAW. Tujuan diadakannya pengajian Al-Qur'an adalah (Agenda Santri, 2018):

- a) Santri dapat membaca dan melafalkan ayat Al-Qur'an sesuai dengan kaidah-kaidah tajwid.
- b) Santri dapat tergugah semangatnya untuk memahami ayat-ayat Al-Qur'an.
- c) Santri dapat termotivasi untuk mengupas dan memahami isi Al-Qur'an, kemudian diharapkan mampu untuk mengalkannya serta mempublikasikannya pada komunitas masyarakat.

Pengajian Al-Qur'an, Pondok Pesantren Al-Ihya 'Ulumaddin memiliki tiga sistem pengajian, yaitu:

a. Pengajian *Juz 'Amma Bil-Ghaib*

Pengajian *Juz 'Amma Bil-Ghaib* adalah pengajian Al-Qur'an dengan metode hafalan. Dalam pengajian ini, santri diwajibkan menghafal Juz 'Amma, kemudian hafalan tersebut disetorkan kepada guru ngajinya. Hal ini dilakukan satu persatu surat secara berurutan hingga selesai. Santri dituntut untuk hafal sebelum menghadap kepada sang guru untuk menyetorkan hafalannya. Tujuan diadakannya pengajian Juz 'Amma bil gaib adalah:

- 1) Melatih santri untuk menghafal surat-surat pendek dalam Al-Qur'an (Juz 'Amma), yang kemudian santri diharapkan termotivasi untuk menghafalan seluruh ayat Al-Qur'an.
- 2) Santri dapat mengaplikasikan hafalan surat-surat pendek dalam sholat lima waktu.

Pengajian ini ditargetkan dapat diselesaikan oleh santri dalam jangka waktu satu tahun yaitu tahun pertama santri berada di Pondok Pesantren (*nyantri*).

b. Pengajian Al-Qur'an *Bin-Nadzar*

Pengajian al-Qur'an *Bin-Nadzar* adalah pengajian Al-Qur'an 30 Juz dengan cara membaca ayat-ayat Al-Qur'an dihadapan guru ngajinya untuk disimak. Tujuan pokok diadakan kegiatan Pengajian Al-Qur'an *Bin-Nadzri* adalah:

- 1) Santri dapat membaca dan melafalkan ayat-ayat Al-Qur'an dengan baik dan benar.
- 2) Santri dapat memiliki sanad yang *muttasil* sampai Rasulullah Saw dalam bacaan Al-Qur'an.

Pengajian Al-Qur'an *Bin-Nadzar* ini ditargetkan dapat diselesaikan oleh santri selama satu tahun yaitu tahun kedua santri berada dipondok pesantren(Agenda Santri,2018:19).

c. Pengajian Al-Qur'an 30 Juz *Bil-Ghoib*

Pengajian Al-Qur'an *bil-ghoib* adalah sistem pengajian Al-Qur'an 30 juz dengan metode menghafal dan disetorkan pada guru ngaji masing-masing secara individual. Tujuan utama diadakannya pengajian Al-Qur'an *bil-ghoib* adalah:

- 1) Santri hafal Al-Qur'an 30 juz sekaligus dan dapat melafalkan dengan baik dan benar

2) Diharapkan santri dapat mendalami Al-qur'an dari berbagai segi, meliputi : cara membaca, hafalan, arti, tafsir Al-Qur'an serta aplikasinya.

Pengajian ini hanya boleh diikuti oleh santri-santri yang telah khatam juz 'amma *bil-ghoib* dan Al-Qur'an *bin-nadzar*. Para santri dianjurkan untuk menghafal Al-Qur'an 30 juz setelah menghatamkan pengajian Al-Qur'an *bin-nadzar*. Pengajian Al-Qur'an *bil-ghoib* ini ditargetkan dapat selesai (*khatam*) dalam jangka waktu tiga tahun.

Santri yang telah selesai/khatam mengaji Al-Qur'an, baik juz 'amma, Al-Qur'an 30 juz *bin-nadzar* maupun Al-Qur'an 30 juz *bil-ghaib* akan diwisuda (dalam acara khataman masal) pada hari peringatan haul *muassis* dan ultah pondok pesantren, yaitu setiap malam 27 bulan Jumadil akhir. Sejak berdirinya pondok pesantren sampai sekarang, pengajian Al Qur'an tetap dijaga, dilestarikan dan dijadikan kegiatan wajib harian pesantren dengan metodologi yang telah diformulasikan dengan sebaik mungkin. Dalam perkembangannya, saat ini Romo KH. Chasbullah Badawi telah membangun sebuah kompleks-komplek Raudhotul Al-Qur'an ( RQ), kompleks yang khusus dibangun untuk santri yang menghafal Al-Qur'an.

## 2. Pengajian Sorogan

Kata sorogan berasal dari kata *sorog* yang berarti menyodorkan dan mendapat akhiran “an”. Yang dimaksud dengan pengajian sorogan adalah pengajian dengan cara santri menyodorkan kitabnya minta untuk dibacakan kepada sang guru atau ustadzah untuk kemudian secara individu santri tersebut membaca kitab sesuai dengan bacaan guru atau ustadzah dengan pengawasannya.

Pengajian sorogan ini diwajibkan, selain merupakan *dawuh* dari pengasuh pesantren, program ini sangat membantu bagi santri dalam membaca dan memahami kitab kuning (*kitab gundul*). Saat ini barulah program sorogan yang menerapkan pengajaran dengan melihat kemampuan daya serap santri, bentuknya yaitu santri tidaklah diperkenankan mengaji kitab yang lain sebelum dapat membaca kitab yang dikajinya dengan benar. Hal ini dibuktikan dengan telah lulus tashih (ujian atau test) dari dewan pentashih. Tashih ini dilakukan setiap santri telah menghatamkan satu kitab sorogan.

Ketika sudah sampai pada penghujung kitab sorogan, yakni *kitab Fath Al-Qarib* bagi santri yang sudah menghatamkannya akan mendapatkan syahadah dari pesantren sebagai tanda bukti bahwasanya santri tersebut telah lulus dalam mengikuti pengajian kitab sorogan dan diperkenankan untuk mengajari adik-adik kelasnya (Agenda Santri, 2018:21). Adapun Visi Misi Pondok Pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin adalah sebagai berikut (Agenda Santri, 2018:23) :

1. Visi

“Pondok Pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin adalah mencetak generasi yang berakidah sholihah, berakhlaq karimah, dan berwawasan yang luas”.

2. Misi

- a. Menciptakan masyarakat yang islami
- b. Menyediakan bekal keterampilan yang cukup
- c. Menyampaikan pengetahuan agama, umum yang memadai.

### **C. Deskripsi Data dan Analisis**

- 1. Kemampuan *Problem Solving* Santri Pondok Pesantren AL-Ihya ‘Ulumaddin Kesugihan**

Menguji tingkat kemampuan *problem solving* santri dalam penelitian ini dibagi menjadi menjadi lima kategori, yaitu : sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Pengkategorian ini didapatkan setelah peneliti menetapkan nilai frekuensi dari masing-masing kategori dengan melihat besarnya nilai maksimum, nilai minimum dan standar devisinya.

**Tabel 2.2**  
**Kategori Kemampuan Problem Solving**

<b>Kategori</b>	<b>Skor</b>
Sangat Tinggi	101-106
Tinggi	92-95
Sedang	82-87
Rendah	70-73
Sangat Rendah	62-69

*Diolah dengan menggunakan Statistik Deskriptif data uji coba*

Tabel standar skor diatas, maka diperoleh hasil penghitungan kategori kemampuan *problem solving* santri. Adapun penghitungan tersebut adalah untuk santri yang menjadi populasi dalam penelitian ini yaitu santri yang tinggal didalam komplek Al Firdaus 2. Berdasarkan hasil perhitungan, dapat disimpulkan bahwa dari 16 santri yang termasuk dalam kategori rendah sebanyak 8 santri, data tersebut diperoleh berdasarkan dari penyebaran angket pre test pada hari Rabu, 11 Maret 2020 di Pondok Pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin Kesugihan. Jadi kelompok eksperimen dalam penelitian ini adalah berjumlah 8 santri yang memiliki kemampuan *problem solving* rendah.

## **2. Kelompok Eksperimen**

Kelompok eksperimen dalam penelitian ini adalah santri komplek al Firdaus 2 yang memiliki kemampuan *problem solving* rendah, yaitu sebanyak 8 siswa antara lain : AR, HNA, LH, NFN, UAQ, RN, SR, ZSM.

Kelompok Eksperimen diberikan *treatmen* berupa layanan

bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self talk* selama 3 sesi pertemuan. Sesi pertama dilaksanakan pada hari Jum'at 13 Maret 2020 dengan materi pengenalan peningkatan kemampuan *problem solving* santri dengan menggunakan teknik *self talk*. Dalam sesi pertama menggunakan model pemberian ceramah singkat dan diskusi kelompok serta memberikan tanya jawab pertanyaan ringan. Sesi kedua pada hari Senin, 23 Maret 2020 diisi dengan materi membantu menunjukkan kepada klien mengenai bagaimana kemampuan *problem solving* dapat ditingkatka dengan menggunakan teknik *self talk*, membantu anggota kelompok untuk mengembangkan pemikiran untuk melaksanakan peningkatan kemampuan *problem solving* dengan menggunakan teknik *self talk*. Sesi yang ketiga pada hari Selasa, 31 Maret 2020 diisi dengan materi Menuliskan diselebaran kertas tentang pemahaman santri dari awal pertemuan hinggan akhir tentang bagaimana meningkatkan kemampuan *problem solving* dengan menggunakan teknik *self talk*. Adapun rincian layanan bimbingan kelompok tersebut adalah terlampir.

Sebelum (pre test) dan sesudah (post test) pemberian treatmen layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* kemampuan *problem solving* santri diukur dengan menggunakan angket. Adapun hasil skor masing-masing santri pre test dan post test adalah sebagai berikut :

**Tabel 2.3**

**Hasil Kelompok Eksperimen Pre Test dan Post test**

No	Nama	Pre Test		Post Test	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	A.R	62	Sangat rendah	83	Sedang
2	HNA	73	Rendah	87	Sedang
3	LH	69	Sangat Rendah	89	Sedang
4	NFN	63	Sangat Rendah	91	Sedang
5	UAQ	65	Rendah	95	Tinggi
6	RN	70	Sangat Rendah	104	Sangat Tinggi
7	SR	66	Rendah	82	Sedang
8	ZSM	70	Sangat Rendah	104	Sangat Tinggi

Tabel diatas, dapat dilihat bahwa dari jumlah 8 santri yang memiliki kemampuan problem soling rendah dan sangat rendah pada pre test, dan setelah adanya perlakuan oleh peneliti berupa bimbingan kelompok sebelum akhirnya diberikan post test ada 2 santri yang memiliki kemampuan *problem solving* sangat tinggi dan ada 1 santri yang memiliki kemampuan *problem solving* tinggi, dan ada 5 santri yang kemampuan *problem solving*nya sedang.

### 3. Kelompok Kontrol

Kelompok kontrol sama dengan kelompok eksperimen yaitu sejumlah 8 santri yang memiliki kemampuan problem solving rendah. Adapun perbedaannya adalah kelompok kontrol tidak diberi treatment atau perlakuan apapun. 8 santri dalam kelompok kontrol ini juga termasuk santri dari komplek Al Firdaus 2, kelompok kontrol ini juga dilakukan pengukuran dengan menggunakan angket sebanyak 2 kali, penyebaran angket yang pertama pada hari Rabu, 11 Maret 2020 dan penyebaran angket yang kedua pada hari Minggu 29 Maret 2020. Adapun hasil skor angket pre test dan post test kelompok kontrol adalah sebagai berikut :

**Tabel 2.4**

#### **Hasil Kelompok Kontrol Pre Test dan Post test**

No	Nama	Pre Test		Post Test	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	A'YT	94	Tinggi	81	Rendah
2	DH	87	Sedang	80	Rendah
3	ITU	106	Sangat Tinggi	73	Rendah
4	LN	70	Rendah	68	Sangat Rendah
5	NKM	83	Sedang	74	Rendah
6	RU	92	Tinggi	75	Rendah
7	SK	101	Sangat Tinggi	79	Rendah
8	SAV	83	Sedang	78	Rendah

Tabel diatas, 8 santri pada kelompok kontrol pada pre test ada 2 santri yang memiliki kemampuan *problem solving* sangat tinggi, dan ada 2 santri yang memiliki kemampuan *problem solving* tinggi, dan 3 santri termasuk kategori sedang dalam kemampuan *problem solving*nya, dan yang memiliki kemampuan *problem solving* rendah ada 1 santri.

#### D. Uji Hipotesis Data

##### 1. Analisis Menggunakan Aplikasi SPSS 16.0

Analisis uji hipotesis data, ada 4 kali perhitungan. Adapun nilai t hitung yang dihasilkan dari perhitungan analisis statistik dengan test “t” dengan menggunakan program *SPSS 16.0 for windows* adalah sebagai berikut :

##### a. Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen Pre Test

**Tabel 2.5**

**Group Statistics Kontrol dan Kelompok Eksperimen Pre Test**

**Group Statistics**

Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pretest 1	8	81,50	14,139	5,018
2	8	76,25	14,099	4,985

Output group statistics menampilkan jumlah subjek pada masing-masing kelompok 8, mean untuk kelompok eksperimen pre test adalah 81,50. Sedangkan mean untuk kelompok kontrol post test adalah 76,25

**Tabel 2.6**  
**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
Pretest	Equal variances assumed	.052	.824	.742	14	.470	5.250	7.073	-9.920	20.420
	Equal variances not assumed			.742	13.999	.470	5.250	7.073	-9.920	20.420

Sebelum dilakukan uji t (Independent samples T Test), dilakukan dengan uji Levene's (uji kesamaan atau varian / homogenitas) dengan F test, artinya jika varian sama, maka uji t menggunakan *Equal Variances Assumed* (diasumsikan varian sama), dan jika varian berbeda maka menggunakan *Equal Variances Not Assumed* (diasumsikan varian

berbeda).

Langkah-langkah uji F sebagai berikut :

1. Menentukan Hipotesis

$H_0$  = Kedua varian populasi adalah sama (varian kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pre test adalah sama).

$H_a$  = Kedua varian populasi adalah berbeda (varian kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pre test adalah berbeda).

2. Kriteria Pengujian (berdasarkan signifikansi)

$H_0$  = diterima jika signifikansi  $> 0,05$

$H_a$  = ditolak jika signifikansi  $< 0,05$

3. Membandingkan signifikansi

Nilai signifikansi (0,824), maka  $H_0$  diterima.

4. Kesimpulan

Dikarenakan nilai signifikansi pada uji F adalah 0,824 lebih besar dari 0,05. Maka  $H_0$  diterima. Jadi, dapat disimpulkan bahwa kedua varian sama (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pre test adalah sama). Dengan ini, penggunaan uji t menggunakan *Equal Variances Assumed* (diasumsikan varian sama).

Pengujian berdasarkan signifikansi:

1. Menentukan Hipotesis

$H_0$  = Tidak ada perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada saat pre test

$H_a$  = Ada perbedaan signifikansi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada saat pre test

2. Menentukan tingkat signifikansi

Pengujian menggunakan uji dua sisi dengan tingkat signifikansi

$\alpha = 5\%$

3. Nilai Signifikansi

Dari output diatas didapat nilai signifikansi adalah 0,470.

4. Kriteria pengujian

$H_0$  = diterima jika signifikansi  $> 0,05$

$H_a$  = ditolak jika signifikansi  $< 0,05$

5. Membandingkan nilai signifikansi

Nilai signifikansi 0,470 lebih besar dari 0,05, maka  $H_0$  diterima

6. Kesimpulan

Karena nilai signifikansi (0,470), maka  $H_0$  diterima, dapat diartikan bahwa tidak ada perbedaan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol pada saat pre test.

**b. Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen Post Test**

**Tabel 2.7**

**Group Statistics Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen Post Test**  
**Group Statistics**

Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Posttest 1	8	91,63	8,879	3,139
2	8	76,25	4,713	1,666

Output group statistics menunjukkan jumlah subjek pada masing-masing kelompok 8, mean untuk kelompok eksperimen post test adalah 91,63. Sedangkan mean untuk kelompok kontrol post test adalah 76,25.

**Tabel 2.8**

**Independent Samples Test**

Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
							Lower	Upper

Posttest	Equal variances assumed	3.024	.104	4.326	14	.001	15.375	3.554	7.752	22.998
	Equal variances not assumed			4.326	10.655	.001	15.375	3.554	7.521	23.229

Sebelum dilakukan uji t (Independent samples T Test), dilakukan dengan uji Levene's (uji kesamaan atau varian / homogenitas) dengan F test, artinya jika varian sama, maka uji t menggunakan *Equal Variances Assumed* (diasumsikan varian sama), dan jika varian berbeda maka menggunakan *Equal Variances Not Assumed* (diasumsikan varian berbeda). Langkah-langkah uji F sebagai berikut :

1. Menentukan Hipotesis

Ho = Kedua varian populasi adalah sama (varian kelompok eksperimen dan kelompok kontrol post test adalah sama).

Ha = Kedua varian populasi adalah berbeda (varian kelompok eksperimen dan kelompok kontrol post test adalah berbeda).

2. Kriteria pengujian (berdasarkan signifikasi)

Ho = Diterima jika signifikasi > 0,05.

Ha = Ditolak jika Signifikasi < 0,05.

3. Membandingkan signifikansi

Nilai signifikansi (0,104), maka  $H_0$  diterima.

4. Kesimpulan

Oleh karena nilai signifikansi pada uji F adalah 0,104 lebih besar dari 0,05. Maka  $H_0$  diterima. Jadi, dapat disimpulkan bahwa kedua varian sama (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol post test adalah sama).

Penggunaan uji t menggunakan *Equal Variances Assumed* (diasumsikan varian sama). Pengujian berdasarkan signifikansi :

1. Menentukan Hipotesis

$H_0$  = tidak ada perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada saat post test

$H_a$  = ada perbedaan yang signifikansi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada saat post test

2. Menentukan tingkat signifikansi

Pengujian menggunakan uji dua sisi dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 5\%$

3. Nilai Signifikansi

Output diatas didapat nilai signifikansi adalah 0,001.

4. Kriteria pengujian

$H_0$  diterima jika signifikansi  $> 0,05$

$H_a$  ditolak jika signifikansi  $< 0,05$

5. Membandingkan nilai signifikansi

Nilai signifikansi 0,001 lebih kecil dari 0,05, maka  $H_0$  ditolak.

6. Kesimpulan

Karena nilai signifikansi (0,001), maka  $H_0$  ditolak, dapat diartikan bahwa

Peningkatan yang signifikansi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada saat post test, antara sebelum dan sesudah penerepan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*.

**c. Interpretasi Data**

Dilihat berdasarkan perhitungan menggunakan uji t berdasarkan pengujian signifikansi diatas, diketahui bahwa taraf signifikansi adalah menandakan bahwa  $P\text{-value} (0,001) < \text{sig} (0,05)$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Berarti “ada peningkatan yang signifikan” maksudnya ada peningkatan signifikan setelah penggunaan variabel X untuk meningkatkan variabel Y, atau variabel teknik *self talk* dapat untuk meningkatkan secara signifikan variabel kemampuan *problelem solving* santri.

Sedangkan dari hasil wawancara dari 8 santri dan satu pengurus pusat dibidang keamanan pondok pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin putri, bahwa kemampuan *problem solving* itu sangatlah santri. Karena dengan kemampuan *problem solving* pada santri, sangat membantu santri dalam berintraksi dengan lingkungan maupun dengan teman-temannya, untuk mempersiapkan / untuk bekalnya suatu hari nanti ketika sudah mukim dari pondok pesantren dan hidup dimasyarakat dan bermasyarakat.

Kemampuan *problem solving* santri yang tadinya rendah allhamdulillah meningkat setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*. Santri menjadi lebih dapat memahami situasi sekitar, dan lebih dapat mengerti, menyikapi sebuah persoalan yang dihadapi, dapat menyelesaikan masalah sendiri dengan tanpa menimbulkan masalah yang baru lagi, dapat menambah teman, mengetahui mana yang baik dan mana yang buruk, menambah wawasan dan ilmu pengetahuan. Dibawah ini merupakan potongan hasil wawancara dengan beberapa santri di pondok pesantren Al-Ihya 'Ulumaddin putri.

“menurut saya, *problem solving* itu penting. Karena dengan memiliki kemampuan *problem solving* yang baik kita dapat menyelesaikan masalah dengan baik tanpa menimbulkan permasalahan yang baru lagi, dan menambah wawasan tersendiri bagi saya dan menyiapkan masa depan yang lebih cerah. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*, ada perubahan pada kemampuan *problem solving* yang saya miliki. Saya lebih dapat memilih mana solusi yang tepat untuk menyelesaikan masalah yang sedang saya hadapi tanpa menimbulkan masalah baru lagi”.

Kesimpulannya berdasarkan hasil angket yang telah diuji menggunakan program *SPSS 16.0* dan berdasarkan hasil wawancara dengan santri di pondok pesantren Al-Ihya 'Ulumaddin putri, bahwa adanya peningkatan yang signifikan kemampuan *problem solving* santri antara sebelum dan sesudah penerapan program bimbingan kelompok

dengan teknik *self talk*.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan mengenai “ Efektivitas Teknik *Self Talk* dalam Meningkatkan Kemampuan *Problem Solving* Santri “. Selanjutnya setelah data dari hasil penelitian diolah dengan menggunakan perhitungan statistik *SPSS 16.0* dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Kemampuan *Problem Solving* santri sebelum diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* adalah rendah. Hal ini dibuktikan dengan skor angket yang diperoleh oleh santri sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* adalah rata-rata adalah 67,25 , sedangkan mean pre test pada *Paired Samples Statistics* adalah 81,50. Ini berarti bahwa kemampuan *problem solving* santri sebelum diberikan layanan teknik *self talk* adalah rendah.
2. Kemampuan *probelm solving* santri setelah diberikan layanan teknik *self talk* dapat dikatakan naik menjadi sedang dan pula ada yang tinggi. Hal ini dibuktikan dengan skor angket yang diperoleh santri adalah rata-rata 82-104. Sedangkan mean post test pada *Paired Samples Statistics* 91,63. Ini berarti bahwa kemampuan *problem solving* santri setelah diberikan layanan teknik *self talk* dikatakan meningkat.
3. Ada peningkatan yang signifikan kemampuan *problem solving* santri antara sebelum dan sesudah penerapan layanan bimbingan kelompok

dengan teknik *self talk*. Hal ini terbukti dari uji hipotesis berdasarkan hasil output tabel *SPSS 16.0*, dimana tingkat signifikansi  $< 0,05$  ( $0,01 < 0,05$ ), berarti  $H_0$  ditolak, maka  $H_a$  diterima artinya bahwa Ada peningkatan kemampuan *problem solving* santri antara sebelum dan sesudah penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*.

## **B. SARAN**

### **1. Pemanfaatan**

Saran pemanfaatan penelitian ini bagi pondok pesantren antara lain bahwa *problem solving* sangat penting perannya dalam kehidupan, terutama bagi santri yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan pemandirian diri didalam pondok pesantren. Karena peran *problem solving* dapat mempengaruhi proses pemahaman lingkungan dipesantren bagi santri. Oleh karenanya, diharapkan semua santri dapat memiliki kemampuan *problem solving* yang baik. Bagi pesantren-pesantren dapat menggunakan teknik *self talk* untuk membantu meningkatkan kemampuan *problem solving* santri. Penggunaan teknik *self talk* efektif untuk untuk membantu santri dalam meningkatkan kemampuan *problem solving*, karena santri lebih mudah berbicara dengan diri sendiri untuk memecahkan masalahnya, daripada harus meminta nasihat dari temannya, karena dengan berbicara pada diri sendiri lebih mengetahui keadaan yang sesungguhnya tanpa ada suatu hal yang ditutupi, dan dapat menjadikan diri sendiri merasakan intropeksi diri.

## **2. Pengembangan**

Saran pengembangan dalam penelitian ini yaitu dalam dalam hal penggunaan teknik *self talk*. Perlunya pengembangan efektivitas teknik *self talk* untuk meningkatkan suatu hal selain kemampuan *problem solving*, yang terpenting bagi pengembangan intraksi santri didalam pesantren untuk bekal suatu hari nanti ketika santri sudah mukim dan bermasyarakat. Seiring perkembangan zaman yang semakin moderen semakin milenial mungkin ada lain hal yang perlu ditingkatkan dengan menggunakan teknik *self talk*.

## **C. PENUTUP**

Allhamdulillahirobbil'Alamin puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Ilahirobbi, peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini atas berkat usaha, jerih payah, jatuh dan bangkit lagi berulang-ulang dan motivasi dari keluarga yang luar biasa, calon suami tercinta yang selalu menghadirkan bait do'a dalam sajadahnya lima waktu, untuk bapak pembimbing 1 dan 2 yang sangat membantu dan sabar membimbing peneliti, semoga menjadi amal ibadah yang dapat memberi syafaat diyaumul kiyamah nanti allohuma amin, serta semua yang telah memberi semangat pada peneliti serta yang paling utama atas pertolongan dari Allah STW. Harapan peneliti semoga penelitian ini dapat bermanfaat khususnya bagi peneliti dan umumnya bagi dunia pendidikan dipesantren maupun disekolah.

Peneliti juga mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses menyelesaikan skripsi ini, peneliti menyadari bahwa hasil penelitian ini sangatlah jauh dari kata sempurna. Oleh karenanya peneliti mengharap kritik konstruktif dan saran demi penyempurnaan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Ahmad Fikri Luqoni. 2018. *Penerapan Metode Problem Solving untuk Meningkatkan Kompetensi Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Fiqh di MTS Pesanggrahan Kab. Banyu Wangi*.

A. M. Irfan Taufan Asfar, Syarif Nur, 2018, *Model Pembelajaran PPS*, Sukabumi: CV Jejak.

Anggis Pratiwi. 2019. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Di Madrasah Aliyah Al Hikmah Bandar Lampung*. Skripsi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

David Cotton, 2017, *The Smart Solution Book*, Jakarta: Kelompok Gramedia.

Dhina Anisatul Mukaromah. 2016. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII D di SMP Negeri 1 Kartanegara Kabupaten Purbalingga*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.

Doni Juni Priansa, 2014, *Kesekretarian Profesional Berkompeten Cerdas Terampil dan Melayani*, Bandung: Alfabeta.

Erford, Bradley T, 2017, *40 Teknik yang Harus diketahui oleh Konselor*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Grace Amalia Neolaka, Amos Neolaka, 2017, *Landasan Pendidikan*, Depok : Perpustakaan Nasional.

Gaspersz, Vincent, 2017, *Team Oriented problem Solving* , Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.

Hartono, 2010, *SPSS 16.0 Analisis Data Statistika dan Penelitian*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Heri Agus Susanto, 2015, *Pemecahan Masalah Berdasar Gaya Kognitif*, Yogyakarta : Grup Penerbitan CV Budi Utama.

Ika Filasanti. 2008. *Efektivitas Penerapan Perpaduan Metode Pembelajaran Problem Solving dan Stad untuk meningkatkan Prestasi Belajar Siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Blitar*. Skripsi. Universitas Negeri Malang.

Lailatul Istiqomah. 2015. *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan Self Eficaci dengan Pemecahan Masalah Penyesuaian Remaja*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Nasaruddin Umar, 2014, *Rethinking Pesantren*, Jakarta, PT Elex Media Komputindo.

Nunnally, 1981, *Psychometric Theory*, New Delhi : Tata Mc Graw-Hill Publishing.

Ns. Raymond H. Simamora, 2008, *Buku Ajar Pendidikan dalam Keperawatan*, (Jakarta: Buku Kedokteran.

Purwanto, Ngalim, 2007, *Instrumen Penelitian Sosial dan Pendidikan Pengembangan dan Pemanfaatan*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar .

Putri Limaran Sari. 2019. *Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sel Talk untuk Meningkatkan Kepemimpinan Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 11 Semarang*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.

Rizki, Meuthia, 2019, *Pikiran Adalah Kunci*, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.

Saifudin Azwar, 2007, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Saifudin, Azwar, 2010, *Reliabilitas dan Validitas*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Sugiyono, 2015, *Metode Penelitian Kuantitatif , Kualitatif dan R & D*, Bandung: Alfabeta.

Sugiono, 2008, *Metode Penelitian Administrasi*, Bandung : Alfabeta.

Sujana Nana, 2010, *Tuntunan Penyusunan Karya Ilmiah*, Bandung:Sinar Baru Algesindo.

T. Hani Handoko, 2012 *Manajemen*, Yogyakarta: BPFE.

Umi Zulfa, 2011, *Metode Penelitian Sosial*, Yogyakarta: Cahaya Ilmu.

William, Jhon, 2011, *Dahsyatnya Terapi Bicara Positif self Talk Terapy*, Yogyakarta : Artha Pustaka.

Zero to hero, Solikhin., 2010, *Spiritual Problem Solving*, Yogyakarta : Pro-U Media.

Zaenal Arifin, 2012, *Manajemen Pengembangan Kurikulum Pendidikan Islam*, Yogyakarta : Diva Press.

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

### Lampiran 1 Kisi-Kisi Angket

Variabel	Aspek	Indikator	Pertanyaan
Problem solving	1. Memahami masalah	➤ Santri dapat mengenali permasalahan	<p>1) Saya peka terhadap situasi sekitar yang menyebabkan masalah.</p> <p>15) Saya tidak sadar jika situasi sekitar mulai berbeda.</p> <p>2) Saya merasa tidak nyaman jika mempunyai masalah dengan teman sekamar.</p> <p>10) Saya tidak peduli dengan permasalahan yang timbul dalam satu kamar.</p> <p>51) Saya merasa canggung jika ada sesuatu yang berbeda tidak seperti biasanya.</p> <p>60) Saya nyaman saja jika situasi sekitar ada yang sikapnya berbeda.</p>
		➤ Santri dapat mendefinisikan masalah	<p>16) Saya mampu menjelaskan masalah yang dihadapi</p> <p>5) Saya merasa bingung jika</p>

			<p>harus menjelaskan sebuah permasalahan.</p> <p>35) Saya mampu menggambarkan apa yang menjadi penyebab permasalahan yang dihadapi.</p> <p>21) Untuk menggambarkan permasalahan yang dihadapi saya malas dan tidak suka.</p> <p>59) Saya mampu menggambarkan sebab akibat dari permasalahan yang dihadapi.</p> <p>75) Saya tidak bisa bercerita tentang permasalahan kepada siapapun.</p>
	<p>2) Merumuskan masalah se jelas mungkin</p>	<p>➤ Santri mampu mengidentifikasi masalah</p>	<p>3) Saya mampu meneliti penyebab masalah yang dihadapi.</p> <p>17) Saya tidak dapat mengerti masalah dalam diri sendiri.</p> <p>68) Saya mampu berdialog dengan diri sendiri tentang timbunya permasalahan.</p>

			52) Saya keberatan untuk memahami permasalahan pada diri sendiri.
		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Santri dapat menyatakan dengan jelas pokok permasalahan tersebut.</li> </ul>	<p>18) Saya dapat menjelaskan inti dari permasalahan yang dihadapi.</p> <p>8) Saya tidak mampu melihat inti permasalahan yang dihadapi.</p> <p>7) Saya dapat memaparkan masalah yang dihadapi kepada pengurus.</p> <p>36) Saya merasa kebingungan jika ditanya inti permasalahan yang dihadapi.</p> <p>32) Saya dapat menyatakan masalah yang sedang dihadapi.</p> <p>63) Saya malu jika permasalahan yang dihadapi diketahui oleh teman-teman.</p>
	3) Merumuskan sebanyak mungkin alternatif pemecah	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Santri mampu mengumpulkan beberapa solusi</li> </ul>	<p>30) Saya berdiskusi dengan teman dekat untuk membahas penyelesaian masalah yang dihadapi.</p> <p>4) Saya merasa keberatan</p>

	<p>an masalah</p>	<p>pemecahan masalah.</p>	<p>untuk mencari solusi pemecahan masalah.</p> <p>29) Saya sering sharing bersama kakak kelas atau pengurus untuk mencari solusi pemecahan masalah.</p> <p>9) Saya tidak suka jika permasalahan terpecahkan dengan bantuan orang lain.</p> <p>37) Jika mendapat masalah saya malas memikirkan tindakan apa yang harus diambil dalam menyelesaikan masalah.</p> <p>31) Jika sedang mendapat masalah saya sering merenunginya untuk sebuah tindakan pemecahan masalah.</p> <p>40) Jika memiliki permasalahan saya mendiskusikan dengan teman untuk mencari cara pemecahannya.</p> <p>50) Saya malas meminta bantuan kepada teman untuk mencari solusi pemecahan masalah.</p>
--	-----------------------	-------------------------------	--

		<p>➤ Santri mampu membuat rencana pemecahan masalah</p>	<p>11) Saya membantu merencanakan memecahkan masalah yang dihadapi teman.</p> <p>33) Saya tidak mampu membantu teman yang sedang mendapatkan masalah.</p> <p>66) Saya membaca buku untuk mencari cara pemecahan masalah.</p> <p>39) Saya membiarkan teman jika sedang mendapat permasalahan.</p> <p>47) Saya mampu membuat rencana pemecahan masalah.</p> <p>57) Saya bingung dengan mencari rencana pemecahan masalah.</p>
		<p>➤ Santri mampu melaksanakan rencana pemecahan masalah</p>	<p>43) Setelah membuat rencana pemecahan masalah saya akan segera melaksanakannya.</p> <p>65) Saya akan menunda waktu untuk melaksanakan pemecahan masalah.</p> <p>45) Saya ingin masalah yang</p>

			<p>dihadapi segera terpecahkan.</p> <p>62) Mengulur waktu untuk memecahkan masalah adalah hobi saya.</p>
		<p>➤ Santri mampu menemukan berbagai gagasan atau ide yang sangat mungkin dilakukan dalam pemecahan masalah</p>	<p>74) Saya mampu menemukan ide yang pas untuk memecahkan masalah yang dihadapi.</p> <p>20) Saya tidak suka mencari ide untuk memecahkan masalah.</p> <p>24) Saya mampu menemukan gagasan yang tepat untuk memecahkan masalah.</p> <p>72) Saya memilih lari dari permasalahan yang sedang dihadapi.</p> <p>56) Saya mampu memecahkan masalah dengan ide sendiri.</p> <p>64) Saya kurang pemahaman untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapi.</p>

	<p>4) Mengambil keputusan untuk salah satu alternatif pemecahan</p>	<p>➤ Santri mampu memilih gagasan yang paling baik untuk dilaksanakan dalam suatu pemecahan masalah</p>	<p>38) Saya akan memilih solusi pemecahan masalah yang paling baik.</p> <p>48) Saya memilih sembunyi dari masalah.</p> <p>14) Saya akan mempertimbangkan dampak dari solusi pemecahan masalah.</p> <p>55) Saya akan bukan pribadi yang telaten untuk mencari solusi pemecahan masalah.</p> <p>28) Saya mampu memilih gagasan yang paling baik untuk memecahkan masalah.</p> <p>42) Saya menjauh dari permasalahan, bukan menyelesaikan permasalahan.</p>
		<p>➤ Santri mempertimbangkan baik dan buruknya suatu gagasan yang akan dilaksanakan untuk</p>	<p>23) Saya mampu mempertimbangkan gagasan yang paling baik untuk memecahkan masalah.</p> <p>12) Saya tidak memilih gagasan untuk memecahkan masalah.</p> <p>53) Saya mampu memilih gagasan yang baik untuk</p>

		memecahkan masalah.	<p>pemecahan masalah yang dihadapi.</p> <p>73) Saya memilih untuk diam tanpa memikirkan gagasan untuk pemecahan masalah.</p>
	5) Menilai hasil penerapan alternatif pemecahan yang digunakan	➤ Santri mampu menduga akibat dari solusi pemecahan	<p>6) Saya tidak pernah memikirkan akibat dari solusi pemecahan masalah yang diambil.</p> <p>26) Saya akan memilih dengan baik solusi untuk memecahkan masalah yang dihadapi.</p> <p>69) Saya membiarkan masalah terus berkembang, tanpa memikirkan solusi untuk memecahkannya.</p> <p>22) Saya tidak mampu menduga sebab dari solusi pemecahan masalah yang dihadapi.</p>
		➤ Santri mampu melakukan penilaian terhadap tindakan yang telah	<p>61) Tindakan yang saya ambil untuk menyelesaikan permasalahan sudah sangat tepat.</p> <p>41) Saya merasa bodoh dalam mengambil tindakan</p>

		diambil dalam penyelesaian suatu permasalahan	<p>untuk memecahkan masalah.</p> <p>54) Saya mampu melakukan penilaian terhadap tindakan pemecahan masalah.</p> <p>27) Saya tidak memahami tindakan pemecahan masalah yang saya ambil.</p> <p>58) Tindakan yang telah saya ambil untuk sebuah pemecahan masalah sudah cukup baik.</p> <p>46) Saya mengambil sebuah tindakan pemecahan masalah dengan sangat ceroboh.</p>
	6) Mampu mengulangi proses pemecahan apabila masalahnya belum terpecahkan.	➤ Santri mampu meninjau kembali dan mendiskusikan permasalahan apabila belum terpecahkan masalahnya.	<p>34) Saya akan mendiskusikan kembali dengan teman apabila pemecahan masalah belum tepat.</p> <p>71) Saya tidak sanggup mengulangi proses pemecahan masalah kembali.</p> <p>44) Saya mampu meninjau kembali permasalahan jika belum tepat cara penyelesaiannya..</p> <p>67) Saya akan meninggalkan permasalahan jika terlalu</p>

			<p>lama dalam pemecahannya.</p> <p>25) Saya mampu mendiskusikan kembali permasalahan yang dipecahkan, namun belum maksimal.</p>
		<p>➤ Santri mampu mengulangi kembali dan mengevaluasi proses.</p>	<p>13) Saya mampu mengulangi proses pemecahan masalah.</p> <p>49) Saya malas jika harus mengulangi proses pemecahan masalah kembali.</p> <p>70) Saya mampu mengevaluasi proses pemecahan masalah.</p> <p>19) Saya keberatan dan malas untuk sebuah proses pemecahan masalah.</p>

## Lampiran 2 Angket Uji Coba

### ANGKET UJI COBA KEMAMPUAN PROBLEM SOLVING

#### A. Identitas

Nama :

Komplek :

Kelas :

Jenis Kelamin :

#### B. Petunjuk Pengisian Angket

1. Sebelum mengisi pernyataan, *bacalah petunjuk pengisian dengan cermat*, dan *bacalah do'a sebelum mengerjakan*.
2. Angket ini terdiri dari *75 pernyataan*.
3. Berilah *tanda ceklis (v) pada kolom Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Kurang Setuju (KS), Tidak Setuju (TS)*, sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.
4. Semua *jawaban bersifat benar tidak ada yang salah*, oleh karena itu jawablah semua pertanyaan sesuai dengan keadaan yang kamu alami dengan *jujur*.
5. Jawaban *bersifat rahasia/privasi*, dan tidak mempengaruhi apapun dalam diri kamu, ataupun nilai disekolah dsb.

No	Pernyataan	SS	S	KS	TS
1.	Saya peka terhadap situasi sekitar yang menyebabkan masalah				
2.	Saya merasa tidak nyaman jika mempunyai masalah dengan teman sekamar				
3.	Saya mampu meneliti penyebab masalah yang				

	dihadapi				
4.	Saya merasa keberatan untuk mencari solusi pemecahan masalah				
5.	Saya merasa bingung jika harus menjelaskan sebuah permasalahan				
6.	Saya tidak pernah memikirkan akibat dari solusi pemecahan masalah yang diambil				
7.	Saya dapat memaparkan masalah yang dihadapi kepada pengurus				
8.	Saya tidak mampu melihat inti permasalahan yang dihadapi				
9.	Saya tidak suka jika permasalahan terpecahkan dengan bantuan orang lain				
10.	Saya tidak peduli dengan permasalahan yang timbul dalam satu kamar				
11.	Saya membantu merencanakan memecahkan masalah yang dihadapi teman				
12.	Saya tidak memilih gagasan yang baik atau tidak untuk memecahkan masalah				
13.	Saya mampu mengulangi proses pemecahan masalah				
14.	Saya akan mempertimbangkan dampak dari solusi pemecahan masalah				
15.	Saya tidak menyadari jika situasi sekitar mulai berbeda				

16.	Saya mampu menjelaskan masalah yang dihadapi				
17.	Saya tidak dapat mengerti masalah dalam diri sendiri				
18.	Saya dapat menjelaskan inti dari permasalahan yang dihadapi				
19.	Saya keberatan dan malas untuk sebuah proses pemecahan masalah				
20.	Saya tidak suka mencari ide untuk memecahkan masalah				
21.	Untuk menggambarkan permasalahan yang dihadapi saya malas dan tidak suka				
22.	Saya tidak mampu menduga sebab dari solusi pemecahan masalah yang dihadapi				
23.	Saya mampu mempertimbangkan gagasan yang paling baik untuk memecahkan masalah				
24.	Saya mampu menemukan gagasan yang tepat untuk memecahkan masalah				
25.	Saya mampu mendiskusikan kembali permasalahan yang dipecahkan, namun belum maksimal				
26.	Saya akan memilih dengan baik solusi untuk memecahkan masalah yang dihadapi				
27.	Saya tidak memahami tindakan pemecahan masalah yang telah diambil				

28.	Saya mampu memilih gagasan yang paling baik untuk memecahkan masalah				
29.	Saya sering sharing bersama kaka kelas atau pengurus untuk mencari solusi pemecahan masalah				
30.	Saya berdiskusi dengan teman dekat untuk membahas penyelesaian masalah yang dihadapi				
31.	Jika sedang mendapat masalah saya sering merenunginya untuk sebuah tindakan pemecahan masalah				
32.	Saya dapat menyatakan masalah yang sedang dihadapi				
33.	Saya tidak mampu membantu teman yang sedang mendapatkan masalah				
34.	Saya akan mendiskusikan kembali dengan teman apabila pemecahan masalah belum tepat				
35.	Saya mampu menggambarkan apa yang menjadi penyebab masalah yang dihadapi				
36.	Saya merasa kebingungan jika ditanya inti permasalahan yang dihadapi				
37.	Jika mendapat masalah saya malas memikirkan tindakan apa yang harus diambil dalam menyelesaikan masalah				
38.	Saya akan memilih solusi pemecahan masalah				

	yang paling baik				
39.	Saya membiarkan teman jika sedang mendapat permasalahan				
40.	Jika memiliki permasalahan saya mendiskusikan dengan teman untuk mencari cara pemecahannya				
41.	Saya merasa bodoh dalam mengambil tindakan untuk memecahkan masalah				
42.	Saya menjauh dari permasalahan, bukan menyelesaikan permasalahan				
43.	Setelah membuat rencana pemecahan masalah saya akan segera melaksanakannya				
44.	Saya mampu meninjau kembali permasalahan jika belum tepat cara penyelesaiannya				
45.	Saya ingin masalah yang dihadapi segera terpecahkan				
46.	Saya mengambil sebuah tindakan pemecahan masalah dengan sangat ceroboh				
47.	Saya mampu membuat rencana pemecahan masalah				
48.	Saya memilih sembunyi dari masalah				
49.	Saya malas jika harus mengulangi proses pemecahan masalah kembali				
50.	Saya malas meminta bantuan kepada teman untuk mencari solusi pemecahan masalah				

51.	Saya merasa canggung jika ada sesuatu yang berbeda tidak seperti biasanya				
52.	Saya merasa keberatan untuk memahami permasalahan pada diri sendiri				
53.	Saya mampu memilih gagasan yang baik untuk pemecahan masalah yang dihadapi				
54.	Saya mampu melakukan penilaian terhadap tindakan pemecahan masalah				
55.	Saya bukan pribadi yang telaten untuk mencari solusi pemecahan masalah				
56.	Saya mampu memecahkan masalah dengan ide sendiri				
57.	Saya bingung dengan mencari rencana pemecahan masalah				
58.	Tindakan yang telah saya ambil untuk sebuah pemecahan masalah sudah cukup baik				
59.	Saya mampu menggambarkan sebab akibat dari permasalahan yang dihadapi				
60.	Saya merasa nyaman saja jika situasi sekitar ada yang sikapnya berbeda				
61.	Tindakan yang saya ambil untuk menyelesaikan permasalahan sudah sangat tepat				
62.	Mengulur waktu untuk memecahkan masalah adalah hobi saya				

63.	Saya malu jika permasalahan yang dihadapi diketahui oleh teman-teman				
64.	Saya kurang pemahaman untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapi				
65.	Saya akan menunda waktu untuk melaksanakan pemecahan masalah				
66.	Saya membaca buku untuk mencari cara pemecahan masalah				
67.	Saya akan meninggalkan permasalahan jika terlalu lama dalam pemecahannya				
68.	Saya mampu berdialog dengan diri sendiri tentang timbulnya permasalahan				
69.	Saya membiarkan masalah terus berkembang, tanpa memikirkan solusi untuk memecahkannya				
70.	Saya mampu mengevaluasi proses pemecahan masalah				
71.	Saya tidak sanggup mengulangi proses pemecahan masalah kembali				
72.	Saya memilih lari dari permasalahan yang sedang dihadapi				
73.	Saya memilih untuk diam tanpa memikirkan gagasan untuk pemecahan masalah				
74.	Saya mampu menemukan ide yang pas untuk memecahkan masalah yang dihadapi				

75.	Saya tidak bisa bercerita tentang permasalahan yang sedang dihadapi kepada siapapun				
-----	---	--	--	--	--

### Lampiran 3 Angket Sahih dan Gugur

#### Item Pernyataan Angket yang Shahih dan yang Gugur

No	Corrected Item Total Correlation	Simpulan	No	Corrected Item Total Correlation	Simpulan
1	0,281	Gugur	39	0,962	Sahih
2	0,631	Sahih	40	0,213	Gugur
3	0,206	Gugur	41	0,133	Gugur
4	0,689	Sahih	42	0,324	Sahih
5	0,277	Gugur	43	-0,059	Gugur
6	0,693	Sahih	44	0,372	Sahih
7	0,157	Gugur	45	0,122	Gugur
8	0,350	Sahih	46	0,890	Sahih
9	0,723	Sahih	47	0,408	Sahih
10	0,570	Sahih	48	0,577	Sahih
11	0,452	Sahih	49	0,573	Sahih
12	0,637	Sahih	50	0,221	Gugur
13	-0,018	Gugur	51	0,308	Sahih
14	0,089	Gugur	52	0,775	Sahih
15	0,806	Shahih	53	-0,300	Gugur
16	-0,521	Gugur	54	-0,654	Gugur
17	0,552	Sahih	55	-0,719	Gugur
18	-0,412	Gugur	56	0,186	Gugur
19	0,729	Sahih	57	0,866	Sahih
20	0,794	Sahih	58	-0,622	Gugur
21	0,787	Sahih	59	-0,415	Gugur
22	0,672	Sahih	60	0,451	Sahih
23	0,124	Gugur	61	-0,298	Gugur

24	-0,037	Gugur	62	0,782	Sahih
25	-0,005	Gugur	63	0,136	Gugur
26	0,358	Sahih	64	0,455	Sahih
27	0,726	Sahih	65	0,752	Sahih
28	0,017	Gugur	66	0,451	Sahih
29	-0,133	Gugur	67	0,572	Sahih
30	-0,784	Gugur	68	0,421	Sahih
31	-0,670	Gugur	69	0,865	Sahih
32	0,384	Sahih	70	-0,384	Gugur
33	0,754	Sahih	71	0,471	Sahih
34	0,474	Sahih	72	0,738	Sahih
35	0,012	Gugur	73	0,550	Sahih
36	0,327	Sahih	74	0,189	Gugur
37	0,572	Sahih	75	0,355	Sahih
38	-0,081	Gugur			

#### Lampiran 4 Uji Reliabilitas Angket Uji Coba

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.995	.998	75

## Lampiran 5 Uji Relibilitas Angket Valid

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.920	40

## Lampiran 6 Angket Pre-Test

### ANGKET KEMAMPUAN PROBLEM SOLVING (PRE-TEST)

#### C. Identitas

Nama :

Komplek :

Kelas :

Jenis Kelamin :

#### D. Petunjuk Pengisian Angket

6. Sebelum mengisi pernyataan, *bacalah petunjuk pengisian dengan cermat*, dan *bacalah do'a sebelum mengerjakan*.
7. Angket ini terdiri dari *40 pernyataan*.
8. Berilah *tanda ceklis (v) pada kolom Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Kurang Setuju (KS), Tidak Setuju (TS)*, sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.
9. Semua *jawaban bersifat benar tidak ada yang salah*, oleh karena itu jawablah semua pertanyaan sesuai dengan keadaan yang kamu alami dengan *jujur*.
10. Jawaban *bersifat rahasia/privasi*, dan tidak mempengaruhi apapun dalam diri kamu, ataupun nilai disekolah dsb.

No	Pernyataan	SS	S	KS	TS
1.	Saya merasa tidak nyaman jika mempunyai masalah dengan teman sekamar				
2.	Saya merasa keberatan untuk mencari solusi pemecahan masalah				
3.	Saya tidak pernah memikirkan akibat dari				

	solusi pemecahan masalah yang diambil				
4.	Saya tidak mampu melihat inti permasalahan yang dihadapi				
5.	Saya tidak suka jika permasalahan terpecahkan dengan bantuan orang lain				
6.	Saya tidak peduli dengan permasalahan yang timbul dalam satu kamar				
7.	Saya membantu merencanakan memecahkan masalah yang dihadapi teman				
8.	Saya tidak memilih gagasan yang baik atau tidak untuk memecahkan masalah				
9.	Saya tidak menyadari jika situasi sekamar mulai berbeda				
10.	Saya tidak mengerti masalah yang ada dalam diri sendiri				
11.	Saya memilih lari dari permasalahan yang sedang dihadapi				
12.	Saya tidak suka mencari ide untuk memecahkan masalah				
13.	Untuk menggambarkan permasalahan yang dihadapi saya malas dan tidak suka				
14.	Saya tidak mampu menduga sebab dari solusi pemecahan masalah yang dihadapi				
15.	Saya akan memilih dengan baik solusi untuk memecahkan masalah yang dihadapi				

16.	Saya tidak memahami tindakan pemecahan masalah yang telah diambil				
17.	Saya dapat menyatakan masalah yang sedang dihadapi				
18.	Saya tidak mampu membantu teman yang sedang mendapatkan masalah				
19.	Saya akan mendiskusikan kembali dengan teman apabila pemecahan masalah belum tepat				
20.	Saya merasa kebingungan jika ditanya inti permasalahan yang dihadapi				
21.	Jika mendapat masalah saya malas memikirkan tindakan apa yang harus diambil dalam menyelesaikan masalah				
22.	Saya membiarkan teman jika sedang mendapat permasalahan				
23.	Saya menjauh dari permasalahan, bukan menyelesaikan permasalahan				
24.	Saya mampu meninjau kembali permasalahan jika belum tepat cara penyelesaiannya				
25.	Saya mengambil sebuah tindakan pemecahan masalah dengan sangat ceroboh				
26.	Saya mampu membuat rencana pemecahan masalah				
27.	Saya memilih sembunyi dari masalah				
28.	Saya malas jika harus mengulangi proses				

	pemecahan masalah kembali				
29.	Saya merasa canggung jika ada sesuatu yang berbeda tidak seperti biasanya				
30.	Saya merasa keberatan untuk memahami permasalahan pada diri sendiri				
31.	Saya bingung untuk mencari rencana pemecahan masalah				
32.	Saya merasa nyaman saja jika situasi sekitar ada yang sikapnya berbeda				
33.	Mengulur waktu untuk memecahkan masalah adalah hobi saya				
34.	Saya kurang pemahaman untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapi				
35.	Saya akan menunda waktu untuk melaksanakan pemecahan masalah				
36.	Saya tidak bisa bercerita tentang permasalahan yang sedang dihadapi kepada siapapun				
37.	Saya akan meninggalkan permasalahan jika terlalu lama dalam pemecahannya				
38.	Saya mampu berdialog dengan diri sendiri tentang timbulnya permasalahan				
39.	Saya membiarkan masalah terus berkembang, tanpa memikirkan solusi untuk memecahkannya				
40.	Saya tidak sanggup mengulangi proses				

	pemecahan masalah kembali				
--	---------------------------	--	--	--	--

## Lampiran 7 Angket Post Test

### ANGKET KEMAMPUAN PROBLEM SOLVING ( POST TEST)

#### A. Identitas

Nama :

Komplek :

Kelas :

Jenis Kelamin :

#### B. Petunjuk Pengisian Angket

11. Sebelum mengisi pernyataan, *bacalah petunjuk pengisian dengan cermat*, dan *bacalah do'a sebelum mengerjakan*.
12. Angket ini terdiri dari **40 pernyataan**.
13. Berilah *tanda ceklis (v) pada kolom Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Kurang Setuju (KS), Tidak Setuju (TS)*, sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.
14. Semua *jawaban bersifat benar tidak ada yang salah*, oleh karena itu jawablah semua pertanyaan sesuai dengan keadaan yang kamu alami dengan *jujur*.
15. Jawaban *bersifat rahasia/privasi*, dan tidak mempengaruhi apapun dalam diri kamu, ataupun nilai disekolah dsb.

No	Pernyataan	SS	S	KS	TS
1.	Saya tidak sanggup mengulangi proses pemecahan masalah kembali				
2.	Saya membiarkan teman jika sedang mendapat permasalahan				
3.	Saya merasa keberatan untuk memahami				

	permasalahan pada diri sendiri				
4.	Saya kurang pemahaman untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapi				
5.	Saya membiarkan masalah terus berkembang, tanpa memikirkan solusi untuk memecahkannya				
6.	Saya memilih lari dari permasalahan yang sedang dihadapi				
7.	Saya merasa kebingungan jika ditanya inti permasalahan yang dihadapi				
8.	Saya tidak mampu membantu teman yang sedang mendapatkan masalah				
9.	Saya mengambil sebuah tindakan pemecahan masalah dengan sangat ceroboh				
10.	Saya mampu berdialog dengan diri sendiri tentang timbulnya permasalahan				
11.	Saya tidak peduli dengan permasalahan yang timbul dalam satu kamar				
12.	Saya bingung untuk mencari rencana pemecahan masalah				
13.	Saya tidak mampu menduga sebab dari solusi pemecahan masalah yang dihadapi				
14.	Untuk menggambarkan permasalahan yang dihadapi saya malas dan tidak suka				
15.	Saya merasa canggung jika ada sesuatu yang berbeda tidak seperti biasanya				

16.	Saya tidak bisa bercerita tentang permasalahan yang sedang dihadapi kepada siapapun				
17.	Saya merasa nyaman saja jika situasi sekitar ada yang sikapnya berbeda				
18.	Saya tidak memilih gagasan yang baik atau tidak untuk memecahkan masalah				
19.	Jika mendapat masalah saya malas memikirkan tindakan apa yang harus diambil dalam menyelesaikan masalah				
20.	Saya membantu merencanakan memecahkan masalah yang dihadapi teman				
21.	Saya akan mendiskusikan kembali dengan teman apabila pemecahan masalah belum tepat				
22.	Saya merasa keberatan untuk mencari solusi pemecahan masalah				
23.	Mengulur waktu untuk memecahkan masalah adalah hobi saya				
24.	Saya memilih sembunyi dari masalah				
25.	Saya tidak menyadari jika situasi sekamar mulai berbeda				
26.	Saya akan menunda waktu untuk melaksanakan pemecahan masalah				
27.	Saya mampu meninjau kembali permasalahan jika belum tepat cara penyelesaiannya				
28.	Saya akan meninggalkan permasalahan jika				

	terlalu lama dalam pemecahannya				
29.	Saya akan memilih dengan baik solusi untuk memecahkan masalah yang dihadapi				
30.	Saya tidak pernah memikirkan akibat dari solusi pemecahan masalah yang diambil				
31.	Saya bingung untuk mencari rencana pemecahan masalah				
32.	Saya dapat menyatakan masalah yang sedang dihadapi				
33.	Saya menjauh dari permasalahan, bukan menyelesaikan permasalahan				
34.	Saya tidak mampu melihat inti permasalahan yang dihadapi				
35.	Saya akan menunda waktu untuk melaksanakan pemecahan masalah				
36.	Saya tidak bisa bercerita tentang permasalahan yang sedang dihadapi kepada siapapun				
37.	Saya malas jika harus mengulangi proses pemecahan masalah kembali				
38.	Saya tidak mengerti masalah yang ada dalam diri sendiri				
39.	Saya tidak suka jika permasalahan terpecahkan dengan bantuan orang lain				
40.	Saya merasa tidak nyaman jika mempunyai masalah dengan teman sekamar				

## Lampiran 8 RPL



**PENDIDIKAN PENGAJARAN AGAMA ISLAM (PPAI)  
PONDOK PESANTREN AL-IHYA 'ULUMADDIN KESUGIHAN 1  
CILACAP**

*Alamat : Sekretariat PP. Al-Ihya 'Ulumaddin Putri Kesugihan I  
Cilacap Hp. 085291100767 Kode Post. 53274*

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) SESI 1  
BIMBINGAN KELOMPOK SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN  
2019/2020**

A.	Komponen Layanan	Dasar
B.	Bidang Layanan	Sosial
C.	Topik / Tema Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemberian angket pre-test</li> <li>2. Pemahaman kemampuan <i>problem solving</i></li> <li>3. Pemahaman teknik <i>self talk</i></li> </ol>
D.	Fungsi Layanan	Membantu klien untuk dapat memahami cara meningkatkan kemampuan <i>problem solving</i> dengan menggunakan teknik <i>self talk</i>
E.	Tujuan Umum	Agar dapat mempraktikkan cara penyelesaian masalah ( <i>problem solving</i> ) dengan menggunakan teknik <i>self talk</i>
F.	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Untuk menyampaikan tujuan dan program kegiatan</li> <li>2. Untuk mengenalkan pengetahuan kemampuan <i>problem solving</i> kepada santri dengan teknik <i>self talk</i></li> <li>3. Untuk pengisian angket pre-test</li> </ol>
G.	Sasaran Layanan	AR, HNA, LH, NFN, UAQ, RN, SR, ZSM
H.	Materi Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perkenalan</li> <li>2. Pengisian angket pre-test</li> <li>3. Pengenalan peningkatan kemampuan <i>problem solving</i> santri dengan menggunakan teknik <i>self talk</i></li> </ol>
I.	Waktu	1 x 45 menit
J.	Tanggal Pelaksanaan	13 Maret 2020
K.	Sumber Bacaan	<a href="https://lib.unnes.ac.id/28664/1/1301411071.pdf">https://lib.unnes.ac.id/28664/1/1301411071.pdf</a>
L.	Metode / Teknik	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ceramah singkat</li> <li>2. Diskusi</li> <li>3. Membangunkan semangat klien</li> </ol>
M.	Media / Alat	Kertas HVS, bolpoint
N.	<b>PELAKSANAAN</b>	
	1. Tahap Awal / Pendahuluan	

	a. Pernyataan Tujuan	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Salam</li> <li>➤ Menanyakan kabar</li> <li>➤ Ice breaking (berbagai macam variasi)</li> <li>➤ Menyampaikan tujuan yang akan dicapai</li> </ul>
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik</li> <li>➤ Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 x 45 menit layanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.</li> </ul>
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Guru BK / Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan yaitu mengenai cara mengisi angket pre-test <i>problem solving</i> santri</li> <li>➤ Guru BK / Konselor memberikan contoh perlakuan bagaimana cara meningkatkan kemampuan <i>problem solving</i> dengan menggunakan teknik <i>self talk</i></li> </ul>
	d. Tahap peralihan (transisi)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Guru BK/ Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok, dan memulai ketahap inti (ice breaking “Konsentrasi”)</li> </ul>
2. Tahap Inti		
	a. Kegiatan peserta didik	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Mengisi angket pre-test <i>problem solving</i></li> <li>➤ Menuliskan hasil diskusi diselebar kertas yang sudah disediakan oleh Guru BK / Konselor tentang menerapkan perlakuan kemampuan <i>problem solving</i> dengan menggunakan teknik <i>self talk</i></li> </ul>
	b. Kegiatan Guru BK/Konselor	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Memfasilitasi kegiatan bimbingan kelompok</li> <li>➤ Mengamati secara langsung aktivitas masing-masing anggota kelompok dalam kegiatan mengisi angket <i>problem solving</i> santri</li> </ul>
	3. Tahap penutup / pengakhiran	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Guru BK/Konselor mengambil kembali angket pre-test yang telah diisi/dikerjakan oleh masing-masing anggota kelompok</li> <li>➤ Guru BK / Konselor mengambil kembali kertas hasil diskusi masing-masing anggota kelompok yang telah dikerjakan mengenai penerapan perlakuan kemampuan <i>problem solving</i> dengan menggunakan teknik <i>self talk</i></li> <li>➤ Merencanakan tindak lanjut</li> </ul>
O . Evaluasi		

1. Evaluasi Proses	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Melakukan refleksi hasil</li> <li>➤ Menilai masing-masing anggota kelompok tentang bagaimana mengerjakan angket pre-test</li> <li>➤ Menilai masing-masing anggota kelompok tentang bagaimana mendiskusikan cara pemecahan masalah (<i>problem solving</i>) dengan menggunakan teknik <i>self talk</i></li> </ul>
2. Evaluasi Hasil	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Merasakan suasana pertemuan : Menyenangkan atau tidak menyenangkan</li> <li>➤ Topik yang dibahas : Sangat penting/ kurang penting/ tidak penting</li> <li>➤ Penyampaian Guru BK/ Konselor : Mudah dipahami/ Sulit dipahami</li> <li>➤ Kegiatan yang diikuti: Menarik/ kurang menarik/ tidak menarik untuk diikuti</li> </ul>

Mengetahui,  
Pengurus Ponpes Al- Ihya'Ulumaddin

Sri Kusmiyatun, S.Pd

Kesugihan, 11 Maret 2020

Konselor / Guru BK

Millatun Khanifah



**PENDIDIKAN PENGAJARAN AGAMA ISLAM (PPAI)  
PONDOK PESANTREN AL-IHYA 'ULUMADDIN KESUGIHAN 1  
CILACAP**

Alamat : Sekretariat PP. Al-Ihya 'Ulumaddin Putri Kesugihan I  
Cilacap Hp. 085291100767 Kode Post. 53274

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) SESI 2  
BIMBINGAN KELOMPOK SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN  
2019/2020**

A.	Komponen Layanan	Dasar
B.	Bidang Layanan	Sosial
C.	Topik / Tema Layanan	Pemahaman kemampuan <i>problem solving</i>
D.	Fungsi Layanan	Pemahaman dan pengembangan
E.	Tujuan Umum	Untuk mengetahui tingkat kemampuan <i>problem solving</i> santri
F.	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Menggali kreatifitas pemikiran santri dalam berperan untuk dirinya sendiri dalam proses <i>problem solving</i></li> <li>5. Mengembangkan potensi yang dimiliki setiap individu santri dalam sebuah proses <i>problem solving</i></li> <li>6. Agar klien dapat memahami yang dimaksud dengan kemampuan <i>problem solving</i></li> </ol>
G.	Sasaran Layanan	AR, HNA, LH, NFN, UAQ, RN, SR, ZSM
H.	Materi Layanan	The Smart Solution Book
I.	Waktu	1 x 45 menit
J.	Tanggal Pelaksanaan	23 Maret 2020
K.	Sumber Bacaan	<a href="https://core.ac.uk/download/pdf/33511151.pdf">https://core.ac.uk/download/pdf/33511151.pdf</a>
L.	Metode / Teknik	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ceramah singkat</li> <li>2. Diskusi</li> <li>3. Tanya jawab pertanyaan ringan</li> <li>4. Membangunkan semangat klien</li> </ol>
M.	Media / Alat	Kertas HVS, bolpoint
N.	PELAKSANAAN	

4. Tahap Awal / Pendahuluan	
e. Pernyataan Tujuan	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Salam</li> <li>➤ Menanyakan kabar</li> <li>➤ Ice breaking (berbagai macam variasi)</li> <li>➤ Menyampaikan tujuan yang akan dicapai</li> </ul>
f. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik</li> <li>➤ Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 x 45 menit layanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.</li> </ul>
g. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Guru BK / Konselor membantu anggota kelompok untuk melakukan tahap peningkatan kemampuan <i>problem solving</i></li> </ul>
h. Tahap peralihan (transisi)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Guru BK/ Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok, dan memulai ketahap inti (ice breaking “Konsentrasi”)</li> </ul>
5. Tahap Inti	
c. Kegiatan peserta didik	Mendengarkan Ceramah dan menuliskan hal-hal yang kurang dipahami kemudian ditanyakan kepada konselor / guru BK
d. Kegiatan Guru BK/Konselor	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membantu menunjukan kepada klien mengenai kemampuan <i>problem solving</i></li> <li>2. Membantu anggota kelompok untuk melakukan tahap peningkatan kemampuan <i>problem solving</i></li> <li>3. Membantu anggota kelompok mengembangkan pikiran untuk melaksanakan peningkatan kemampuan <i>problem solving</i></li> </ol>
6. Tahap penutup / pengakhiran	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Guru BK/Konselor mengambil kembali angket pre-test yang telah diisi/dikerjakan oleh masing-masing anggota kelompok</li> <li>➤ Merencanakan tindak lanjut</li> </ul>

O . Evaluasi	
3. Evaluasi Proses	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Melakukan refleksi hasil</li> <li>➤ Menilai masing-masing anggota kelompok mengenai tingkat pemahaman cara meningkatkan kemampuan <i>problem solving</i> dengan menggunakan teknik <i>self talk</i></li> </ul>
4. Evaluasi Hasil	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Merasakan suasana pertemuan : Menyenangkan atau tidak menyenangkan</li> <li>➤ Topik yang dibahas : Sangat penting/ kurang penting/ tidak penting</li> <li>➤ Penyampaian Guru BK/ Konselor : Mudah dipahami/ Sulit dipahami</li> <li>➤ Kegiatan yang diikuti: Menarik/ kurang menarik/ tidak menarik untuk diikuti</li> </ul>

Mengetahui,  
Pengurus Ponpes Al- Ihya'Ulumaddin

Sri Kusmiyatun, S.Pd

Kesugihan, 11 Maret 2020

Konselor / Guru BK

Millatun Khanifah



**PENDIDIKAN PENGAJARAN AGAMA ISLAM (PPAI)  
PONDOK PESANTREN AL-IHYA 'ULUMADDIN KESUGIHAN 1  
CILACAP**

Alamat : Sekretariat PP. Al-Ihya 'Ulumaddin Putri Kesugihan I  
Cilacap Hp. 085291100767 Kode Post. 53274

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) SESI 3  
BIMBINGAN KELOMPOK SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN  
2019/2020**

A.	Komponen Layanan	Dasar
B.	Bidang Layanan	Sosial
C.	Topik / Tema Layanan	Pengisian angket post-test / apa kabar hari ini
D.	Fungsi Layanan	Pemahaman dan pengembangan
E.	Tujuan Umum	Memberi penguatan positif terhadap konseli mengenai materi kemampuan <i>problem solving</i>
F.	Tujuan Khusus	Untuk memberi penguatan positif dan mendorong anggota kelompok untuk dapat melaksanakan penyelesaian masalah ( <i>problem solving</i> ) dengan menggunakan teknik <i>self talk</i>
G.	Sasaran Layanan	AR. HNA, LH, NFN, UAQ, RN, SR, ZSM
H.	Materi Layanan	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Menuliskan diselebaran kertas tentang pemahaman santri dari awal pertemuan hingga akhir tentang bagaimana meningkatkan kemampuan <i>problem solving</i> dengan menggunakan teknik <i>self talk</i></li> <li>➤ Pengisian angket post-test <i>problem solving</i></li> <li>➤ Memberikan penguatan</li> </ul>

		positif terhadap klien oleh Guru BK / Konselor hasil kegiatan pada pertemuan sesi 1 dan 2 mengenai cara meningkatkan kemampuan <i>problem solving</i> dengan menggunakan teknik <i>self talk</i>
I.	Waktu	1 x 45 Menit
J.	Tanggal Pelaksanaan	31 Maret 2020
K.	Sumber Bacaan	-
L.	Metode / Teknik	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Teknik reinforcement</li> <li>➤ Teknik self talk</li> </ul>
M.	Media / Alat	Kertas HVS, bolpoint
N.	PELAKSANAAN	
	1. Tahap Awal / Pendahuluan	
	a. Pernyataan Tujuan	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Salam</li> <li>➤ Menanyakan kabar</li> <li>➤ Ice breaking (berbagai macam variasi)</li> <li>➤ Menyampaikan tujuan yang akan dicapai</li> </ul>
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik</li> <li>➤ Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 2 x 40 menit layanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.</li> </ul>
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Guru BK / Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang telah dibicarakan di pertemuan sesi 1 dan 2 yaitu mengenai cara meningkatkan kemampuan <i>problem solving</i> santri dengan menggunakan teknik <i>self talk</i></li> </ul>
	d. Tahap peralihan (transisi)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Guru BK/ Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan</li> </ul>

		bimbingan kelompok, dan memulai ketahap inti (ice breaking “Konsentrasi”)
2. Tahap Inti		
a. Kegiatan peserta didik	Mengisi angket kemampuan <i>problem solving</i> ( post-test)	
b. Kegiatan Guru BK/Konselor	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Memfasilitasi kegiatan bimbingan kelompok</li> <li>➤ Mengamati secara langsung aktivitas masing-masing anggota kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok</li> </ul>	
c. Tahap penutup / pengakhiran	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Guru BK/Konselor memberikan penguatan positif kepada semua anggota</li> <li>➤ Merencanakan tindak lanjut dan post-test</li> </ul>	
O. Evaluasi		
P. Evaluasi Proses	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Melakukan refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan dikertas yang sudah disiapkan</li> <li>➤ Sikap atau antusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan</li> <li>➤ Cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya</li> <li>➤ Cara peserta didik memberikan penjelasan dari pertanyaan konselor / Guru BK</li> </ul>	
A. Evaluasi Hasil	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Merasakan suasana pertemuan : Menyenangkan atau tidak menyenangkan</li> <li>➤ Topik yang dibahas : Sangat penting/ kurang penting/ tidak penting</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Penyampaian Guru BK/ Kounselor : Mudah dipahami/ Sulit dipahami</li> <li>➤ Kegiatan yang diikuti: Menarik/ kurang menarik/ tidak menarik untuk diikuti</li> </ul>
--	--

Mengetahui,  
Pengurus Ponpes Al- Ihya'Ulumaddin

Sri Kusmiyatun, S.Pd

Kesugihan, 11 Maret 2020

Kounselor / Guru BK

Millatun Khanifah

### Lampiran 9 Hasil Skor Angket Pre Test dan Post Test Kelas Eksperimen

No	Nama	Pre Test		Post Test	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	AR	62	Sangat rendah	83	Sedang
2	HNA	73	Rendah	87	Sedang
3	LH	69	Sangat Rendah	89	Sedang
4	NFN	63	Sangat Rendah	91	Sedang
5	UAQ	65	Rendah	95	Tinggi
6	RN	70	Sangat Rendah	104	Sangat Tinggi
7	SR	66	Rendah	82	Sedang
8	ZSM	70	Sangat Rendah	104	Sangat Tinggi

**Lampiran 10 hasil skor pre test dan post test kelas kontrol**

No	Nama	Pre Test		Post Test	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	A'YT	94	Tinggi	81	Rendah
2	DH	87	Sedang	80	Rendah
3	ITU	106	Sangat Tinggi	73	Rendah
4	LN	70	Rendah	68	Sangat Rendah
5	NKM	83	Sedang	74	Rendah
6	RU	92	Tinggi	75	Rendah
7	SK	101	Sangat Tinggi	79	Rendah
8	SAV	83	Sedang	78	Rendah

## **Lampiran 11 Pedoman Wawancara untuk Santri**

### **Tentang *Problem Solving***

1. Jelaskan apa yang anda ketahui tentang *problem solving* ?
2. Apa manfaat yang dapat diperoleh dari kemampuan *problem solving* ?
3. Menurut anda berpengaruhkah kemampuan *problem solving* untuk santri ?
4. Kapan anda dapat berperan dalam memecahkan masalah yang sedang dihadapi teman atau diri anda sendiri ?
5. Apakah anda sepenuhnya percaya kepada teman atau pengurus pondok pesantren ketika anda meminta bantuan untuk memecahkan sebuah permasalahan yang sedang dihadapi ?
6. Siapa orang yang paling anda percaya atau paling dekat dengan anda untuk membantu memberi solusi ketika anda mendapat masalah ?
7. Kapan anda biasanya meminta bantuan teman atau pengurus pondok pesantren ketika sedang mendapat permasalahan ?
8. Bagaimana kriteria teman yang anda pilih untuk menceritakan permasalahan yang sedang dihadapi ?
9. Dimana anda biasanya curhat kepada teman untuk meminta bantuan menyelesaikan masalah atau membantu masalah teman ?
10. Bagaimana tanggapan anda setelah mengikuti bimbingan kelompok terkait kemampuan *problem solving* ?, apakah ada perubahan dengan kemampuan *problem solving* yang anda miliki ?

## **Lampiran 12 Pedoman Wawancara untuk Pengurus Pondok Pesantren**

### **Tentang *Problem Solving* Santri**

1. Jelaskan apa yang mbak pengurus ketahui tentang *problem solving* ?
2. Bagaimana manfaat yang diperoleh dari kemampuan *problem solving* ?, apakah berpengaruh pada prestasi atau kerajinan santri dalam melaksanakan kewajibannya setiap hari dipesantren?
3. Apakah santri memberikan pendapat kepada mbak pengurus ketika dimintai pendapat untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi sesama teman santrinya ?
4. Bagaimana kemampuan *problem solving* yang dimiliki santri ?
5. Apakah mbak pengurus sering menerima curhat atau dimintai bantuan dari santri karena permasalahan yang belum dapat diselesaikan ?
6. Kapan mbak pengurus biasanya memberi waktu kepada santri untuk bercerhat ketika santri tersebut sedang mendapat masalah ?
7. Dimana tempat mbak pengurus menerima konsultasi dari santri ketika sedang mendapat masalah dan meminta bantuan ?
8. Adakah santri yang paling dapat dipercaya untuk membantu tugas pengurus dalam melayani santri yang bermasalah ?, dan mengapa mbak percaya kepada santri tersebut ?
9. Bisa minta tolong untuk dapat menyebutkan beberapa jenis permasalahan yang selama ini santri melanggar ?
10. Bagaimana tanggapan mbak pengurus kepada santri setelah mengikuti bimbingan kelompok terkait kemampuan *problem solving* ?, apakah dapat

dilihat perubahan dengan kemampuan *problem solving* yang mereka miliki ?

### Lampiran 13 Daftar Riwayat Hidup Peneliti

#### DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENELITI

##### Data pribadi

Nama : Millatun Khanifah

NIM : 15862011005

Tempat Tanggal Lahir: Cilacap, 23 Maret 1997

Jenis Kelamin : Perempuan

Nama Ayah : Achmad Muhaimin

Nama Ibu : Siti Munifah

Alamat : Desa Prumpung Serang RT 03/04, Kecamatan Cipari, Kabupaten Cilacap.

##### Riwayat Pendidikan

Sekolah	Nama Sekolah	Kabupaten	Tahun Lulus
TK	RA Masyithoh 5 Tegalsari Sidareja	Cilacap	2003
MI	MI Mafatihul Huda Serang Cipari	Cilacap	2009
SMP	SMP Negeri 1 Cipari	Cilacap	2012
SMA	SMA Ya BAKII 1 Kesugihan	Cilacap	2015
S1	UNUGHA	Cilacap	2020

Demikianlah daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenarnya

## Lampiran 14 Transkrip Wawancara dengan Santri

### TRANSKIP WAWANCARA DENGAN SANTRI

#### PONDOK PESANTREAN AL IHYA'ULUMADDIN PUTRI KESUGIHAN

Nama Responden : ARW

Tempat : Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Putri Kesugihan

Hari / Tanggal : Jum'at, 3 April 2020

Catatan : Cetak biasa dan tebal adalah pertanyaan yang disampaikan oleh peneliti, dan cetak miring adalah jawaban yang diberikan oleh responden.

**Peneliti** : Jelaskan apa yang anda ketahui tentang *problem solving* ?

*Responden* : *Problem Solving adalah proses pemecahan masalah.*

**Peneliti** : Bagaimana manfaat yang diperoleh dari *problem solving*? apakah berpengaruh pada prestasi yang anda raih ?

*Responden* : *lebih memudahkan kita dalam menghadapi suatu permasalahan karena sudah menherti bagaimana cara yang tepat untuk memecahkan masalahnya. Berpengaruh jika sedang ada masalah biasanya saya selalu memikirkan terus menerus, sehingga mengganggu proses belajar saya.*

**Peneliti** : Apabila anda sedang proses pengajian dikelas diniyah, tetapi ada kalimat dalam kitab yang anda kurang pahami apakah anda akan diam saja atau bertanya kepada ustad / ustadzah atau bahkan bertanya kepada teman sebangku ?

*Responden* : *Jika saya belum memahami isi atau kalimat dalam kitab yang sedang dikaji, maka saya akan bertanya langsung kepada ustad / ustadzah.*

**Peneliti** : apakah anda aktif dalam mengeluarkan pendapat jika sedang proses diskusi ?

*Responden* : *Iya saya akan mengeluarkan pendapat saya jika sedang berdiskusi.*

**Peneliti** : *Bagaimana anda memilih teman dalam bergaul sehari-hari ? apakah anda memilih-milih atau menilai semua teman sama ?*

*Responden* : *Allhamdulillah, jika saya bergaul dengan teman-teman tidak ada kata pilih-pilih teman karena menurut saya semua teman sama, tergantung bagaimana kita menyikapinya saja.*

**Peneliti** : *Kapan waktu anda curhat kepada teman atau pengurus pondok pesantren ?*

*Responden* : *Ketika sedang mendapat masalah yang sekiranya saya sudah tidak bisa memecahkannya sendiri.*

**Peneliti** : *Dimana anda biasanya curhat kepada teman atau pengurus pondok pesantren ?*

*Responde* : *Biasanya saya curhat kepada teman didepan mushola, jika saya sedang curhat kepada pengurus biasanya diruangan skretariat pondok pesantren putri.*

**Peneliti** : *Siapa orang yang paling anda rasa nyaman untuk anda curhat ?*

*Responden* : *Saya paling nyaman jika curhat apapun masalah saya kepada salah satu teman yang sekamar dengan saya.*

**Peneliti** : *Bagaimana tanggapan anda setelah mengikuti bimbingan kelompok terkait kemampuan *problem solving* ?, apakah ada perubahan dengan kemampuan *problem solving* yang anda miliki sebelumnya ?*

*Responden* : *Bisa dikatakan ada perubahan, saya lumayan memahami materi yang disampaikan.*

Cilacap, 3 April 2020

Atika Rahmawati

## TRANSKIP WAWANCARA DENGAN SANTRI

### PONDOK PESANTREAN AL IHYA'ULUMADDIN PUTRI KESUGIHAN

Nama Responden : HNA  
Tempat : Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Putri Kesugihan  
Hari / Tanggal : Jum'at, 3 April 2020  
Catatan : Cetak biasa dan tebal adalah pertanyaan yang disampaikan oleh peneliti, dan cetak miring adalah jawaban yang diberikan oleh responden .

**Peneliti** : Jelakan apa yang anda ketahui tentang problem solving ?

*Responden* : *Problem solving adalah proses pemecahan masalah.*

**Peneliti** : Bagaimana manfaat yang diperoleh dari problem solving ? apakah berpengaruh pada prestasi yang anda raih ?

*Responden* : *Manfaat yang dapat saya peroleh adalah dapat mengetahui bagaimana cara memecahkan masalah tanpa harus merepotkan orang lain.*

**Peneliti** : Apabila sedang belajar, tetapi belum memahami materi yang sedang diajarkan oleh ustad / ustadzah, apakah anda merasa malu untuk bertanya ?

*Responden* : *Tidak, saya tidak malu bertanya jika saya memang merasa belum paham, karena menurut pepatah, malu bertanya maka akan sesat dijalan.*

**Peneliti** : Apakah anda memberikan pendapat kepada ustad / ustadzah ketika dimintai pendapat, atau hanya diam saja ?

*Responden* : Iya, saya akan memberikan pendapat kepada ustad / ustadzah jika saya mampu memberikan pendapat, jika saya merasa tidak mampu maka saya akan diam saja dan mendengarkan penjelasan dari teman yang lain.

**Peneliti** : Bagaimana kriteria teman yang anda pilih ? apakah dibedakan atau semuanya anda samakan ?

*Responden* : Menurut saya kriteria teman yang saya pilih tidak ada, karena saya menganggap semua teman adalah sama.

**Peneliti** : Apakah anda sepenuhnya percaya kepada ustad / ustadzah atau temanmu ketika anda curhat kepada mereka ?

*Responden* : Iya, saya percaya kepada mereka jika saya curhat kepada mereka.

**Peneliti** : Di mana anda biasanya curhat kepada ustad / ustadzah ?

*Responden* : Biasanya saya curhat kepada ustad / ustadzah di depan mushola.

**Peneliti** : Adaptasi itu penting, apakah anda termasuk santri yang mudah dalam beradaptasi ?

*Responden* : Allhamdulillah, saya bisa dikatakan mudah untuk beradaptasi dengan teman maupun lingkungan.

**Peneliti**: Siapa teman yang anda paling percaya untuk menerima curhatan anda selama ini ?

*Responden* : Mba Robi dan mba Zulfa ( teman satu komplek), karena asik dan orangnya berfikir dewasa jadi dapat memberi saya masukan yang baik-baik.

**Peneliti** : bagaimana tanggapan anda setelah mengikuti program layanan bimbingan kelompok terkait kemampuan problem solving ?

*Responden : setelah beberapa kali saya mengikuti layanan bimbingan kelompok terkait kemampuan problem solving, saya dapat memahami dan dapat mempraktikan bagaimana memecahkan masalah yang baik tanpa menimbulkan masalah yang baru.*

Cilacap, 3 April 2020

Hikmatun Nur Azizah

## TRANSKIP WAWANCARA DENGAN SANTRI

### PONDOK PESANTREAN AL IHYA'ULUMADDIN PUTRI KESUGIHAN

Nama Responden : LH  
Tempat : Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Putri Kesugihan  
Hari / Tanggal : Jum'at, 3 April 2020  
Catatan : Cetak biasa dan tebal adalah pertanyaan yang disampaikan oleh peneliti, dan cetak miring adalah jawaban yang diberikan oleh responden .

**Peneliti** : Jelaskan apa yang anda ketahui tentang problem solving ?

*Responden* : *Problem solving adalah kemampuan memecahkan masalah yang sedang dihadapinya sendiri ataupun masalah yang sedang dihadapi teman.*

**Peneliti** : Bagaimana manfaat yang diperoleh dari problem solving?

*Responden* : *Manfaat yang dapat saya peroleh dari problem solving ini adalah, saya menjadi paham dan bisa menyelesaikan masalah saya sendiri, dan kadang saya bisa membantu teman yang lain jika sedang mendapat masalah yang belum dapat terselesaikan.*

**Peneliti** : Adakah kriteria teman yang anda pilih? Apakah anda termasuk orang yang suka memilih-milih teman dalam bergaul ?

*Responden* : *Ada, kriteria teman yang saya pilih adalah teman yang dapat memberi saya pengaruh positif dalam artian dapat membawa saya menjadi lebih baik, dan soal memilih teman, saya bukan tipe orang yang suka memilih-milih teman, semua teman saya anggap sama.*

**Peneliti** : Apakah anda percaya sepenuhnya kepada orang yang sering anda curhati masalah anda selama ini ?

*Responden* : *Saya percaya kepada teman saya yang biasa saya curhati apapun masalah saya.*

**Peneliti** : Dimana anda biasanya curhat?

*Responden* : *Saya biasa curhat dengan teman saya ditempat tunggu didepan kamar mandi sambil menunggu giliran mandi.*

**Peneliti** : Apakah anda merasa aman dan nyaman ketika curhat ditempat tunggu didepan kamar mandi?

*Responden* : *Iya, saya merasa sangat aman dan nyaman, karena disamping suasana yang santai tempatnyapun terbuka dibawah pohon-pohon hiasan dihalaman.*

**Peneliti** : Adakah orang yang paling anda percaya untuk mendengarkan anda curhat, dan jika ada siapa orang itu ?

*Responden* : *Ada orang yang saya percaya untuk mendengarkan curahan hati saya, dan dia adalah mba zulfa, mba ulfha dan mba hikmah.*

**Peneliti** : Bagaimana tanggapan anda setelah mengikuti program layanan bimbingan kelompok selama beberapa sesi ini ? apakah ada perubahan dengan kemampuan problem solving yang anda miliki ?

*Responden* : *Ya sangat baik, saya dapat memahami sekaligus mempraktikan problem solving yang sebelumnya kurang baik sekarang dapat dikatakan sangat baik.*

Cilacap, 3 April 2020

Lailatul Hikmah

## TRANSKIP WAWANCARA DENGAN SANTRI

### PONDOK PESANTREAN AL IHYA'ULUMADDIN PUTRI KESUGIHAN

Nama Responden : NFN  
Tempat : Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Putri Kesugihan  
Hari / Tanggal : Jum'at, 3 April 2020  
Catatan : Cetak biasa dan tebl adalah pertanyaan yang disampaikan oleh peneliti, dan cetak miring adalah jawaban yang diberikan oleh responden .

**Peneliti** : Jelaskan apa yang anda ketahui tentang *problem solving* ?

*Responden* : *Problem solving menurut saya adalah cara penyelesaian masalah.*

**Peneliti** : Bagaimana manfaat *problem solving* itu sendiri menurut anda ?

*Responden* : *Manfaat problem solving yang saya ketahui adalah untuk menyelesaikan atau memecahkan suatu persoalan atau masalah.*

**Peneliti** : Apakah anda pernah mengalami permasalahan yang tidak terselesaikan sampai detik ini ?

*Responden* : *Iya, saya memiliki permasalahan yang sampai sekarang belum terselesaikan.*

**Peneliti** : Bisakah anda menceritakannya apa masalag itu, dan kenapa sampai sekarang belum dapat terselesaikan ?

*Responden* : *Masalah saya adalah malas untuk menghafal kitab-kitab hafalan yang menurut saya masih sangat susah dipahami, karena ustadzah yang menerima setoran hafalan saya orangnya susah dan judes.*

**Peneliti** : Sudahkah ada gambaran bagaimana anda akan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi anda saat ini ?

*Responden* : *Sampai sekarang saya masih bingung bagaimana saya menghadapi persoalan ini, karena peraturan terus menuntut harus menghafalkan semua kitab hafalan, sedangkan dari saya sendiri kurang bersemangat karena ustadzah pengampu setoran saya orangnya susah.*

**Peneliti** : Okay, boleh saya kasih saran, anda harus melapor kepada mba pengurus bidang pendidikan, untuk mengurus masalah ini dan supaya anda dicarikan ustadzah pengampu yang lain agar setoran kitab yang wajib dihafalkan itu bisa segera terselesaikan dengan cepat.

*Responden* : *Iya terimakasih sarannya, nanti saya akan mencoba untuk melapor kepada mba pengurus bidang kependidikan.*

**Peneliti** : Apakah anda pernah curhat kepada teman atau ustad / ustadzah tentang masalah yang anda hadapi ?

*Responden* : *Iya, saya sering curhat dengan salah satu teman yang sekamar dengan saya.*

**Peneliti** : Dimanakah tempat yang biasa dipakai ketika curhat dengan teman anda ?

*Responden* : *Saya biasa curhat dengan teman saya itu di depan komplek.*

**Peneliti** : Apakah anda sepenuhnya percaya kepada teman yang biasa curhat bersama anda ?

*Responden* : *Iya, saya sangat mempercayainya 100 % karena dia bukan hanya teman satu kamar, dia adalah sobat karib dan juga kebetulan masih saudara dengan saya.*

**Peneliti** : Bagaimana jika suatu saat teman karibmu ini semisal mengkhianatimu dengan menceritakan semua masalah yang pernah kamu cerita padanya, diceritakan pada teman-teman kamarmu bahkan teman komplekmu ?

*Responden* : *Saya akan sangat kecewa jika dia berani mengkhianati saya sampai sedemikian rupa.*

**Peneliti** : Lantas anda akan melakukan tindakan apa jika itu benar terjadi pada dirimu ?

*Responden* : *Saya akan melakukan tindakan dengan menemuinya dan menanyakan kenapa dia bisa dan tega mengkhianati kepercayaan saya.*

**Peneliti** : Bagaimana tanggapan anda setelah mengikuti program layanan bimbingan kelompok terkait problem solving ini ? apakah ada perubahan atau tidak ?

*Responden* : *Saya merasa lebih baik, lebih dapat mengatur diri dan memahami bagaimana menyelesaikan masalah dengan baik.*

Cilacap, 3 April 2020

Ning Faridatun Nida

## TRANSKIP WAWANCARA DENGAN SANTRI

### PONDOK PESANTREAN AL IHYA'ULUMADDIN PUTRI KESUGIHAN

Nama Responden : UAQ  
Tempat : Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Putri Kesugihan  
Hari / Tanggal : Jum'at, 3 April 2020  
Catatan : Cetak biasa dan tebal adalah pertanyaan yang disampaikan oleh peneliti, dan cetak miring adalah jawaban yang diberikan oleh responden .

**Peneliti** : Jelaskan apa pemahaman anda terkait problem solving ?

*Responden* : *Problem solving menurut saya adalah proses pemecahan masalah.*

**Peneliti** : Menurut anda bagaimana manfaat yang didapat dari problem solving itu sendiri ?

*Responden* : *Manfaat dari problem solving adalah, dapat mengerti bagaimana proses pemecahan masalah dengan tepat dan baik.*

**Peneliti** : menurut anda belajar terkait problem solving penting atau tidak ?

*Responden* : *Menurut saya sangat penting karena kita dapat mengetahui cara menyelesaikan masalah yang baik dan sekaligus mampu mempraktikannya.*

**Peneliti** : Apakah anda pernah memiliki masalah yang belum terpecahkan sampai sekarang ?

*Responden* : *Iya, saya memiliki masalah yang belum terpecahkan sampai sekarang.*

**Peneliti** : Masalah apa dan kenapa belum terpecahkan sampai sekarang ?

*Responden* : Bangun tidur yang sangat susah, karena saya suka begadang kalau malam.

**Peneliti** : Begadang untuk kegiatan pondok atau untuk yang lain ?

*Responden* : Saya begadang kalau malam itu suka membaca novel.

**Peneliti** : Apakah tidak bisa dikurangi bahkan dihilangkan kebiasaan yang kurang baik itu ?

*Responden* : Saya, sudah memiliki niat untuk mengurangi kalau bisa menghilangkan kebiasaan kurang baik saya, tapi sangat susah untuk mengawalinya.

**Peneliti** : Niat awal itu harus dimulai dari diri sendiri dan paksaan yang timbul dari diri sendiri, dan itu memang bukan hal yang mudah, namun harus berani mengawalinya.

*Responden* : Iya, saya akan mengawalinya.

**Peneliti** : Bagaimana tanggapan anda setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok terkait problem solving dan sebelumnya ?

*Responden* : Sampai sejauh ini saya merasakan hal yang berbeda, sebelum dan sesudah saya mengikuti layanan bimbingan kelompok ini terkait problem solving, saya lebih dapat berfikir baik untuk memecahkan masalah yang saya hadapi, dan allhamdulillah, saya dapat membantu teman jika teman membutuhkan bantuan saya untuk memecahkan masalahnya.

Cilacap, 3 April 2020

Ulfha Abdul Qohar

## TRANSKIP WAWANCARA DENGAN SANTRI

### PONDOK PESANTREAN AL IHYA'ULUMADDIN PUTRI KESUGIHAN

Nama Responden : RN  
Tempat : Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Putri Kesugihan  
Hari / Tanggal : Jum'at, 3 April 2020  
Catatan : Cetak biasa dan tebal adalah pertanyaan yang disampaikan oleh peneliti, dan cetak miring adalah jawaban yang diberikan oleh responden .

**Peneliti** : Jelaskan apa pemahaman anda terkait problem solving ?

*Responden* : *Problem solving menurut saya adalah proses pemecahan masalah.*

**Peneliti** : Menurut anda bagaimana manfaat yang didapat dari problem solving itu sendiri ?

*Responden* : *Manfaat dari problem solving adalah, dapat mengerti bagaimana proses pemecahan masalah dengan tepat dan baik.*

**Peneliti** : Menurut anda belajar terkait problem solving penting atau tidak ?

*Responden* : *Menurut saya, belajar terkait dengan problem solving itu sangat penting, kita menjadi tau bagaimana pemecahan masalah yang baik dan tepat.*

**Peneliti** : Apakah anda pernah memiliki masalah yang belum terselesaikan sampai sekarang ?

*Responden* : *Tidak, karena setiap saya memiliki masalah selalu diselesaikan segera mungkin agar tidak menjadi beban bagi diri saya sendiri.*

**Peneliti:** Pernahkah anda membantu teman ketika sedang mengalami kesulitan dalam menyelesaikan masalahnya ?

*Responden* : *Iya, pernah*

**Peneliti** : Jika pernah maka ceritakanlah masalah apa dan bagaimana anda membantunya dalam menyelesaikan masalah ?

*Responden* : *Dulu ketika saya masih santri baru di pondok pesantren, ada teman saya yang masih kesulitan untuk membaca kitab dengan bahasa jawa pegon, dan kebetulan saya sudah bisa membaca kitab dengan bahasa jawa pegon, kebetulan saya dirumah sebelum di pondok pesantren sudah mengaji dengan bapak, jadi saya belajar bersama dengan orang itu mengajari dari perkata didalam bahasa jawa pegon.*

**Peneliti** : Apakah teman anda itu dapat menerimanya dengan baik?, terkadang kan ada orang yang demikian malah dia berfikir sebagai ejekan ?

*Responden* : *Awalnya dia berfikir ini sebuah ejekan, akan tetapi lama kelamaan dia dapat menerima dan malah menjadi akrab dengan saya sampai sekarang.*

**Peneliti** : Bagaimana tanggapan anda setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok terkait problem solving dan sebelumnya ?

*Responden* : *jujur, setelah dan sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok terkait problem solving, saya merasa lebih dapat memahami apa itu problem solving dan bagaimana saya harus mempraktikannya itu sudah ada gambaran dari hasil mengikuti layanan bimbingan kelompok ini.*

Cilacap, 3 April 2020

Robingatul Ngadadiyah

## TRANSKIP WAWANCARA DENGAN SANTRI

### PONDOK PESANTREAN AL IHYA'ULUMADDIN PUTRI KESUGIHAN

Nama Responden : SR  
Tempat : Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Putri Kesugihan  
Hari / Tanggal : Jum'at, 3 April 2020  
Catatan : Cetak biasa dan tebal adalah pertanyaan yang disampaikan oleh peneliti, dan cetak miring adalah jawaban yang diberikan oleh responden .

**Peneliti** : Jelaskan apa yang anda ketahui tentang *problem solving* ?

*Responden* : *Problem Solving adalah proses pemecahan masalah.*

**Peneliti** : Bagaimana manfaat *problem solving* itu sendiri menurut anda ?

*Responden* : *Manfaat problem solving yang saya ketahui adalah untuk menyelesaikan atau memecahkan suatu persoalan atau masalah.*

**Peneliti** : Apakah anda pernah mengalami permasalahan yang tidak terselesaikan sampai sekarang?

*Responden* : *Iya, pernah mengalaminya dan saya masih bingung untuk menyelesaikannya.*

**Peneliti** : Kenapa masalah anda belum dapat terselesaikan sampai sekarang?

*Responden* : *Karena saya malas untuk berfikir bagaiman mencari jalan keluar yang tepat, karena sudah berulang-ulang kali saya mencoba menyelesaikannya namun tetap saja tidak ketemu titik terang yang diharapkan.*

**Peneliti** : Apa yang menyebabkan anda sulit menemukan jawaban dari masalah yang dihadapi ?

*Responden* : Keadaan saya yang membuat saya sulit, karena saya orangnya tertutup.

**Peneliti** : Jika dengan keadaan yang membuat anda sulit menemukan jawaban dari masalah anda, cobalah anda membuka diri untuk curhat dengan teman atau ustad / ustadzah yang siap membantu karena mungkin sudah bidangnya demikian ?

*Responden* : Akan tetapi saya merasa canggung jika harus menceritakan masalah saya, karena sifatnya pribadi.

**Peneliti** : Apakah saya boleh tau masalah pribadi yang seperti apa ?

*Responden* : Saya sering mengalami istihadzoh dan tidak bisa bagaimana cara menanganinya, sedangkan harus sholat.

**Peneliti** : Lebih baik curhatlah dengan mba pengurus atau ustadzah yang menurut anda dapat membantu untuk menyelesaikan persoalan anda ini.

*Responden* : Iya, baiklah nanti saya akan mencobanya.

**Peneliti** : Bagaimana tanggapan anda setelah mengikuti program layanan bimbingan kelompok terkait problem solving ini ? apakah ada perubahan atau tidak ?

*Responden* : Saya merasa lebih baik, lebih dapat mengatur diri dan memahami bagaimana menyelesaikan masalah dengan baik.

Cilacap, 3 April 2020

Shinta Roisoh

## TRANSKIP WAWANCARA DENGAN SANTRI

### PONDOK PESANTREAN AL IHYA'ULUMADDIN PUTRI KESUGIHAN

Nama Responden : ZSM  
Tempat : Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin Putri Kesugihan  
Hari / Tanggal : Jum'at, 3 April 2020  
Catatan : Cetak biasa dan tebal adalah pertanyaan yang disampaikan oleh peneliti, dan cetak miring adalah jawaban yang diberikan oleh responden .

**Peneliti** : Jelaskan apa yang anda ketahui tentang *problem solving* ?

*Responden* : *Problem Solving adalah proses pemecahan masalah.*

**Peneliti** : Bagaimana manfaat *problem solving* itu sendiri menurut anda ?

*Responden* : *Manfaat problem solving yang saya ketahui adalah untuk menyelesaikan atau memecahkan suatu persoalan atau masalah.*

**Peneliti** : Apakah anda pernah mengalami permasalahan yang tidak terselesaikan sampai sekarang?

*Responden* : *Tidak, saya tidak memiliki masalah yang belum terselesaikan sampai sekarang, karena saya tidak suka mengulur waktu untuk menyelesaikan masalah.*

**Peneliti** : Pernahkah anda membantu teman memecahkan masalah ?

*Responden* : *Iya, pernah*

**Peneliti** : Masalah apa yang pernah anda pecahkan untuk membantu teman ?

*Responden* : *Masalah ekonomi teman, ketika harus membayar biaya sekolah menjelang Ujian Akhir Semester.*

**Peneliti** : Bagaimana anda membantunya ?

*Responden* : Kebetulan pas teman saya akan membayar uang sekolah, uangnya hilang dan dia kebingungan menangis mengadukannya pada saya, padahal hari itu terahir harus membayar uang Ujian Akhir Semester, kalau tidak dibayarkan hari itu maka teman saya tidak diperbolehkan ikut ujian itu, saya langsung berfikir untuk mengambil tabungan, allhamdulillah uang tabungannya mencukupi untuk membantu dia.

**Peneliti** : Apa respon dari teman yang anda bantu itu ?

*Responden* : Dia awalnya menolak karena mersa malu, tetapi setelah saya nasehati dia untuk memakai uang saya dulu, dia dapat menerima.

**Peneliti** : Bagaimana tanggapan anda setelah mengikuti program layanan bimbingan kelompok selama beberapa sesi ini ? apakah ada perubahan dengan kemampua problem solving yang anda miliki ?

*Responden* : Ya sangat baik, saya dapat memahami sekaligus mempraktikan problem solving yang sebelumnya kurang baik sekarang dapat dikatakan sangat baik.

Cilacap, 3 april 2020

Zulfa Shinta Masruroh

**Lampiran 15 Transkrip Wawancara dengan Pengurus Pondok Pesantren AL Ihya'Ulumaddin Putri**

**TRANSKIP WAWANCARA DENGAN PENGURUS PONDOK  
PESANTREN**

**AL IHYA'ULUMADDIN PUTRI**

Nama : Sri Kusmiyatun, S.Pd

Tempat : Pondok Pesantren Al Ihya'Ulumaddin Kesugihan Cilacap

Hari / Tanggal : Jum'at 3 April 2020

Catatan : Cetak biasa dan tebal adalah pertanyaan yang disampaikan oleh peneliti, sedangkan cetak miring adalah jawaban yang diberikan oleh responden

**Peneliti** : Jelaskan apa yang mba ketahui tentang *problem solving* ?

*Responden* : *problem solving menurut saya adalah sebuah cara untuk menyelesaikan masalah.*

**Peneliti** : Bagaimana manfaat yang diperoleh dari *problem solving* ?, apakah berpengaruh pada keseharian santri didalam pondok pesantren ?

*Responden* : *manfaat yang didapat dari problem solving itu sendiri ialah dapat membantu santri untuk lebih baik dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi tanpa menimbulkan masalah yang baru, iya sangat berpengaruh kepada santri karena kebanyakan santri akan lebih membawa perasaan dan pemikiran mereka akan terganggu jika mereka sedang dalam masalah, sebagai contoh, jika santri sedang mendapat masalah mereka akan terganggu proses belajar mengajinya, sering tidak fokus karena mereka lebih memikirkan permasalahan yang mereka hadapi.*

**Peneliti** : Apabila mba sedang mengajar mengaji ada santri yang kurang fokus terhadap pelajaran mengajinya, apakah santri tersebut mba tegur atau mba biarkan saja ?

*Responden* : jika sedang dalam proses pengajian ada santri yang kurang fokus dengan apa yang sedang diajarkan maka saya akan mendiamkannya, baru nanti pas dibagian akhir saya akan memberinya pertanyaan lebih dulu, pasti dia akan merasa kebingungan dan tidak bisa menjawab, maka saya disitu akan menegurnya dan menasehati agar waktu mengajinya lebih fokus dan diperhatikan lagi.

**Peneliti** : Menurut mba, bagaimana kemampuan santri dalam menyikapi masalahnya, apakah dapat memecahkan masalahnya sendiri dengan baik ?

*Responden* : kemampuan santri itu ada yang baik dan kurang baik dalam menyikapi sebuah masalah yang mereka hadapi, terkadang ada yang meminta bantuan kepada teman atau curhat kepada pengurus.

**Peneliti** : Bagaimana cara mba menyikapi santri yang curhat ketika mereka sedang mendapat masalah, bersediaah anda membantunya untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapi ?

*Responden* : Saya akan mendengarkan keluh kesahnya, lalu saya akan memberinya pengertian terkait masalahnya, dan bagaimana untuk menyelesaikan masalahnya tanpa harus menimbulkan masalah yang baru.

**Peneliti** : Bisa minta tolong untuk menyebutkan beberapa jenis pelanggaran peraturan pondok pesantren yang selama ini dilanggar oleh santri ?

*Responden* : Beberapa jenis peraturan pondok pesantren yang selama ini santri langgar antara lain seperti, membolos pengajian bandungan dan sorogan kitab, absen pengajian madrasah diniyah, datang terlambat sholat berjamaah, meninggalkan pondok pesantren tanpa izin terlebih dahulu ke pihak pengurus dan tidak memakai jas almamater ketika keluar dari pondok pesantren atau dengan kata lain adalah kabur dari pondok pesantren.

**Peneliti** : bagaimana tanggapan mba kepada santri setelah mereka mengikuti bimbingan kelompok terkait kemampuan *problem solving* ? apakah ada perubahan dengan kemampuan *problem solving* yang dimiliki santri?

*Responden* : ya, *allhamdulillah*, banyak perubahan pada santri yang telah mengikuti program layanan bimbingan kelompok, mereka lebih dapat mengontrol dirinya sendiri untuk dapat menyikapi permasalahan yang mereka hadapi.

Cilacap, 3 April 2020

Sri Kusmiyatun, S.Pd

**Lampiran 16 Paired Sample T Test Angket Pre Test dan Post Test**

**HASIL UJI T (t-test) DATA PRETEST**

**Group Statistics**

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pretest	1	8	81.50	14.193	5.018
	2	8	76.25	14.099	4.985

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Pretest	Equal variances assumed	.052	.824	.742	14	.470	5.250	7.073	-9.920	20.420
	Equal variances not assumed			.742	13.999	.470	5.250	7.073	-9.920	20.420

**HASIL UJI T (t-test) DATA POSTEST**

**Group Statistics**

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Posttest	1	8	91.63	8.879	3.139
	2	8	76.25	4.713	1.666

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	

Postest	Equal variances assumed	3.024	.104	4.326	14	.001	15.375	3.554	7.752	22.998
	Equal variances not assumed			4.326	10.655	.001	15.375	3.554	7.521	23.229

**Lampiran 17 Dokumentasi Foto Kegiatan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Talk* untuk Meningkatkan Kemampuan *Problem Solving* Santri Di Pondok Pesantren Al Ihya' Ulumaddin**



Foto didepan gerbang utama pondok pesantren Al Ihya'Ulumaddin Kesugihan Cilacap



Foto pada saat pengisian angket pre test bersama santri



Foto pada saat bimbingan kelompok sesi 1



Foto pada saat bimbingan kelompok sesi 2



Foto pada saat bimbingan kelompok sesi 2



Foto pada saat bimbingan kelompok sesi 3



Foto pada saat bimbingan kelompok sesi 3



Foto pada saat pengisian angket post test

