

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA *SNAKES AND LADDERS GAME*
SEBAGAI UPAYA MEREDUKSI *ACADEMIC BURNOUT* PADA MATA
PELAJARAN SEJARAH KEBUDAYAAN ISLAM DI KELAS III MI
TARBIYATUL BANIN WAL BANNAT SUMBANGTIMUN TRUCUK
BOJONEGORO**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Ketua Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas
Tarbiyah Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro Untuk Memenuhi
Beban Studi Pada Program Sarjana Stara Satu (S1) Bidang Pendidikan Agama
Islam.

OLEH

PUSPITA AYU WULANDARI

NIM. 201955010104837

Pembimbing I :

Fahmi Khumaini, M.Pd.

Pembimbing II:

Farida Isroani, S.Pd.I, M.Pd.

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
FAKULTAS TARBIYAH
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Hal : Naskah Skripsi

Yth.

Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro
Di Jalan Ahmad Yani No 10. Jamban. Bojonegoro.

Assalamu'alaikum Wr. Wb.


Setelah diadakan pemeriksaan, pembimbingan, penelitian dan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa naskahskripsi saudara :

Nama : PUSPITA AYU WULANDARI
NIM : 201955010104837
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah
Judul Skripsi : EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA
SNAKES AND LADDERS GAME SEBAGAI UPAYA
MEREDUKSI ACADEMIC BURNOUT PADA MATA
PELAJARAN SEJARAH KEBUDAYAAN ISLAM DI
KELAS III MI TARBIYATUL BANIN WAL BANNAT
SUMBANGTIMUN TRUCUK BOJONEGORO


Telah memenuhi syarat untuk di uji di depan sidang munaqosah skripsi.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Pembimbing I


Fahmi Khumaini, M.Pd.
NIDN: 2104099007

Bojonegoro, 21 juni 2023
Pembimbing II


Farida Isroani, S.Pd.I, M.Pd.
NIDN: 0710028903

Ketua Program Studi
Pendidikan Agama Islam

Syaiful Anwar, S.Pd.I, M. Ag
NIDN: 2121128602

HALAMAN PENGESAHAN

Setelah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi, maka skripsi dari:

Nama : PUSPITA AYU WULANDARI
NIM : 201955010104837
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah
Judul Skripsi : EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA *SNAKES AND LADDERS GAME* SEBAGAI UPAYA MEREDUKSI *ACADEMIC BURNOUT* PADA MATA PELAJARAN SEJARAH KEBUDAYAAN ISLAM DI KELAS III MI TARBIYATUL BANIN WAL BANNAT SUMBANGTIMUN TRUCUK BOJONEGORO

dapat disetujui untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) dalam Ilmu Pendidikan Agama Islam pada Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri pada :

Hari, tanggal : Selasa, 25 Juli 2023
Tempat : Kampus Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.

Dewan Penguji:

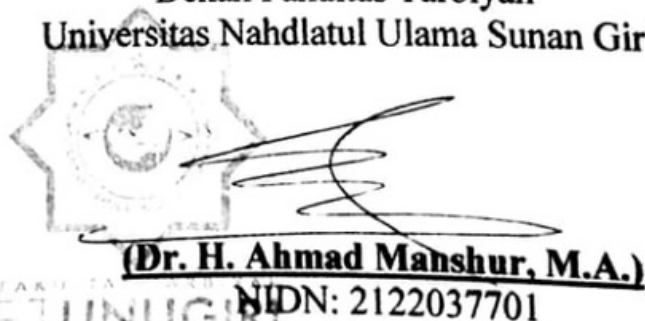
1. Ketua Sidang : Dr. Hj. Ifa Khoiria Ningrum, SE.MM
2. Sekertaris : Farida Isroani, S.Pd.I, M.Pd
3. Penguji I : Dr. Hj. Sri Minarti, M.Pd.I
4. Penguji II : Fahmi Khumaini, M.Pd

Tanda Tangan



Bojonegoro, 9 Agustus 2023

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Tarbiyah
Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri



(Dr. H. Ahmad Manshur, M.A.)
NIDN: 2122037701

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : PUSPITA AYU WULANDARI
NIM : 201955010104837
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah
Judul Skripsi : EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA *SNAKES AND LADDERS GAME* SEBAGAI UPAYA MEREDUKSI *ACADEMIC BURNOUT* PADA MATA PELAJARAN SEJARAH KEBUDAYAAN ISLAM DI KELAS III MI TARBIYATUL BANIN WAL BANNAT SUMBANGTIMUN TRUCUK BOJONEGORO

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat di buktikan skripsi ini hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Bojonegoro, 23 Juni 2023

Yang membuat pernyataan



METEM
TEMPE

ED1AKX590768424

PUSPITA AYU WULANDARI

NIM. 201955010104837

HALAMAN MOTTO

”Ashlih Nafsaka Yasluh Lakannas”

Perbaiki Dirimu Sendiri, maka Orang Lain Akan Baik Kepadamu

HALAMAN PERSEMBAHAN

Kupersembahkan Skripsi ini kepada:

Bapak Ngadimin dan Ibu Li’amah tercinta, terima kasih atas jerih payah melahirkan, mendidik serta membesarkanku. selalu menjadi motivator agar tak patah semangat dalam menghadapi segala tantangan hidup, memberikan dukungan moral maupun materi, selalu mencurahkan segala kasih sayangnya tiada henti, dan pengorbanan yang telah beliau lakukan selama ini serta mendoakan yang terbaik untuk kesuksesan penulis dalam menyelesaikan tugas akhir.

Dan untuk Adik tersayang Jelita Dwi Anggraini, mari semangat berjuang bersama dalam menggapai ilmu dan cita-cita agar dapat membahagiakan kedua orang tua kita.

ABSTRAK

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA *SNAKES AND LADDERS GAME* SEBAGAI UPAYA MEREDUKSI *ACADEMIC BURNOUT* PADA MATA PELAJARAN SEJARAH KEBUDAYAAN ISLAM DI KELAS III MI TARBIYATUL BANIN WAL BANNAT SUMBANGTIMUN TRUCUK BOJONEGORO

Puspita Ayu W., Fahmi Khumaini, M.Pd., Farida Isroani, S.Pd.I, M.Pd.

Sejarah kebudayaan Islam merupakan mata pelajaran yang sulit dipahami oleh siswa, karena pelajaran tersebut yang begitu banyak cerita tentang sejarah sehingga siswa menganggap mata pelajaran sejarah selalu membosankan karena hanya terdapat catatan panjang dan siswa tidak ikut dalam pembelajaran yang aktif, hal tersebut menyebabkan siswa merasa bosan/kelelahan akademik. *Academic Burnout* (bosan/kelelahan akademik) adalah kondisi dimana seseorang lelah secara fisik dan emosi karena banyaknya tanggung jawab dan tugas-tugas yang harus diselesaikan dalam kurun waktu yang telah ditetapkan sehingga seseorang tersebut tidak dapat menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas penggunaan media *Snakes and Ladders Game* sebagai upaya mereduksi *Academic Burnout* pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di kelas III MI Tarbiyatul Banin Wal Bannat Sumbangtimun Trucuk Bojonegoro.

Partisipasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas III dengan jumlah populasi 101. Penentuan sampel menggunakan rumus *Slovin* dengan hasil 83 sampel. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala psikologi *Academic Burnout*, observasi dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini adalah 17 siswa kelas III yang teridentifikasi memiliki tingkat *Academic Burnout* yang tinggi. Data penelitian dianalisis menggunakan uji reliabilitas menggunakan nilai *alpha cornbach*, uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* dan uji *Paired Sample T-Test* dengan bantuan SPSS Versi 2.2.

Hasil penelitian menunjukkan 0,000 pada *Academic Burnout* secara keseluruhan, kemudian pada sub aspek juga memiliki perubahan yang signifikan, yaitu 0,000 pada aspek kelelahan emosi, 0,000 pada aspek kelelahan fisik, 0,000 pada aspek kelelahan kognitif, dan 0,000 pada aspek kehilangan motivasi yang artinya lebih kecil dari 0,05 ($\text{sig} < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap siswa baik secara keseluruhan ataupun secara sub aspek. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan media *Snakes and Ladders Game* dapat mereduksi *Academic Burnout* pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di kelas III MI Tarbiyatul Banin Wal Bannat Sumbangtimun Trucuk Bojonegoro.

Kata Kunci: Media *Snakes and Ladders Game*, *Academic Burnout*, Sejarah Kebudayaan Islam.

ABSTRAC

EFFECTIVINESS OF USING SNAKES AND LADDERS GAME MEDIA AS AN EFFORT TO REDUCE ACADEMIC BURNOUT IN ISLAMIC CULTURAL HISTORY SUBJECTS IN CLASS III MI TARBIYATUL BANIN WAL BANNAT SUMBANGTIMUN TRUCUK BOJONEGORO

Puspita Ayu W., Fahmi Khumaini, M.Pd., Farida Isroani, S.Pd.I, M.Pd.

Islamic Cultural History is a subject that is difficult for students to understand, because the lesson has so many stories about history that students consider history subjects to be boring because there are only long notes and students do not participate in active learning, this causes student to feel Academic Burnout. Academic Burnout (Academic Burnout) is a condition in which a person is phisically and emotionally tired because of the many responsabilites and tasks that must be completed within a predetermined time period so that the person cannot complete his tasks properly. This study aims to examine the effektiveness of using Snakes and Ladders Game media as an effort to reduce Academic Burnout in Islamic Cultural History subjects in class III MI Tarbiyatul Banin Wal Bannat Sumbangtimun Trucuk Bojonegoro.

Participation in this study were class III students with a population of 101. The sample wes determined using the Slovin formula with 83 samples. Data collection in this study used the Academic Burnout psychologi scale method, observation and documentation. The subjects in this study were identified as having a high level of Academic Burnout. The research data were analyzed using a reliability test using the cornbach alpha value, the Kolmogorov-Smirnov normality test and the Paired Sample T-Test with the help of SPSS Version 2.2.

The results showed 0.000 in Academic Burnout as a whole, then the sub-aspects also had significant changes, namely 0.000 in the aspect of emotional exhaustion, 0.000 in the aspect of physical exhaustion, 0.000 in the aspect of cognitive exhaustion, and 0.000 in the aspect of loss of motivation which means it is smaller than 0.05 (sig <0.05) so that it can be concluded that there are significant differences in students both as a whole and in terms of sub-aspects. So it can be concluded that the use of Snakes and Ladders Game media can reduce Academic Burnout in Islamic Cultural History subjects in class III MI Tarbiyatul Banin Wal Bannat Sumbangtimun Trucuk Bojonegoro.

Keywords: Snakes and Ladders Game, Academic Burnout, Islamic Cultural History

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut asma Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, syukur alhamdulillah senantiasa penulis panjatkan kepada Allah SWT, berkat taufiq dan hidayah-Nya kita bisa mengemban tugas yang telah diberikan-Nya yaitu sebagai khalifah *fil ardl*. Shalawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah dipercaya oleh Allah membawa tuntutan hidup manusia menuju suatu kehidupan yang bahagia di dunia dan akhirat.

Penulis skripsi yang berjudul “EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA *SNAKES AND LADDERS GAME* SEBAGAI UPAYA MEREDUKSI *ACADEMIC BURNOUT* PADA MATA PELAJARAN SEJARAH KEBUDAYAAN ISLAM DI KELAS III MI TARBIYATUL BANIN WAL BANNAT SUMBANGTIMUN TRUCUK BOJONEGORO” dapat terselesaikan tepat waktu. selanjutnya, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi ini, terutama kepada yang terhormat:

1. Bapak M. Jauharul Ma’arif, M.Pd.I., selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk kuliah di Universitas ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan studi sampai tingkat sarjana.
2. Bapak Dr.H. Ahmad Manshur, M.A., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah yang

- mendukung secara moril, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Fahmi Khumaini, M.Pd. dan Ibu Farida Isroani, S.Pd.I, M.Pd. selaku pembimbing skripsi I dan II, yang telah banyak mengorbankan tenaga dan waktunya guna membimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
 4. Bapak Su'udin Aziz, S.Pd.I, M.Ag., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Agama Islam yang telah memberikan persetujuan untuk judul skripsi yang penulis pilih.
 5. Bapak dan Ibu Dosen di Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan yang memadai sampai dengan penyelesaian akhir studi.
 6. Bapak Fathur Rohman, S.Pd selaku Kepala sekolah MI Tarbiyatul Banin Wal Bannat Sumbangtimun yang telah memberikan izin melakukan penelitian dan membantu penulis dalam pelaksanaan penelitian di wilayah kerjanya.
 7. Para Siswa-Siswi MI Tarbiyatul Banin Wal Bannat Sumbangtimun yang telah bersedia menjadi responden dan atas kerjasamanya dalam proses penelitian dari awal hingga akhir penelitian sehingga penulis memperoleh semua data yang diperlukan.
 8. Keluarga besar Mbah Hartono dan Mbah Jurimin yang selalu memberikan dukungan penuh dan mengingatkan untuk tetap enjoy dalam mengerjakan skripsi.
 9. Mukhammad Ilham yang selalu memberikan semangat dan dukungan sekaligus menemani dari awal proses pengerjaan hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
 10. Sahabatku Pradila Arfiyani, Dewi Safitri, dan Avatin Alizah Putri atas

dukungan, semangat serta kebersamaannya mulai awal menjadi mahasiswa hingga penyelesaian tugas akhir ini.

11. Sahabat baruku Siti Nurkhalimah dan Silvia Firgiyani Agustina atas semua dukungan, do'a, semangat serta membantu memberi arahan dan menemani dalam penyusunan skripsi ini.
12. Teman-teman seperjuangan Program Studi Pendidikan Agama Islam angkatan 2019 khususnya kelas C atas semua dukungan, semangat serta kerjasamanya.
13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuan, nasehat, dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan baik isi maupun susunanya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat tidak hanya bagi penulis tetapi juga bagi pembaca.

Bojonegoro, 23 Juni 2023

Peneliti

UNUGIRI Puspita Ayu Wulandari

PEDOMAN TRANSLITERASI

Di dalam naskah skripsi ini banyak dijumpai nama dan istilah yang berasal dari bahasa Arab ditulis dengan huruf latin. Pedoman transliterasi Arab-Latin merujuk pada Keputusan Bersama Menteri Agama, Menteri Pendidikan dan Menteri Kebudayaan Republik Indonesia Tahun 1987, sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	tidakdilambangkan	tidakdilambangkan
ب	Ba	B	be
ت	Ta	T	te
ث	Ša	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	je
ح	Ha	h	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	de
ذ	Žal	ž	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Šad	š	es (dengan titik di bawah)
ض	Đad	đ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Ža	ž	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘Ain	‘	komaterbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	`	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRAC	viii
KATA PENGANTAR	ix
PEDOMAN TRANSLITERASI	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Signifikansi Penelitian	8
E. Hipotesis.....	9
F. Definisi Operasional.....	10
G. Orisinalitas Penelitian	13
H. Sistematika Pembahasan	15
BAB II KAJIAN TEORI.....	16
A. Efektivitas dan Media	16
B. Media <i>Snakes and Ladders Game</i>	18

C. <i>Academic Burnout</i>	20
D. Sejarah Kebudayaan Islam.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	27
B. Populasi dan Sampel	29
C. Jenis Data dan Sumber Data	30
D. Teknik Pengumpulan Data.....	31
E. Teknik Analisis Data.....	35
BAB IV LAPORAN HASIL PENELITIAN	43
A. Penyajian Data	43
A. Analisis Data Hasil Uji Efektivitas	52
B. Pembahasan.....	63
BAB V PENUTUP.....	73
A. KESIMPULAN.....	73
B. SARAN.....	73
DAFTAR PUSTAKA.....	75
LAMPIRAN.....	79



UNUGIRI

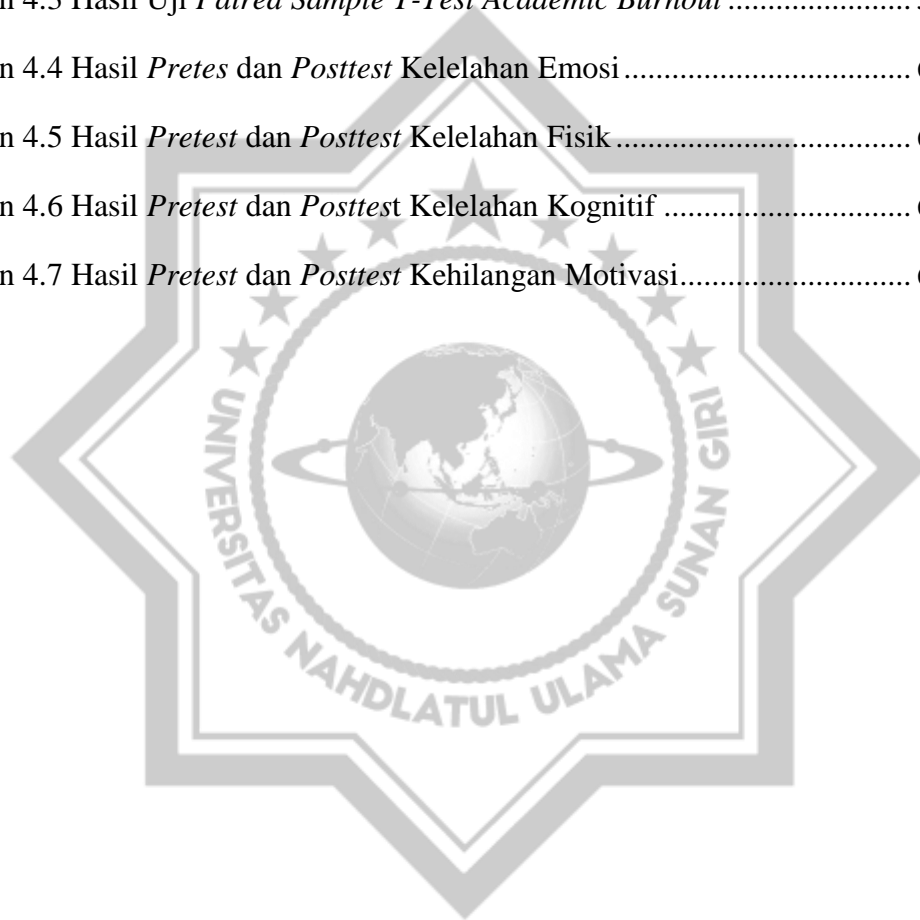
DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Indikator Variabel	32
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen Skala <i>Academic Burnout</i> Sebelum di Uji Validasi	33
Tabel 3.3 Skor Skala <i>Academic Burnout</i>	34
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen Skala <i>Academic Burnout</i> Setelah di Uji Validasi	38
Tabel 3.5 Rumus Lima Kategori	42
Tabel 4.1 Sarana dan Prasarana	44
Tabel 4.2 Keadaan Guru dan Siswa	45
Tabel 4.3 Kategori dan Jumlah Responden <i>Academic Burnout</i>	47
Tabel 4.4 Hasil <i>Pretest</i> 17 Sampel.....	53
Tabel 4.5 Hasil <i>Posttest</i> 17 Sampel.....	54
Tabel 4.6 Perbandingan Hasil <i>Pretest</i> dengan <i>Posttest</i>	55

UNUGIRI

DAFTAR BAGAN

Bagan 4.1 Kategori <i>Academic Burnout</i> Siswa	48
Bagan 4.2 Perbandingan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	55
Bagan 4.3 Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test Academic Burnout</i>	59
Bagan 4.4 Hasil <i>Pretes</i> dan <i>Posttest</i> Kelelahan Emosi	60
Bagan 4.5 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelelahan Fisik	61
Bagan 4.6 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelelahan Kognitif	62
Bagan 4.7 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kehilangan Motivasi	63



UNUGIRI

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 <i>Design One Group Pretest Posttest</i>	28
Gambar 3.2 Rumus <i>Slovin</i>	29
Gambar 3.3 Hasil Uji Reliabilitas SPSS Versi 2.2	40
Gambar 4.1 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	57
Gambar 4.2 Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test Academic Burnout</i>	58
Gambar 4.3 Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test Kelelahan Emosi</i>	60
Gambar 4.4 Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test Kelelahan Fisik</i>	61
Gambar 4.5 Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test Kelelahan Kognitif</i>	62
Gambar 4.6 Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test Kehilangan Motivasi</i>	63



UNUGIRI

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	79
Lampiran 2. Surat Balik Penelitian	80
Lampiran 3. Kartu Bimbingan Skripsi	81
Lampiran 4. Hasil Validasi 2 Dosen Ahli	82
Lampiran 5. Instrumen Penelitian (<i>Pretest</i>).....	84
Lampiran 6. Skala Psikologi (<i>Posttest</i>).....	88
Lampiran 7. Input Data <i>Pretest</i>	91
Lampiran 8. Input Data <i>Posttest</i>	92
Lampiran 9. Hasil Input Sub Aspek <i>Pretest</i>	93
Lampiran 10. Hasil Input Sub Aspek <i>Posttest</i>	94
Lampiran 11. Hasil Uji Validitas	95
Lampiran 12. Hasil Uji Reliabilitas	97
Lampiran 13. RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)	98
Lampiran 14. Hasil Uji <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	104
Lampiran 15. Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test Academic Burnout</i>	105
Lampiran 16. Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test Kelelahan Emosi</i>	106
Lampiran 17. Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test Kelelahan Fisik</i>	107
Lampiran 18. Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test Kelelahan Kognitif</i>	108
Lampiran 19. Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test Kehilangan Motivasi</i>	109
Lampiran 20. Dokumentasi.....	110
Lampiran 21. Desain Media <i>Snakes and Ladders Game</i>	111
Lampiran 22. Contoh Pertanyaan Media <i>Snakes and Ladders Game</i>	112
Lampiran 23. Contoh Pertanyaan Refleksi	113