

**PENGARUH SILENT SITTING TERHADAP  
KONSENTRASI BELAJAR PAI DI SMP INSAN  
TELADAN**

**SARAH CHOIRUNNISA**

**1404619003**



Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana  
Pendidikan (S. Pd)

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM**

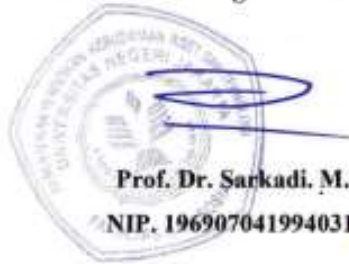
**FAKULTAS ILMU SOSIAL**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2023**

## LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Penanggung Jawab  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial  
Universitas Negeri Jakarta



Prof. Dr. Sarkadi, M. Si.  
NIP. 196907041994031002

No	Jabatan	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	Ketua	<u>Yusuf Ismail M.A Hum.</u> NIP. 196404032001121001		7/8 2023
2	Sekretaris	<u>Suci Nurpratiwi, S. Pd. M. Pd.</u> NIP. 1991110120190320294		7/8 2023
3	Penguji Ahli <u>Pd. I</u>	<u>Rudi Muhamad Barnanshvah S. Pd. I. M.</u> NIDN. 0025058907		4/8 2023
4	Pembimbing I	<u>Sari Narulita Lc M. Si.</u> NIP. 198002282006042002		8/8 2023
5	Pembimbing 2	<u>Dr. Amalivah, M. A.</u> NIDN. 0031127315		8/8 2023

Tanggal Lulus: 3 Agustus 2023

## LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sarah Choirunnisa

NIM : 1404619003

Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Judul Skripsi : Pengaruh *Silent Sitting* terhadap Konsentrasi Belajar PAI di SMP  
Insan Teladan

Tanggal Penyelesaian:

Penulis dengan sangat sungguh-sungguh menyatakan bahwa karya skripsi yang dibuat dan diselesaikan oleh penulis merupakan murni karya orisinil penulis bukan dari plagiat atau jiplakan karya tulis orang lain. Semua bentuk teori beserta konsep yang penulis ambil dari karya penulis lain, baik dikutip secara langsung maupun tidak langsung sudah ditulis dengan sumber yang jelas.

Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sejas-jelasnya untuk dapat bersedia mempertanggungjawabkan segala akibat perbuatan yang dilakukan jika tidak sesuai dengan peraturan yang ada.

Bogor, 4 Juli 2023

Pembuat Pernyataan



Sarah Choirunnisa

NIM. 1404619003

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

### LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Sarah Choirunnisa  
NIM : 1404619003  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Sosial/ Pendidikan Agama Islam  
Alamat email : Sarahchoir17@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :  
Pengaruh Silent Sitting Terhadap Konsentrasi Belajar PAI di SMP Insan Teladan

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 23 Agustus 2023

Penulis

(Sarah Choirunnisa)

## ABSTRAK

**Sarah Choirunnisa, Pengaruh *Silent Sitting* terhadap Konsentrasi Belajar Pendidikan Agama Islam di SMP Insan Teladan. Jakarta: Prodi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta. 2023.**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh hipotesis peneliti yang menduga adanya pengaruh *silent sitting* yang diterapkan terhadap konsentrasi belajar Pendidikan Agama Islam. Adapun tujuan penelitian untuk mengetahui dan membuktikan apakah terdapat pengaruh *silent sitting* terhadap konsentrasi belajar PAI di SMP Insan Teladan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik yang aktif mengikuti kegiatan *silent sitting* dengan teknik sampling jenuh. Instrument yang diberikan adalah angket dengan pernyataan sebanyak 12 pernyataan variabel *silent sitting* dan 18 pernyataan variabel konsentrasi belajar PAI. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara, kuesioner, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan rumus regresi sederhana koefisien determinasi melalui program SPSS versi 26.0 for Windows. Hasil temuan mendukung hipotesis bahwa “ada pengaruh *silent sitting* terhadap konsentrasi belajar PAI pada peserta didik SMP Insan Teladan Tahun Ajaran 2022/2023”. Besarnya pengaruh *silent sitting* terhadap konsentrasi belajar adalah 60% dan sisanya 40% konsentrasi belajar dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini.

**Kata Kunci : *Silent Sitting*, Konsentrasi belajar, Pendidikan Agama Islam.**

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

## ABSTRACT

**Sarah Choirunnisa, The influence of Silent Sitting to the Concentration of Islamic Education Learning at SMP Insan Teladan. Jakarta: Islamic Education Study Program, Faculty of Social Sciences, State University of Jakarta. 2023.**

This research is motivated by the hypothesis of researchers who suspect the influence of silent sitting applied to the concentration of learning Islamic Religious Education. The purpose of the study was to determine whether there was an influence of silent sitting and concentration of PAI learning at SMP Insan Teladan. This study used quantitative methods. The sample used in this study was students who actively participated in silent sitting activities with saturated sampling techniques. The instrument given was a questionnaire with statements of 12 silent sitting variable statements and 18 PAI learning concentration variable statements. The data collection techniques used are observation, interviews, questionnaires, and documentation. Data analysis using a simple regression formula coefficient of determination through the SPSS program version 26.0 for Windows. The findings support the hypothesis that "there is an influence of silent sitting on the concentration of PAI learning in students of SMP Insan Teladan for the 2022/2023 Academic Year". The magnitude of the influence of silent sitting on learning concentration is 60% and the remaining 40% of learning concentration is influenced by other variables outside this study.

**Keywords : Silent sitting, Concentration, Islamic Religious Study**

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

## المخلص

سارة خويرونيسا، علاقة الجلوس الصامت بتركيز تعلم التربية الإسلامية في جاكرتا  
SMP Insan Teladan: برنامج دراسة التربية الإسلامية، كلية العلوم الاجتماعية،  
جامعة جاكرتا الحكومي. 2023

هذا البحث مدفوع بفرضية الباحثين الذين يشتبهون في أن تأثير الجلوس الصامت ينطبق على تركيز تعلم التربية الدينية الإسلامية. كان الغرض من الدراسة هو تحديد ما إذا كان هناك تأثير استخدمت هذه الدراسة. SMP Insan Teladan. PAI للجلوس الصامت وتركيز تعلم الأساليب الكمية. كانت العينة المستخدمة في هذه الدراسة من الطلاب الذين شاركوا بنشاط في أنشطة الجلوس الصامت باستخدام تقنيات أخذ العينات المشبعة.

كانت الأداة المقدمة عبارة عن استبيان يحتوي على بيانات من 12 عبارة متغيرة للجلوس تقنيات جمع البيانات المستخدمة هي PAI الصامت و 18 عبارة متغيرة لتركيز التعلم الملاحظة والمقابلات والاستبيانات والتوثيق. تحليل البيانات باستخدام معامل تحديد صيغة Windows الإصدار 26.0 لنظام التشغيل SPSS الانحدار البسيطة من خلال برنامج لدى PAI تدعم النتائج الفرضية القائلة بأن "هناك تأثير للجلوس الصامت على تركيز تعلم للعام الدراسي 2022/2023". "حجم تأثير الجلوس الصامت SMP Insan Teladan طلاب على تركيز التعلم هو 60% ويتأثر

المتبقية من تركيز التعلم بمتغيرات أخرى خارج هذه الدراسة 40%  
الكلمات المفتاحية: الجلوس الصامت، التركيز، دراسة دينية إسلامية

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmaanirrahim, puji Syukur ku panjatkan kepada Allah SWT, atas berkat rahmat, hidayah, dan karunia-Nya kepada kita semua, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Silent Sitting* Terhadap Konsentrasi Belajar PAI di SMP Insan Teladan”. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi besar Muhammad SAW atas segala kecintaanya kepada umatnya. Skripsi ini disusun sebagai syarat utama untuk memenuhi tugas akhir sebagai Sarjana (S1) Program studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta Tahun 2023.

Penulis menyadari dalam penyusunan Skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Sarkadi, M. Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Dr. Izzatul Mardhiah, MA. Selaku Koordiantor Prodi Pendidikan Agama Islam yang telah bekerja keras untuk kelulusan kami.
3. Ibu Sari Narulita, LC, M. Si, selaku dosen pembimbing I penulis ucapkan terima kasih untuk segala kesempatan, ilmu, fasilitas, motivasi, bimbingan serta perhatian yang telah diberikan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Amaliyah, MA, selaku dosen pembimbing II yang telah sabar dalam membimbing, mengarahkan, dan meluangkan waktunya untuk penulis.
5. Seluruh jajaran Dosen Prodi Pendidikan Agama Islam, penulis ucapkan banyak terima kasih atas bimbingan, ilmu serta tauladan yang baik selama ini.
6. Kedua orang tua, Alm Ayah (Sarkim) dan Ibu (Nurhelmi), Suami penulis, adik penulis dan keluarga besar serta bapak/ibu mertua yang



telah mendoakan dan memberikan semangat serta motivasi yang tiada henti.

7. Selaku direktur utama Yayasan Nur Ilahi Hj. Kadar Utari yang telah membolehkan penulis untuk melaksanakan penelitian di SMP Insan Teladan.
8. Ibu Indra Sari, S.H, M. Pd, selaku kepala sekolah SMP Insan Teladan yang telah menyambut baik dalam menerima penulis dan membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
9. Para guru SMP Insan Teladan, yang telah bersedia membantu terlaksananya penelitian skripsi ini hingga selesai.
10. Teman-teman seperjuanganku di Prodi Pendidikan Agama Islam FIS UNJ.
11. Muhammad Hair Rizky, Taufik Febriansyah, Fadli Ilham Firdaus, dan Muhammad Teguh Saputra yang telah mendukung dan menjadi bagian dari perjalanan penulis selama studi kuliah.
12. *Best Friend* Annisaa Mubarokah dan Eka Widyaningsih yang selalu menemani, membantu dalam suka dan duka selama duduk dibangku perkuliahan dan terselesaikannya skripsi ini.
13. Seluruh pihak yang terlibat dalam pembuatan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Penulis mengharapkan saran serta masukan sebagai tanggapan dari para pembaca maupun pihak-pihak terkait dalam usaha menyempurnakan materi dari penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat. Aamiin Yaa Robbal'alamiin.

Bogor, 22 Juni 2023

Sarah Choirunnisa

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS .....	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
المخلص .....	vii
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A.Latar Belakang Masalah.....	1
B.Identifikasi Masalah .....	8
C.Rumusan Masalah .....	8
D.Tujuan Penelitian.....	8
E.Manfaat Penelitian.....	9
F. Sistematika Penulisan.....	10
BAB II .....	11
LANDASAN TEORI.....	11
A.Silent Sitting .....	11
B.Konsentrasi Belajar .....	15
C.Pengaruh <i>Silent Sitting</i> terhadap Konsentrasi Belajar .....	20
D.Pendidikan Agama Islam .....	21
E.Penelitian yang Relevan .....	23
F. Kerangka Berpikir .....	27
BAB III .....	28
METODOLOGI PENELITIAN.....	28

A.Tempat dan Waktu Penelitian .....	28
B.Metode Penelitian .....	28
C.Populasi dan Sampel .....	29
D.Teknik Pengumpulan Data .....	30
E.Definisi Variabel Penelitian .....	32
F. Kisi-kisi dan Instrumen penelitian.....	32
G.Teknik Analisis Data.....	35
F. Hipotesis Statistik.....	39
BAB IV .....	40
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	40
A.Deskripsi Data.....	40
B.Uji Instrumen Penelitian.....	56
C.Pembahasan .....	68
BAB V .....	76
PENUTUP .....	76
A.Kesimpulan .....	76
B.Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA .....	79
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	82
BIOGRAFI PENULIS .....	112

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*