

## **STRATEGI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGURANGI KEJENUHAN BELAJAR PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

Selvira Damayanti<sup>1)</sup>, Caraka Putra Bhakti<sup>2)</sup>  
Universitas Ahmad Dahlan  
[selvira2000001143@webmail.uad.ac.id](mailto:selvira2000001143@webmail.uad.ac.id)<sup>1)</sup>, [caraka.pb@bk.uad.ac.id](mailto:caraka.pb@bk.uad.ac.id)<sup>2)</sup>

### **Abstrak**

Tujuan penelitian ini yaitu untuk memberikan gambaran serta alternatif strategi layanan bimbingan kelompok untuk mereduksi kejenuhan belajar yang dapat digunakan oleh Guru BK. Di dalam kegiatan belajar perlu adanya kesiapan dalam segi fisik, mental ataupun alat-alat belajar. Kejenuhan belajar merupakan permasalahan yang sering terjadi pada individu saat ini. Faktor utama yang menyebabkan individu mengalami kejenuhan belajar yaitu karena faktor lingkungan belajar dan cara mengajar yang digunakan guru kurang bervariasi. Oleh sebab itu, pentingnya guru untuk mengimplementasikan cara belajar yang bervariasi. Harapannya agar siswa tidak merasa jenuh dan bosan dalam mengikuti pembelajaran di kelas.

**Kata Kunci:** *Bimbingan Belajar, Kebiasaan Belajar, Bimbingan Kelompok*

### **1. Pendahuluan**

Kewajiban seorang siswa yaitu belajar. Belajar adalah proses perubahan perilaku yang belum baik menjadi lebih baik dan untuk merubah perilaku tersebut perlu berlatih dari pengalaman (Kadir, 2018). Sedangkan menurut (Vitasari, 2013: 1), belajar merupakan usaha yang dilakukan oleh seseorang untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya menjadi lebih berwawasan dan berpengalaman. Kesimpulannya yaitu bahwa belajar adalah usaha seseorang yang tidak hanya berasal dari dirinya melainkan juga melibatkan orang lain dengan cara berlatih melalui pengalaman dan mengembangkan potensi yang dimilikinya sehingga tujuan belajar dapat tercapai.

Tercapai tidaknya tujuan belajar tergantung pada proses pembelajaran yang diberikan. Belajar yang baik akan tercapai jika peserta didik memiliki tanggung jawab mencari ilmu. Sehingga mereka dapat mengatur waktu dengan baik. Selain itu, kegiatan belajar akan berlangsung secara efektif jika peserta didik memiliki kesiapan belajar yang baik. Menurut Dalyono (2012), kesiapan belajar yaitu keterampilan yang harus dimiliki oleh siswa baik secara fisik, mental, maupun dengan alat-alat yang diperlukan untuk

belajar. Kesiapan fisik (jasmani) tersebut meliputi tenaga yang cukup dan juga kesehatan yang mendukung. Sedangkan kesiapan mental (intelektual) meliputi keinginan, dorongan serta semangat tinggi untuk belajar dan tidak merasa jenuh.

*Burnout* belajar merupakan permasalahan yang banyak dihadapi oleh individu hal tersebut, menyebabkan individu merasa malas, menurunnya motivasi belajar serta penurunan prestasi akademik (Sutarjo,2014:2). Dipertegas pendapat Vitasari (2013:4) bahwa kejenuhan belajar dapat terjadi jika siswa merasa tertekan untuk taat terhadap aturan sekolah dan juga karena adanya kegiatan yang monoton yang harus dilakukan setiap harinya. *Burnout* belajar ini akan berdampak buruk dalam keberlangsungan proses pembelajaran.

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh para ahli, diperoleh hasil, kejenuhan belajar siswa berada pada kisaran 68 % - 75 % dan dikategorikan pada kategori tinggi. Hal tersebut berdampak pada kelelahan emosional dan kelelahan fisik. Sebagai contoh, penelitian oleh Margawati, dkk.(2022), menunjukka tingkat *burnout* belajar siswa SMA N 1 Pangkep yaitu dari 12 responden terdapat 2 siswa mengalami kejenuhan belajar pada kategori sangat tinggi (16,66%), 9 siswa pada tergolong tinggi (75%), 1 siswa tergolong rendah (8,33%) dan tidak ada siswa yang berada pada golongan rendah dan sangat rendah. Hal tersebut ditandai dengan adanya kelelahan emosional (mudah marah, capek, serta tidak nyaman dikelas) dan kelelahan fisik (sakit kepala dan gelisah). Hal tersebut dapat dikatakan bahwa permasalahan kejenuhan belajar siswa berada pada kategori tinggi. Oleh karena itu, perlunya layanan bimbingan dan konseling di sekolah untuk mengurangi kejenuhan belajar yang dialami oleh peserta didik.

Peran layanan BK di sekolah untuk mengembangkan potensi siswa dalam 4 bidang yaitu pribadi, sosial, belajar dan karir. Tujuan dari adanya layanan bimbingan dan konseling disekolah yaitu untuk pemberian bantuan peserta didik untuk dapat mencapai kematangan kepribadian, terbentuknya keterampilan sosial, terbentuknya kemampuan belajar dan terbentuknya kematangan individual sehingga dapat bermanfaat dimasa yang akan datang (Bhakti, 2015). Salah satu layanan yang dapat digunakan untuk meningkatkan minat dan semangat belajar yaitu layanan dasar bidang belajar. Salah satu layanan dasar yang dapat diberikan guru BK untuk mengurangi kejenuhan belajar dengan

menggunakan layanan bimbingan kelompok sehingga tujuan belajar dapat tercapai dan minat semangat belajar meningkat.

## **2. Metode**

Metode yang digunakan peneliti yaitu studi literatur (*review*). Studi literatur merupakan sebuah kajian teoritis dan referensi lain dalam bentuk rangkuman tertulis dan berbentuk artikel baik yang berasal dari jurnal, buku, maupun literatur lain yang dapat mendeskripsikan teori serta informasi mengenai tema ataupun topik yang diinginkan (Creswell ; Jhon; Habsy,2017). Dalam penelitian studi literatur peneliti mengumpulkan referensi buku-buku yang berkaitan dengan pengelolaan surat dan penyimpanan surat. Selain itu, data dan informasi yang dikumpulkan dalam penelitian studi literatur ini diperoleh dari buku-buku ilmiah, laporan penelitian, karangan ilmiah, tesis, jurnal, disertasi dan sumber-sumber tertulis lain baik cetak maupun elektronik.

Data penelitian ini bersifat kualitatif, data tersebut diperoleh dengan cara memilah sesuai dengan topik tertulis, setelah itu dilakukan pengeditan sesuai data yang diproses secara sistematis. Analisis data menggunakan data deskriptif yang bertujuan untuk menentukan sinkronisasi dengan bahan yang digunakan. Peneliti selanjutnya menarik kesimpulan hasil tulisannya. Kesimpulan tersebut diambil dari penjelasan topik yang sedang ditulis, kemudian diberikan saran dan tanggapan yang berkaitan dengan penelitian dahulu yang ditujukan sebagai acuan penelitian yang akan datang.

## **3. Hasil dan Pembahasan**

### **Kejenuhan belajar**

Kejenuhan merupakan suatu tantangan *burnout* (kejenuhan) merupakan suatu tantangan yang tidak eksklusif bagi setiap individu khususnya para siswa disekolah yang biasa disebut dengan kelelahan akademik. Dalam hal tersebut siswa akan mengalami kejenuhan akademik dikarenakan adanya beban seperti tugas sekolah, praktikum, tugas harian, ulangan serta kewajiban yang lain (Fun et al.,2021).

Menurut Novianti (2021) kejenuhan belajar merupakan reaksi emosional, fisik, serta mental yang dapat merugikan individu dan menyebabkan individu merasa lelah, frustrasi, serta kurang termotivasi. Kejenuhan belajar tersebut dapat disebabkan dengan

adanya tuntutan tugas yang banyak sehingga siswa terbebani dan menyebabkan siswa merasa kewalahan dan dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental dan hasil belajar mereka (Muflihah & Savira, 2021).

Sedangkan menurut Rosmiati dkk. (2021), *burnout* akademik (kejenuhan belajar) merupakan suatu permasalahan yang mengacu terhadap stres dan unsur psikologis lainnya yang dihadapi oleh siswa akibat proses pembelajaran. Dapat disimpulkan bahwa *burnout academic* (kejenuhan belajar) yaitu perilaku emosional, fisik, serta mental yang dialami oleh individu dan menyebabkan individu tersebut merasa lelah, frustrasi dan motivasinya rendah sehingga mereka merasa terbebani dan kewalahan serta bersikap acuh terhadap tugas pekerjaan yang diberikan, menunda tugas, mengalami penurunan prestasi, terjadinya gejala depresi dan kualitas hidup yang menurun.

### **Gejala Kejenuhan Belajar**

(Pines & Arosen; Maslach 1985:361; Sari, Kholidin, & Edmawati, 2020) menjelaskan bahwa terdapat tiga gejala siswa mengalami kejenuhan belajar yaitu kelelahan fisik (*physical exhaustion*) merupakan kelelahan berupa fisik atau jasmani, kelelahan emosional (*emotional exhaustion*) merupakan kelelahan mengenai perasaan individu yang ditandai dengan adanya rasa tidak semangat, kelelahan psikis merupakan kelelahan yang berhubungan dengan harga diri yang rendah.

Dapat disimpulkan bahwa gejala individu yang mengalami kejenuhan belajar yaitu karena adanya kelelahan fisik, emosional, serta mental yang menyebabkan siswa merasa bosan dan jenuh.

### **Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar**

Menurut Maharita Indah Sari (2019), menjelaskan bahwa penyebab individu mengalami *burnout* belajar yang pertama yaitu metode pembelajaran yang kurang bervariasi dan monoton. Seringkali siswa mengalami bosan dan jenuh karena guru menyampaikan materi dengan metode yang kurang bervariasi dan monoton. Metode belajar yang diberikan oleh guru sangat berpengaruh terhadap proses kegiatan belajar siswa. Jika guru menyampaikan materi dengan metode yang bervariasi siswa akan mudah tertarik dan mudah bergairah terhadap materi yang diberikan.

Faktor kedua yakni tempat belajar yang kurang nyaman, siswa akan mengalami kejenuhan belajar jika tempat dan suasana yang digunakan kurang nyaman. Salah satu

faktor penyebab siswa kurang nyaman karena belajar hanya ditempat tertentu saja dengan kondisi ruangan yang tidak mengalami perubahan dan kurangnya penerangan saat proses pembelajaran. Hal tersebut sangat mempengaruhi terhadap kenyamanan siswa dalam mengikuti proses belajar.

Faktor ketiga ialah suasana belajar yang kurang nyaman. Ketika sedang terjadi proses belajar suasana yang dibutuhkan siswa tentunya suasana belajar yang tenang, dan nyaman sehingga siswa fokus terhadap materi yang diberikan. Untuk menciptakan suasana yang nyaman guru sebaiknya mengajar dengan cara bervariasi dan mudah dipahami sehingga siswa merasa nyaman dan fokus.

Faktor keempat adalah kurang *healing* atau hiburan. Sangat perlu sekali individu untuk meluangkan waktu untuk liburan atau mencari hiburan yang dapat *merefresh* pikiran yang mengganggu individu. Siswa tidak melulu harus belajar terus sesekali untuk *merefresh* pikiran siswa dapat melakukan penyegaran otak dengan *refreshing* bersama keluarga ataupun teman.

### **Cara Mengatasi Kejenuhan Belajar**

Kejenuhan belajar sering terjadi pada siswa, faktor utama yang biasa menyebabkan siswa mengalami kejenuhan belajar yaitu karena situasi dan kondisi lingkungan belajar yang tidak menyenangkan, metode belajar yang tidak beragam, kurangnya dukungan, tugas yang diberikan guru terlalu banyak dan tuntutan guru yang tinggi sehingga siswa merasa cepat bosan dan jenuh. Menurut Thursan Hakim 2005; Mahfud 2016) terdapat cara untuk mengatasi kejenuhan belajar yaitu: Cara pertama yakni metode belajar bervariasi. Cara belajar yang tidak beragam dapat menyebabkan siswa mengalami kejenuhan belajar. Untuk mengantisipasi siswa mengalami kejenuhan belajar guru bisa mengganti metode lama dengan metode yang baru yang lebih menarik sehingga kondisi belajar efektif.

Cara kedua ialah menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Suasana kegiatan pembelajaran yang menyenangkan dapat menghindarkan siswa merasa jenuh dan tegang sebab jika siswa tertarik pada pembelajarannya maka siswa akan berperan aktif dalam kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu, dalam memberikan pembelajaran guru diharapkan dapat membentuk lingkungan belajar yang menyenangkan.

Cara ketiga adalah pemberian motivasi. Guru memiliki peran yang sangat mendasar yaitu dengan cara memberikan semangat dan membangkitkan motivasi siswa agar semakin semangat dalam belajar. Cara keempat yaitu mengadakan *refreshing*. Strategi untuk menghilangkan rasa bosan dan jenuh dalam belajar guru dapat mengajak siswa untuk *refreshing*. Caranya dalam kegiatan pembelajaran guru bisa memutarakan musik, mengadakan pembelajaran diluar kelas, memberikan games yang menarik dll. Dari hal tersebut dapat megantisipasi siswa merasa bosan dan jenuh dalam belajar.

Kesimpulannya, bahwa cara guru agar siswa tidak merasa bosan dan jenuh dengan menerapkan beberapa metode yaitu dengan menerapkan metode belajar yang bervariasi, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, memberikan dorongan dan semangat untuk berprestasi dan mengajak siswa untuk *healing*.

### **Pengertian Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok adalah layanan yang dikerjakan menggunakan media kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Tujuannya untuk menggali dan mengembangkan potensi siswa. Sejalan dengan pendapat Nurihsan (2016:23), bimbingan kelompok merupakan bentuk bantuan yang diberikan kepada individu yang dilakukan dalam situasi kelompok berupa penyampaian informasi maupun aktivitas kelompok yang membahas mengenai permasalahan pendidikan, pekerjaan, pribadi, sosial, belajar dan karir.

Sedangkan menurut Bhakti (2015) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok merupakan pemberian layanan terhadap sekelompok individu untuk membantu mengatasi permasalahannya untuk mencapai tingkat perkembangannya secara maksimal. Dalam bimbingan kelompok, kegiatan dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang bermanfaat bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu yang menjadi anggota kelompok.

Jadi, bimbingan kelompok yaitu pemberian bantuan yang dilakukan Guru BK kepada seseorang atau kelompok dan menggunakan media kelompok untuk mengembangkan dan menggali potensi siswa, penyampaian informasi serta membahas permasalahan konseli mengenai masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, belajar, sosial dan karir. Selain itu di dalam layanan ini anggota kelompok bebas berpendapat, menanggapi serta memberikan saran terhadap anggota lain.

### **Tujuan Bimbingan Kelompok**

Menurut Winkel dan Hastuti (2015:519), secara umum tujuan bimbingan kelompok yaitu untuk membina proses dalam kelompok. Tujuan bimbingan kelompok juga untuk meningkatkan profesionalisme tenaga bimbingan. Secara khusus tujuan dari bimbingan kelompok yaitu untuk membahas permasalahan tertentu yang menjadi perhatian anggota kelompok melalui kelompok yang serius.

### **Tahapan-Tahapan Bimbingan Kelompok**

Menurut (Kartilah,2018) dalam proses layanan bimbingan kelompok terdapat empat tahapan yaitu sebagai berikut : (1) Tahap pembentukan, merupakan tahap pengenalan. Yang dimana pada tahap ini para anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan tujuan yang ingin dicapai, (2) Tahap peralihan, proses peralihan dari tahap pengenalan untuk memasuki ke tahap kegiatan, (3) Tahap kegiatan merupakan tahap pencapaian tujuan, (4) Tahap pengakhiran yaitu tahap penilaian dan tahap tindak lanjut.

### **Teknik-Teknik Bimbingan Kelompok**

Di dalam layanan bimbingan kelompok terdapat beberapa teknik-teknik. Beberapa teknik lain yang ada dalam bimbingan kelompok yaitu diskusi, simulasi, pemecahan masalah, *home room*, karyawisata, psikodrama dll (Irmayati, 2018). Teknik-teknik tersebut dapat dilakukan sesuai dengan tujuan dan kebutuhan siswa.

Simulasi *games* merupakan gabungan dari teknik permainan peran dan teknik diskusi. Tujuan dari simulasi *games* disini yaitu untuk merefleksikan keadaan-keadaan yang ada didalam kehidupan yang sebenarnya (Wasi Aqna Sari,2009). Cara yang dapat dilakukan untuk pelaksanaan simulasi *games* yaitu menyediakan alat permainan dan juga perlengkapannya, fasilitator menjelaskan tujuan dari permainan, menentukan pemain dan pemegang peran, menjelaskan aturan permainan dan selanjutnya bermain dan berdiskusi. Kelebihan dari teknik simulasi *games* ini yaitu simulasi *games* ini merupakan teknik bimbingan kelompok yang menyenangkan sehingga tidak menyebabkan siswa merasa jenuh. Di dalam teknik simulasi *games* juga siswa diajak untuk bermain.

*Mind mapping* merupakan metode untuk meletakkan informasi ke dalam otak dan mengambilnya kembali ke luar otak (Putri,2014). Bentuk *mind mapping* sendiri yaitu seperti peta jalan yang memiliki banyak cabang. Tujuan dari teknik *mind mapping* ini

yaitu untuk dapat merencanakan pemetaan pikiran dan untuk mencatat materi yang telah disampaikan guru agar memudahkan siswa untuk belajar. Model *mind mapping* ini juga merupakan bentuk *active learning* yang artinya pada model ini siswa diajak aktif belajar untuk menemukan gagasan materi yang disampaikan, pemecahan masalah ataupun menghubungkan hal yang di pelajari dalam kehidupan sehari-harinya.

*Focus group discussion* merupakan proses pengumpulan informasi mengenai permasalahan yang dialami melalui diskusi kelompok. Menurut (Hidayah,2015) *focus group discussion* merupakan sebuah cara untuk mendiskusikan topik tertentu secara lebih mendalam dalam dinamika kelompok. Tujuan dari teknik *focus group discussion* ini yaitu untuk memperoleh data atau informasi secara sistematis mengenai topik yang dibahas.

*Cinemataphy* merupakan proses pemberian layanan dalam kelompok dengan menggunakan media film untuk dilihat secara bersama-sama (Sulistiyowati, 2016). Tujuan dari teknik *cinemataphy* ini yaitu untuk membangkitkan kesadaran dan semangat anggota kelompok untuk mengikuti proses pembelajaran. Di dalam teknik *cinemataphy* mengajak anggota kelompok untuk menggali dan memahami alur cerita dan karakter tokoh untuk membangkitkan semangat dalam bereksplorasi.

**Strategi untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar**

Strategi yang dapat digunakan untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa ditingkat sekolah menengah pertama yaitu salah satunya dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok terdapat banyak metode yang bervariasi. Berikut metode-metode dalam layanan bimbingan kelompok:

No.	Indikator / Topik Materi	Metode	Media
1.	Metode Belajar Bervariasi	<i>Mind mapping</i>	Peralatan
2.	Menciptakan suasana belajar menyenangkan	Simulasi games,	Alat/media simulasi
3.	Pemberian Motivasi	<i>Focus Group Discussion</i>	Powerpoint
4.	Refreshing	<i>Cinemataphy</i>	Video

## PROSIDING

Seminar Antarbangsa  
“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”  
Selasa, 18 Juli 2023

Adapun beberapa kajian penelitian yang relevan mengenai permasalahan kejenuhan belajar yaitu sebagai berikut:

<b>Penulis</b>	<b>Tahun</b>	<b>Judul</b>	<b>Metode Penelitian</b>	<b>Hasil</b>
Fatimah.,C.,& Puspaningtyas.,D.,N.	2020	Kejenuhan Belajar Pada Pembelajaran Daring Selama Pandemi	Studi Literature	Faktor penyebab siswa mengalami jenuh belajar karena lelah hasil belajar menurun
Latuconsina.,D.,M.	2020	Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Relaksasi Untuk Menurunkan Kejenuhan Belajar Pada Siswa	Skala Kejenuhan belajar dan Self report	Bimbingan kelompok teknik relaksasi dapat menurunkan kejenuhan belajar siswa
Ningsih.,K.,L.& Djumali	2020	Kejenuhan belajar pada masa pandemi covid-19 siswa SMTA di Kedungwungu Indramayu	Observasi, Wawancara, dokumentasi	Kejenuhan belajar siswa karena mengalami kesulitan memahami materi karena metode guru kurang bervariasi, banyaknya tugas dan tidak ada teman belajar

Ambarwati.,A.,N.	2016	Kejenuhan belajar dan cara mengatasinya	Mixed Method	Sebab siswa mengalami kejenuhan belajar karena kepadatan kegiatan santri, peraturan terlalu mengikat, kurangnya fasilitas dan susah nya berkomunikasi
Agustiana.,P.,dkk	2019	Analisis faktor penyebab terjadinya kejenuhan belajar pada siswa dan usaha guru bk untuk mengatasinya	Deskriptif	Siswa mengalami kejenuhan belajar karena kurangnya waktu istirahat disebabkan oleh banyaknya tugas dan metode belajar tidak bervariasi

#### 4. Kesimpulan

Kejenuhan belajar merupakan suatu permasalahan yang sering terjadi dikalangan siswa pada masa *new normal* saat ini. Kejenuhan belajar sendiri merupakan perilaku emosional, fisik, ataupun mental yang menyebabkan individu mengalami frustrasi, lelah, dan semangat belajarnya menurun. Oleh karena itu, penting nya peran guru BK untuk mengatasi permasalahan mengenai kejenuhan belajar saat ini.

Untuk pelaksanaanya guru BK perlu memahami dan memilih metode yang cocok digunakan untuk mengatasi permasalahan sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh siswa. Terdapat beberapa metode yang dapat dilakukan guru BK untuk mengatasi kejenuhan belajar yaitu diantaranya *Mind Mapping*, *Simulasi Games*, *FGD*, dan *Cinematography*.

**Daftar Pustaka**

- Ambarwati.,A.,N. 2016. Kejenuhan Belajar dan Cara Mengatasinya. *Jurnal Psikologi Pendidikan Islam, Prosiding Interdisciplinary Postgraduate Student*,9-16
- Aurelia.,Z.,T.,& Bhakti.,P.,C. 2021. Strategi Guru BK dalam Bimbingan Kelompok Sosiodrama untuk Meningkatkan Empati Siswa. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan*,(1)
- Bhakti.,P.,C. 2015.Bimbingan dan Konseling Komperehensif: Dari Paradigma Menuju Aksi. *Jurnal Fokus Konseling*,1(2)
- Bhakti.,P.,C., Safitri.,E.,N.,& Dewi.,C.,A. 2018. Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling untuk Mengurangi Perundungan Siber di Kalangan Remaja. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*, 2(2),1-7
- Fatimah.,C.,& Puspaningtyas.,D.,N. 2022. Studi Literature: Kejenuhan Belajar pada Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Matematika Realistik*, 3(1),42-49
- Febrianti.,C.,& Irmayanti.,R. 2019. Teknik Psikodrama dalam Bimbingan Kelompok untuk Mengatasi Perilaku Merokok Siswa SMA. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*,2(3),105-113
- Kadir.,A. 2018. Pengaruh Kompetensi Dosen dan Motivasi Belajar terhadap Kemampuan Analisis Statistika Mahasiswa FTKI IAIN Kendari. *Al-Izzah: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian*, 13(1),1-15
- Mahfud.,R.,E. 2016. Strategi Guru dalam Mengatasi Rasa Jenuh Siswa Kelas 2A di Full Day School SD Islam Tompokersan Lumajang. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
- Muflihah.,L.,& Savira.,I.,S. 2021. Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial terhadap Burnout Akademik Selama Pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi Mahasiswa*, 8(2),201-2011
- Ningsih.,K.,L.,& Djumali. 2020. Kejenuhan Belajar Masa Pandemi Covid-19 Siswa SMTA di Kedungwungu Indramayu. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Putri.,L.,W.,& Widihastrini.,F. 2014. Peningkatan Keterampilan Menulis Puisi Melalui Metode Mind Mapping dengan Media Audiovisual. *Joyful Learning Journal*, 3(2)
- Rosmiati.,R.,Syuhada.,S.,Refinda.,Putra.,I.,&Sari.,N. 2021. Pembelajaran Anak Sekolah yang Mengalami Kesulitan Belajar dengan Memanfaatkan IoT (Internet of Things) pada SMKN 5 Kota Jambi. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*,4
- Sari.,I.,M. 2019. Peran Guru BK Dalam Mengurangi Kejenuhan Siswa Saat Belajar Melalui Ice Breaking di MAN 3 Medan. Universitas Islam Negeri Sumatra Utara

## PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

Siddik.,A.,E.,K.,Fatimah.,S., & Novianti.,W. 2021. Teknik Self Instruction Berbasis Online Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa MTs Kelas VIII. *Fokus: Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan*, 4(4),317-329

Vitasari.,R. 2013. Peningkatan Keaktifan dan Hasil Belajar Matematika melalui Model Problem Based Learning Siswa Kelas V SD Negeri 5 Kutosari. *Kalam Cendekia PGSD Kebumen*, 4(3)