

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK MELALUI TEKNIK DISKUSI TERHADAP SISWA YANG MENGALAMI KEJENUHAN BELAJAR DI MTS AL-WASHLIYAH BANGUN PURBA

Riska Yolanda

Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah

riskayolanda@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengalaman saturasi pembelajaran siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan serta apakah terdapat pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terhadap pengalaman saturasi pembelajaran siswa di kelas VIII MTS Al-Washliyah Bangun Purba. Jenis penelitian ini adalah pre-eksperimen kuantitatif dengan metode Desain Pre-test Post-test Satu Kelompok. Populasi penelitian ini adalah 36 siswa di kelas VIII MTS, dengan pengambilan sampel purposif sebanyak 10 siswa. Data penelitian ini dikumpulkan menggunakan instrumen atau kuesioner saturasi pembelajaran dengan skala Likert, item pernyataan berjumlah 37 item yang telah valid dan reliabel, kemudian data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil data menunjukkan bahwa siswa mengalami saturasi pembelajaran di kelas VIII MTS Al-Washliyah Bangun Purba sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Dari analisis data, diperoleh Asymp.Sig.(2-tailed) dengan nilai 0,000. Karena 0,000 lebih kecil dari $<0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pada siswa yang mengalami kejenuhan belajar sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi yang efektif untuk mengurangi siswa yang mengalami kejenuhan belajar.

Kata kunci: bimbingan kelompok, teknik diskusi, siswa yang mengalami kejenuhan belajar

Abstrak

This study aims to analyze students who experience learning saturation before and after being given services and whether there is an influence of group guidance with discussion techniques on students who experience learning saturation in class VIII MTS Al-Washliyah Bangun Purba. This type of research is quantitative pre-experiment with One Group Pre-test Post-test Design method. The population of this study was 36 students in class VIII MTS, sampling with purposive sampling method of 10 students. The data of this study were collected using an instrument or questionnaire of learning saturation with a Likert scale, statement items totaling 37 items that have been valid and reliable then the data were analyzed using the Wilcoxon test. The resulting data shows that students experience learning saturation in class VIII MTS Al-Washliyah Bangun Purba before and after being given group guidance with discussion techniques. From the data analysis, Asymp.Sig.(2-tailed) is obtained with a value of 0.000. Because 0.000 is smaller than <0.05 , H_0 is rejected and H_a is accepted. Therefore, it can be concluded that there is a difference in students who experience learning saturation before and after being given group guidance services with effective discussion techniques to reduce students who experience learning saturation.

Kata kunci: group guidance, discussion techniques, students experiencing learning boredom

PENDAHULUAN

Pendidikan dari pengertian yang lebih luas merupakan kegiatan yang meliputi semua perbuatan atau sebuah usaha dari generasi yang memiliki tingkat pengetahuan untuk mendapatkan pengetahuan yang lebih dan mendapatkan pengalaman, serta keterampilan generasi yang tingkat pengetahuannya lebih rendah. Sedangkan pengertian pendidikan adalah usaha sadar terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Di dalam undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional dijelaskan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengndalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yan diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Untuk mencapai pendidikan yang berkualitas, tentunya harus didukung oleh proses belajar yang baik.

Belajar merupakan proses untuk merubah tingkah laku menuju perubahan yang lebih baik. Tingkah laku yang mengalami perubahan karena belajar tersebut menyangkut berbagai aspek kepribadian baik fisik maupun psikis, seperti perubahan dalam pengertian, pemecahan suatu masalah/berfikir, keterampilan, kecakapan, ataupun sikap. Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik. Belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (Slameto, 2010:1).

Dalam belajar setiap siswa mempunyai peluang untuk meraih prestasi dan untuk mencapainya harus dibarengi dengan usaha dan kerja keras dalam belajar agar mendapat hasil sesuai yang diharapkan, namun tidak jarang juga banyak siswa dalam meraih prestasi tersebut banyak menemukan kendala-kendala dalam proses belajar yang salah satu diantaranya adalah rasa jenuh. Dengan contoh lain ketika sedang bermain bola voli, banyak para siswa merasa gagal dan tidak mampu bermain sehingga menyebabkan siswa mengalami kejenuhan dan malas belajar pendidikan jasmani dan olahraga (Winarni, 2011:124).

Fenomena kejenuhan belajar pada siswa merupakan fenomena yang banyak terjadi didunia pendidikan, jika hal ini terjadi maka dapat mengakibatkan tujuan pembelajaran tidak tercapai sesuai yang di tetapkan dan peluang siswa untuk berhasil dalam mencapai prestasi belajar pun menjadi menurun. Kejenuhan belajar yang terjadi pada siswa harus mendapatkan penanganan, baik penanganan dari siswa sendiri, keluarga, lingkungan rumah maupun lingkungan sekolah. Pada lingkungan sekolah guru bimbingan dan konseling memiliki peran yang penting dalam upaya mengatasi kejenuhan belajar siswa. Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling tentunya menggunakan teori dan pendekatan tertentu antara lain psikoanalisis, behavioral, eksistensial humanistik, gestalt, analisis transaksional, dan pendekatan rasional emotif .

Menurut Pines dan Aronson (dalam gumilar, 2013) menjelaskan bahwa kejenuhan belajar merupakan kondisi emosional ketika seseorang merasa lelah dan jenuh secara mental ataupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan terkait dengan belajar yang meningkat. Suwarjo & purnama (2014:12), mengartikan kejenuhan (*burnout*) sebagai suatu keadaan kelelahan fisik, emosional, dan mental . Sedangkan menurut eka & christiana (2014:2), menyatakan bahwa banyaknya aktivitas dan kegiatan sekolah, serta tuntutan-tuntutan yang ada harus dialami oleh siswa yang menyebabkan siswa mengalami gejala-gejala seperti siswa mengalami kelelahan pada seluruh bagian indera, dan kurang bersemangat dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar timbul rasa bosan, kurang motivasi, kurang perhatian, tidak ada minat, serta tidak mendatangkan hasil.

Proses belajar yang terus-menerus dilakukan para siswa serta tekanan-tekanan, baik dari dalam diri maupun lingkungannya untuk mencapai prestasi belajar yang maksimal dapat membawa siswa pada batas kemampuan jasmaniahnya. Pada akhirnya siswa mengalami kelelahan fisik dan emosi (mental), meningkatnya sikap depersonalisasi dan menurunnya keyakinan akademis. Meski harus diakui, kejenuhan belajar dapat dialami siapa saja. Siswa yang kemampuan akademiknya kurang ataupun siswa yang dianggap pintar sekalipun bisa mengalaminya.

Banyaknya aktivitas dan kegiatan di sekolah, serta tuntutan-tuntutan yang harus dialami oleh siswa dapat menyebabkan siswa mengalami gejala-gejala seperti siswa merasa kelelahan pada seluruh bagian indera, dan kurang bersemangat dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, timbul rasa bosan, kurang termotivasi, kurang perhatian, tidak ada minat, serta tidak mendatangkan hasil. Dari gejala-gejala tersebut yang nampak dapat dinyatakan bahwa siswa sedang alami kejenuhan belajar. Dari situlah akibat yang dapat ditimbulkan karena siswa alami kejenuhan dalam belajarnya, adalah menurunnya nilai prestasi dalam belajar, membolos masuk kelas, ramai dikelas,

sering meninggalkan kelas, tidak mampu menjawab pertanyaan dan tidak mengerjakan PR, dll.

Menurut (Dewi & Yosef, 2017) mengatakan bahwa kejenuhan belajar merupakan suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat untuk melakukan suatu aktivitas belajar. Kejenuhan belajar dapat mengakibatkan menurunnya konsentrasi dan daya serap dari inti sari materi yang diberikan. Karena kejenuhan adalah letak titik buntu dari perasaan dan otak akibat tekanan belajar yang berkelanjutan. Siswa ataupun mahasiswa cenderung bersikap sinis dan apatis terhadap pelajaran dengan ditunjukkan sikap kurang percaya diri dan menghindarinya serta tidak memahami pelajaran yang telah diterima (arirahmantu, 2018).

Dari berbagai pendapat tersebut diatas maka dapat disimpulkan bahwa kejenuhan belajar merupakan suatu kondisi dimana siswa merasa bosan, lelah, kurang perhatian dalam pelajaran, tidak ada minat dan motivasi dalam belajar serta tidak mendatangkan pencapaian hasil yang diinginkan. Kejenuhan belajar ini membuat siswa siswi malas dalam belajar karena pelajaran yang membosankan dan terlalu monoton ke materi, Kejenuhan dalam belajar ini sangat mengganggu konsentrasi siswa siswi yang sedang mengalaminya, maka dari sini sebagai seorang guru harus bijak dalam memahami siswa siswinya mana yang mengalami kebosanan, kejenuhan dan lelah dalam belajar disini guru mata pelajaran bisa melakukan hiburan seperti permainan atau game yang sederhana yang membuat mereka semangat kembali dalam melaksanakan pembelajaran.

Sebagai guru mata pelajaran harus lihai atau seru dalam membawa materi dalam belajar supaya para siswa siswi tidak mengalami kejenuhan atau bosan ketika berada di dalam ruang kelas, berikan pembelajaran yang menarik perhatian mereka dan termotivasi dalam mengikuti pelajaran buat para siswa siswi bersemangat dalam belajar tampilkan pembelajaran yang menarik mereka. Berdasarkan observasi awal dan wawancara dengan guru BK yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 21 februari 2022, wawancara tersebut membahas permasalahan yang ada di sekolah Mts Al-Wahsliyah Bangun Purba terkait siswa yang mengalami kejenuhan belajar. Peneliti juga menanyakan kepada guru BK tersebut dan dari hasil wawancara peneliti lakukan dengan guru BK bahwa diketahui ada siswa siswi yang mengalami masalah kebosanan, mengakibatkan timbulnya rasa lesu tidak bersemangat atau hidup tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar.

Masalah yang dialami siswa disekolah ini ada banyak tetapi kalau lebih ke spesifiknya yaitu permasalahan dalam kejenuhan belajar ciri-ciri siswanya yaitu mempunyai masalah merasa lelah dalam belajar, jenuh secara mental ataupun fisik, mudah bosan, guru yang monoton saat memberikan materi, nah jadi itulah

permasalahannya mengapa siswa tersebut mengalami kejenuhan belajar disekolah atau ruang kelas". Adapun treatment/perlakuan yang diberikan berdasarkan permasalahan diatas peneliti menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap Siswa yang mengalami kejenuhan belajar.

Bimbingan konseling adalah layanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok, mampu menyelesaikan permasalahan dan mengambil keputusan secara mandiri, berkembang secara optimal dalam bidang pengembangan pribadi, kehidupan sosial, kemampuan belajar, dan perencanaan karir, melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung, berdasarkan norma-norma yang berlaku.

Salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling yang diterapkan disekolah adalah layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Menurut Tohirin (dalam Amelia dan Martin, 2020: 65). Prayitno & Amti (dalam Amelia dan Martin, 2020: 65), mengemukakan bahwa bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan pemberian informasi kepada kelompok siswa untuk membantu mereka dalam menyusun rencana dan keputusan yang tepat.

Dengan menggunakan bimbingan kelompok diharapkan bisa membantu siswa untuk meningkatkan pemahaman siswa yang mengalami kejenuhan dalam belajar dikelas Bimbingan kelompok yang digunakan yaitu menggunakan teknik diskusi kelompok. Diskusi merupakan proses interaksi yang dilakukan oleh dua orang atau lebih yang saling bertatap muka dengan bertujuan bertukar informasi, mempertahankan pendapat atau pemecahan masalah. Teknik diskusi ini dapat dilaksanakan baik oleh siswa sendiri maupun oleh konselor, atau guru. Dengan adanya bimbingan kelompok teknik diskusi siswa mempunyai wadah untuk membahas permasalahan, memperoleh informasi, dan saling bertukar pendapat terutama tentang siswa yang mengalami kejenuhan saat belajar.

Alasan saya menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi yaitu karena mudah di jalankan atau dilaksanakan kepada para peserta didik yang bersifat berkelompok untuk saling berinteraksi satu dengan yang lainnya dan saling mengutarakan pendapat masing-masing peserta didik agar menjadikan peserta didik ikut ambil aktif dalam berjalannya suatu kegiatan layanan yang konselor laksanakan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi terhadap tingkat kejenuhan belajar siswa di MTs Al-Washliyah Bangun Purba. Subjek penelitian adalah siswa MTs Al-

Washliyah Bangun Purba yang mengalami kejenuhan belajar. Data dianalisis menggunakan uji statistik untuk mengetahui perbedaan skor kejenuhan belajar sebelum dan sesudah perlakuan. Penentuan subjek dilakukan dengan teknik purposive sampling, yaitu memilih siswa yang memiliki skor kejenuhan belajar tinggi berdasarkan hasil angket awal (pretest).

HASIL DAN PEMBAHASAN

MTs Al-Washliyah Swasta Bangun Purba yang beralamatkan di Jalan Batu Gingging Dusun I Bangun Purba, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Memiliki lokasi yang strategis dan mudah dijangkau oleh kendaraan terutama bagi para siswa. Keadaan sekolah sangat baik dan asri dengan fasilitas yang memadai dalam proses belajar dan mengajarnya. Terdapat beberapa fasilitas disekolah ini, yaitu ruang kelas, ruang tata usaha, perpustakaan, uks, aula, lapangan sepak bola, lapangan bola voli, kamar mandi, ruang kepala sekolah dan ruang untuk para guru-guru. Penelitian ini dilakukan terhadap siswa kelas VIII. Penelitian dilakukan secara langsung dan menerapkan protokol kesehatan.

Berdasarkan hasil analisis *pre-test* skala skor 1 sampai 4 dari kejenuhan belajar pada siswa menghasilkan skor rendah 0 siswa, sedang 17 siswa dan tinggi 19 siswa. Peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok pertama pada Sabtu 11 Juni 2022, bimbingan kelompok kedua 14 Juni 2022, bimbingan kelompok ketiga Sabtu 18 Juni 2022, dan ke empat hari Senin 20 Juni 2022, dan pelaksanaan *post-test* dilakukan pada 25 Juni 2022. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Dalam penelitian ini menggunakan rumus pra analisis data meliputi teknik uji coba kesahihan angket menggunakan uji validitas dan reliabilitas pada 36 orang siswa dikelas VIII Mts Al- Washliyah Bangun Purba. Setelah itu skor angket dianalisis sebagai syarat untuk melakukan uji statistik non parametrik yaitu uji Wilcoxon. Berdasarkan data hasil uji hipotesis telah diketahui bahwa bimbingan kelompok teknik diskusi berpengaruh terhadap siswa yang mengalami kejenuhan. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *One Group Pre-test Post-Test Desain* dengan sampel 10 orang siswa. Hal ini merujuk pada teori dari Prayitno (2017:136) yaitu kelompok yang efektif adalah kelompok dengan jumlah anggota sebanyak 8 sampai 10 orang. Siswa yang berjumlah 10 orang tersebut diberikan perlakuan atau *treatment* menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mengurangi siswa yang mengalami kejenuhan pada kelas VIII.

Menurut Hartinah (2017:24-25), kelompok adalah sekumpulan orang yang terdiri atas dua orang atau lebih yang melakukan interaksi satu dengan yang lainnya dalam suatu aturan yang saling mempengaruhi pada setiap

anggotanya. Dengan demikian, pada kelompok akan dijumpai berbagai prows seperti persepsi, adanya kebutuhan pada setiap anggota, interaksi dan sosialisasi.

Hasil data *pre test* (sebelum perlakuan) menyatakan bahwa siswa yang mengalami kejenuhan memiliki nilai rata-rata berjumlah 68,2, sedangkan hasil data *post test* (sesudah diberi perlakuan) memiliki nilai rata-rata berjumlah 114,4. Dapat dilihat dari hasil rata-rata skor terjadi peningkatan kearah yang positif sebelum dan sesudah diberikan perlakuan atau *treatment* layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap siswa kelas VIII Mts AL washliyah bangun purba.

Sebelum dilaksanakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap skor 10 siswa tergolong cukup rendah. Jumlah persentase siswa yang mengalami yaitu rendah 3%, sedang 89% sedangkan tinggi 8%. Pelaksanaan penelitian ini sebanyak 4 kali pertemuan. Setelah 4 kali diberikan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terlihat bahwa persentase cukup meningkat yaitu, rendah 13%, sedang 62%, tinggi 25%. Data diatas membuktikan bahwa kegiatan bimbingan kelompok teknik diskusi berpengaruh mengurangi siswa yang mengalami kejenuhan disekolah Mts AL washliyah bangun purba.

Dalam hal ini semakin sering dilakukan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi maka akan semakin baik untuk siswa yang mengalami kejenuhan belajar. Maka hipotesis dalam penelitian ini menyatakan bahawa "Ada pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap siswa yang mengalami kejenuhan belajar dikelas Mts AL washliyah bangun purba"

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Mts Al washliyah bangun purba hasil Berdasarkan output *test statistic* diketahui *Asymp.Sig.* (2tilled) bernilai 0,000. Karena batas α 0,05 atau taraf singnifikan 5% maka 0,000 jika dipersenkan menjadi 0% maka nilai *Asmypo. Sig.* (2 tilled) 0,000 lebih kecil> dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa "Hipotesis diterima". Artinya adanya perbedaan untuk *pre test* dan *post test*, sehingga dapat disimpulkan bahwa "pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap kejenuhan belajar siswa dikelas VIII Mts Al-Washliyah Bangun Purba". Hipotesisi merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian belum jawaban empirik. Adapun

hipotesis penelitian yang penulis ajukan adalah terdapat pengaruh bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi terhadap siswa yang mengalami kejenuhan belajar di kelas VIII Mts Al-Washliyah Bangun Purba tahun ajaran 2021/2022.

Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada kelas VIII Mts Al Washliyah bangun purba Tahun Ajaran 2021/2022, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut: Siswa diharapkan dapat membuka diri, mengeluarkan beberapa pendapat, perasaan yang di alami, dan ide-ide untuk keberhasilan belajar para siswa. Hendaknya lebih memfokuskan pada layanan bimbingan kelompok teknik diskusi khususnya mengenai siswa yang mengalami kejenuhan belajarnya agar siswa dapat lebih aktif dalam proses belajar disekolah. Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti variabel yang sama, diharapkan dapat menambah atau memperluas ruang lingkup penelitian dengan menggunakan variabel-variabel lain tentang siswa yang mengalami kejenuhan belajar. Siswa yang mengalami kejenuhan belajarnya disekolah Mts AL Wasliyah bangun purba mengalami pengaruh positif melalui bimbingan kelompok teknik diskusi. Kepala sekolah diharapkan mampu membuat suatu kebijakan yang terkait pembelajaran para siswa-siswinya dengan adanya adanya layanan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifatur, R.,(2019).*Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi terhadap Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Kediri*. (Skripsi) FKIP Universitas Negeri Kediri.
- Amelia, A.,& M.,(2020). “*Setting Outdoor Untuk Dinamika Kelompok dalam Bimbingan Kelompok*”. *Jurnal Pendidikan Pena Kreatif*. 10, (10), 65.
- Astuti d a, trisnani n, (2021).*Pengutan Peran Orang Tua dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Anak Selama Pandemi-19*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 17(1,97-106)
- Budiarti,Y.L, Akbar,N. S, &Rachmah, N.D.,. (2015). Analisis Keakinan Diri dan Kesejahteraan Psikologis Pedagang Dipasar Tradisional Voating Market Lok Baitan Sungai Tabuk Martapura. *Sosio Konsepsia: jurnal penelitian danpemngembangan kesejahteraan sosial*, 4 (2), 108-122.
- Bildhonny,A.,F.,(2017). Menurunkan Kejenuhan Belajar Siswa dengan Teknik Relaksasi Pada Mata Pelajaran Jasmani.*Jurnal seminar pendidikan olahraga*.1 (1,274-280).
- Damayanti,a., Suradika,a., & asmas, b.,t. (2020). Strategi Mengurangi Kejenuhan anak Dalam Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) Melalui Aplikasiicando Pada

- Sisiwa Kelas 1 SDN pondok pinang 08 pagi. *Jurnal Rosiding Seminar Nasioanal Penelitian LPPN OMJ*, 1 (1).
- Fauziah, n., (2013).Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar Sejarah Kebudayaan Islam (Ski) Pada Siswa Kelas XII Jurusan Keagamaan di Man Tempel Sleman.Pendidikan Agama Islam, Vol. X, No. 1, Juni 2013.
- Grafura, Lubis & Wijayanti Ari. (2016). *100 Masalah Pembelajaran* Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Irawati e (2016),.Implementasi Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional di Blitar
- Komala Sari, Gantina. Wahyuni, Eka. Karsih. (2018). *Teori dan Teknik Konseling* Jakarta Barat: Pt. Indeks,Jakarta.
- Pawicara,R.,& C,M (2020) Vol 1.No1. Analisis Pembelajaran Daring terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi IAIN Jember Ditengah Covid 19. Alvioli *Jurnal Pendidikan Biologi*, 1 (1), 29-38.
- Prayitno,Afdl, Ifdil, Ardi Zadrian. (2017). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Ciawi-Bogor:Ghalia Indonesia.
- Siti, H. (2017). Konsep Dasar Bimbingan Kelompok. Bandung: Refika Aditama.
- Syah, Muhibbin.(2015). *Psikologi Belajar* PT.Raja Grafindo Persada, Jakarta..
- Rika d,(2020). EfektivitasKonseling Kelompok Teknik *Self-Regulated Learning* Untuk Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 3 Tumijajar Kabupaten Tulang Bawang Barat Tahun Ajaran 2019/2020.(Skripsi).Fkip Fakultas Tarbiyah Dan Keguruann Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.