

**KEJENUHAN (*BURNOUT*) BELAJAR DARI RUMAH PADA
MASA PANDEMI COVID-19 PESERTA DIDIK KELAS XII
SMA KARYA 45 KABUPATEN MUSI RAWAS**

SKRIPSI

Oleh

Oktavia Puspita Dewi

NIM 06071381722060

Program Studi Bimbingan dan Konseling



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2021

**KEJENUHAN (*BURNOUT*) BELAJAR DARI RUMAH PADA MASA
PANDEMI COVID-19 PESERTA DIDIK KELAS XII SMA KARYA 45
KABUPATEN MUSI RAWAS**

SKRIPSI

Oleh:

Oktavia Puspita Dewi

NIM: 06071381722060

Program Studi Bimbingan Konseling

Mengesahkan

Pembimbing,



Dr. Yosef, M.A

NIP. 1962032319880310005

Mengetahui

Ketua Jurusan



Dr. Azizah Husin, M.Pd.

NIP. 196006111987032001

Koordinator Program Studi



Dra. Harlina, M.Sc.

NIP. 195904251987032001

**KEJENUHAN (*BURNOUT*) BELAJAR DARI RUMAH PADA MASA
PANDEMI COVID-19 PESERTA DIDIK KELAS XII SMA KARYA 45
KABUPATEN MUSI RAWAS**

Oleh:

Oktavia Puspita Dewi

NIM: 06071381722060

Program Studi Bimbingan Konseling

Telah diujikan dan lulus pada:

Hari : Senin

Tanggal : 22 November 2021

TIM PENGUJI

1. Ketua : Dr. Yosef, M.A.

()

2. Anggota : Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd

()

Palembang, 22 November 2021

Mengetahui,

Koordinator Program Studi



Dra. Harlina, M.Sc.

NIP. 195904251987032001

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Oktavia Puspita Dewi

NIM : 06071381722060

Program studi : Pendidikan Bimbingan dan Konseing

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Kejenuhan (*burnout*) belajar dari rumah pada masa pandemi Covid-19 peserta didik kelas XII SMA Karya 45 Kabupaten Musi Rawas” ini adalah benar-benar karya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 tahun 2020 tentang pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini/ atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa paksaan dari pihak manapun.

Palembang, 22 November 2021

Yang membuat pernyataan



Oktavia Puspita Dewi

NIM 06071381722060

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim wa Alhamdulillahirabbil'alamin segala puji bagimu Ya allah, Tuhan semesta alam Atas segala limpahan berkat, rahmat, dan hidayatmu kepada hamba sehingga bisa menyelesaikan menyelesaikan satu tahap dari awal perjuangan perjalanan hamba. Karya ini aku persembahkan kepada orang-orang yang ku sayangi serta yang senantiasa membantu dan mendukungku baik secara langsung ataupun tidak langsung.

- *Pertama yang paling utama saya ucapkan terimakasih kepada Allah SWT atas segala rahmat-Nya yang telah memberikan kesehatan dan kemudahan jalan hingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan tepat waktu.*
- *Kedua pita ucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya untuk wanita kuat ku yang telah banting tulang membiayai kuliah anakmu ini yaitu mama Supartiyah ku tersayang dan tidak lupa ucapan terimakasih untuk papa ku tersayang Alm. Sumarto yang sangat aku banggakan dan aku cintai. Skripsi ini pita persembahkan untuk kedua orang tuaku yang paling berjasa dihidupku dan inilah hasil yang bisa pita buat sebagai awal dari langkah kehidupan untuk memasuki dunia kerja.*
- *Keluarga besar papa dan mamaku, terima kasih untuk segala do'a, semangat dan dukungan yang kalian berikan kepadaku selama ini.*
- *Dosen pembimbingku, Bapak Dr. Yosef, M.A Terima kasih banyak atas segala bantuan yang telah bapak berikan kepada pita, terima kasih telah memberi bimbingan dan sarannya, tanpa bapak skripsi ini tidak akan selesai, sekali lagi saya ucapkan dengan sangat kepada pak Yosef dan mohon maaf atas keterlambatan pita dalam menyusun skripsi ini.*
- *Dosen-dosen ku yang sangat aku cintai di Prodi Bimbingan dan Konseling, Ibu Harlina, M.Sc., Ibu Rahmi Sofah, M.Pd.Kons., Ibu Rani Mega Putri, M.Pd.Kons., Ibu Risma Anita Puriani, M.Pd., Ibu Ratna Sari Dewi, M.Pd., Pak Sigit Dwi Sucipto, M.Pd., Ibu Nurwisma, S.Pd.I. M.Pd., Ibu Silvia AR, M.Pd., dan Ibu Fadlina R, M.Pd. Terima kasih untuk bantuan, pengalaman dan ilmu-ilmu yang ibu/bapak berikan selama menjalani perkuliahan.*

- *Keluarga besar SMA Karya 45 Kabupaten Musi Rawas, Kepala sekolah, Wakil kepala sekolah. Guru terutama guru BK dan Staf TU, serta peserta didik kelas XII SMA Karya 45 terima kasih atas kerja samanya karena telah membantu menyelesaikan skripsi ini.*
- *Rudi Junianto orang yang bertemu dengan ku di waktu yang tepat. Terima kasih telah menjadi support system ku selama masa-masa skripsi ku. Semoga kedepannya kita bisa sukses bersama.*
- *Sahabat-sahabatku tercinta di Palembang yang telah memberikan semangat dan bantuan selama mengerjakan skripsi ini sekaligus sahabat semasa kuliah hingga sekarang. Faradillah Rahayu Metrin, S.Pd, orang yang selalu menemani suka maupun duka selama masa kuliah hingga sekarang, A.Nurul Hasanah, S.Pd, orang yang selalu baik dan memberikan pikiran positif selama masa-masa perjuangan dan Ria Agustina orang yang sangat baik selalu menemani selagi kesepian dikosan semangat terus skripsi pasti bisa S.Pd. dan Fachri Kurniawan, S.Pd, orang yang sangat baik dan royyal tentang tugas perkuliahan. Terimakasih sudah selalu bersama dari awal perkuliahan sampai sekarang ini semoga kelak kita bisa mencapai kesuksesan kita masing-masing.*
- *Teman-teman yang aku sayangi selama masa perkuliahan ku yang penuh dengan drama: Tina,lala,deli,ayu,bella,alياهو,ica,agung,zul,acqil,alan ray,alan gio,terima kasih banyak atas segala kenangan di kampus yang sangat kita rindukan dan semoga kita semua selalu diberikan kesuksesan.*
- *Teman satu kosan yang selalu nemenin aku tidur dan begadang skripsi di setiap malam terutama di malam jum'at karena takut tidur sendiri. Thanks to Dilahe orang Pagar alam, Lisya orang Bekasi dan Dinda orang Bangka Belitung. Terima kasih banyak guyss atas kebaikan dan kebersamaan selama di kosan maupun di kampus semoga kebaikan kalian di balas oleh Allah SWT love you so much guyss.*
- *Sahabat seperjuanganku dari SMP yang sama-sama kuliah di palembang, Devi Yasinta, Yeni Oktavia dan Ike Agus Prihatin. Terimakasih atas dukungan bertahun-tahun yang akhirnya membuahkan hasil dan bisa sarjana bareng. Congratulation buat kita semoga selalu yang terbaik menyertai kita.*

- *Teman-teman seperjuanganku kelas BK17 Palembang , terima kasih telah berjuang bersama selama ini . sukses selalu buat kita semua.*
- *Kakak tingkat dan adik tingkat Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya.*
- *Dan yang terakhir terimakasih untuk diriku sendiri, terimakasih karena telah bertahan hingga saat ini untuk melalui drama perkuliahan. Semoga ini merupakan langkah awal yang Allah SWT berikan untuk titik awal kesuksesan. Aamiin.*

Motto

“Jadikan persaingan sebagai motivasi untuk maju, bukan sebagai alasan untuk saling menjatuhkan”

PRAKATA

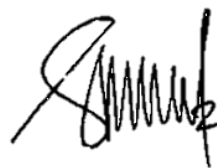
Skripsi dengan judul “Kejenuhan (*burnout*) Belajar Dari Rumah Pada Masa Pandemi Covid-19 Peserta Didik Kelas XII SMA Karya 45 Kabupaten Musi Rawas” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Oleh sebab itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Yosef, M.A., peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Hartono, M.A. selaku dekan FKIP Universitas Sriwijaya, Dra. Harlina, M.Sc. selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini. Ucapan terimakasih juga ditujukan kepada penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk memperbaiki skripsi ini. Lebih lanjut penulis mengucapkan terima kasih kepada Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Selatan, Kepala sekolah dan guru serta peserta didik SMA Karya 45 Kabupaten Musi Rawas sekaligus teman-teman seperjuangan HIMAKS 2017 yang telah mendukung dan membantu penulis selama mengikuti pendidikan S1 BK di Universitas Sriwijaya.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi pendidikan bimbingan dan konseling dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni.

Palembang, 22 November 2021

Penulis,



Oktavia Puspita Dewi

NIM 06071381722060

DAFTAR ISI

HALAMAN MUKA.....	i
PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
PRAKATA.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GRAFIK.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Praktis.....	4
1.4.2 Manfaat Teoritis.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Definisi Kejenuhan (<i>burnout</i>) Belajar.....	5
2.2 Karakteristik Kejenuhan (<i>burnout</i>) Belajar.....	6
2.3 Faktor-faktor Penyebab Kejenuhan (<i>burnout</i>) Belajar.....	7
2.4 Aspek Kejenuhan (<i>burnout</i>) Belajar.....	8
2.5 Indikator Kejenuhan (<i>burnout</i>) Belajar.....	9

2.6	Dampak Kejenuhan (<i>burnout</i>) Belajar.....	9
2.7	Cara Mengatasi Kejenuhan (<i>burnout</i>) Belajar.....	9
2.8	Masa Pandemi Covid-19.....	10
BAB III METODE PENELITIAN.....		12
3.1	Metode dan Jenis Penelitian.....	12
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian.....	12
3.3	Populasi dan Sampel.....	12
	3.3.1 Populasi.....	12
	3.3.2 Sampel.....	13
3.4	Teknik Pengumpulan Data.....	15
3.5	Definisi Operasional Variabel.....	15
3.6	Instrumen Penelitian.....	16
3.7	Uji Validitas Instrumen.....	17
3.8	Uji Reliabilitas.....	19
3.9	Teknik Analisis Data.....	20
BAB IV HASIL PENELITIAN.....		22
4.1	Hasil Penelitian.....	22
4.2	Pembahasan Hasil Penelitian.....	30
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		36
5.1	Kesimpulan.....	36
5.2	Saran.....	36
DAFTAR PUSTAKA.....		38
LAMPIRAN.....		42

DAFTAR TABEL

Tabel. 3.1 Jumlah populasi peserta didik.....	13
Tabel. 3.2 Jumlah sampel peserta didik.....	15
Tabel. 3.3 Skor Skala Likert.....	16
Tabel. 3.4 Kisi-kisi instrumen penelitian.....	17
Tabel. 3.5 Interpretasi survei <i>burnout</i>	18
Tabel. 3.6 Hasil uji validasi instrumen.....	19
Tabel. 3.7 Reliabilitas burnout belajar.....	20
Tabel. 3.8 Kategori burnout belajar.....	21
Tabel. 4.1 Data hasil sebaran penelitian.....	22
Tabel. 4.2 Kategori tingkat kejenuhan (<i>burnout</i>) belajar.....	26
Tabel. 4.3 Kategori tingkat kejenuhan berdasarkan jenis kelamin.....	27
Tabel. 4.4 Mean dan standar deviasi.....	29
Tabel. 4.5 Data statistik kejenuhan (<i>burnout</i>) belajar.....	30
Tabel. 4.6 Kategori Skor Subjek.....	31

DAFTAR GRAFIK

Gamb.1 Persentase tingkat kejenuhan (<i>burnout</i>) belajar.....	27
Gamb.2 Persentase tingkat kejenuhan berdasarkan jenis kelamin laki-laki.....	28
Gamb.3 Persentase tingkat kejenuhan berdasarkan jenis kelamin perempuan.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lamp.1 Usulan Judul.....	43
Lamp.2 SK Pembimbing.....	44
Lamp.3 Surat Validasi Dosen Ahli.....	46
Lamp.4 Surat Validasi Guru BK SMA Karya 45.....	47
Lamp.5 Surat izin penelitian.....	48
Lamp.6 Surat izin penelitian dari Diknas Pendidikan Prov.SumSel.....	49
Lamp.7 Surat Keterangan telah melaksanakan penelitian di SMA Karya 45.....	50
Lamp.8 Kuesioner Penelitian.....	51
Lamp.9 Hasil Uji Validasi.....	56
Lamp.10 Hasil Instrumen Penelitian secara keseluruhan.....	58
Lamp.11 Hasil Instrumen Penelitian Berdasarkan Indikator.....	59
Lamp.12 Hasil Instrumen Penelitian Berdasarkan Jenis Laki-laki.....	60
Lamp.13 Hasil Instrumen Penelitian Berdasarkan Jenis Perempuan.....	61
Lamp.14 Foto <i>google form</i> Penelitian.....	62
Lamp.15 Link Survey Penelitian.....	64

**KEJENUHAN (*BURNOUT*) BELAJAR DARI RUMAH PADA MASA
PANDEMI COVID-19 PESERTA DIDIK KELAS XII SMA KARYA 45
KABUPATEN MUSI RAWAS**

Oleh:

Oktavia Puspita Dewi

NIM: 06071381722060

Pembimbing: Dr. Yosef, M.A.

Program Studi Bimbingan dan Konseling

ABSTRAK

Dampak dari pandemi Covid-19 yang sangat mempengaruhi proses pembelajaran sehingga mengharuskan semua peserta didik untuk melakukan proses pembelajaran secara daring (*online*) dari rumah. Penelitian ini bertujuan untuk melihat tingkat kejenuhan (*burnout*) belajar dari rumah pada masa pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei dengan sampel penelitian ini 86 dengan menggunakan *teknik random sampling*. Instrumen pengumpulan data menggunakan angket (kuesioner). Analisis data menggunakan rumus persentase. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat persentase kejenuhan (*burnout*) belajar dari rumah pada masa pandemi Covid-19 kategori sangat tinggi 2 siswa (2,33%), kategori tinggi 32 siswa (37,20%), kategori sedang 28 siswa (32,55%), kategori rendah 16 siswa (18,60%), kategori sangat rendah 8 siswa (9,30%). Kesimpulan penelitian ini yaitu kejenuhan (*burnout*) dari rumah pada masa pandemic covid-19 berkategori tinggi dan tidak terdapat perbedaan kejenuhan belajar yang signifikan antara peserta didik laki-laki maupun perempuan.

Kata kunci: *kejenuhan (burnout), belajar dari rumah, pandemi Covid-19, sekolah menengah atas.*

**“BURNOUT LEARNING FROM HOME DURING THE COVID-19
PANDEMIC CLASS XII STUDENT OF SMA KARYA 45 MUSI RAWAS
REGENCY”**

By:

Oktavia Puspita Dewi

NIM: 06071381722060

Advisors: Dr. Yosef, M.A.

Program Studi Bimbingan dan Konseling

ABSTRACT

The impact of the Covid-19 pandemic which greatly affects the learning process so that it requires all students to carry out the online learning process from home. This study aims to see the burnout level of learning from home during the Covid-19 pandemic. This study uses a quantitative approach with a survey method with a sample of 86 research using random sampling technique. The data collection instrument used a questionnaire (questionnaire). Data analysis used the percentage formula. The results of the study indicate that there is a burnout percentage of learning from home during the Covid-19 pandemic, very high category 2 students (2.33%), high category 32 students (37.20%), medium category 28 students (32, 55%), low category 16 students (18.60%), very low category 8 students (9.30%). The conclusion of this study is that burnout from home during the COVID-19 pandemic is in a high category and there is no significant difference in learning saturation between male and female students.

Keywords: *Burnout, Learning From Home, Covid-19 Pandemic, Senior High School*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu usaha nyata yang terencana untuk mewujudkan suatu proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya. Pendidikan merupakan warisan yang tak ternilai bagi individu maupun masyarakat. Secara filosofis dan historis, pendidikan menggambarkan suatu proses yang melibatkan berbagai faktor dalam upaya mencapai kebutuhan kehidupan yang bermakna. Maka dari itu, untuk mencapai pendidikan yang berkualitas tentunya harus didukung oleh proses belajar yang baik.

Lingkungan sekolah sangat berpengaruh dalam perkembangan seorang individu. Aktivitas belajar tidak selamanya berlangsung sesuai keinginan individu. Terkadang individu dapat menangkap pelajaran dengan cepat dan terkadang juga terhambat dalam menangkap pelajaran. Salah satu hal yang dapat menghambat jalannya proses pembelajaran peserta didik yaitu kejenuhan belajar (*Burnout*), Ningsih, L.K (2020).

Belajar merupakan bagian dari kehidupan manusia karena belajar berlangsung seumur hidup. Manusia tidak hanya belajar dengan diri sendiri melainkan belajar dengan orang lain, lingkungan dan kondisi di sekitarnya, Muna N (2020). Kejenuhan belajar dapat berdampak negatif terhadap proses dan hasil belajar peserta didik meskipun peserta didik sudah melakukannya secara optimal.

Umumnya kegiatan pembelajaran yang dilakukan di SMA Karya 45 berlangsung secara tatap muka di dalam suatu ruang kelas. Namun sejak pandemi covid-19, kegiatan pembelajaran dilakukan secara daring (online). Dilansir dari website resmi Kemendikbud menjelaskan bahwa berdasarkan surat edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 tanggal 17 Maret 2020 tentang pembelajaran daring dalam rangka pencegahan Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19) (Kemendikbud, 2020). Pembelajaran daring adalah suatu pembelajaran dalam jaringan dengan menggunakan metode jarak jauh. Melalui daring berbasis *google classroom* dan *zoom meeting* peserta didik sudah

dapat melakukan proses pembelajaran. Selain itu peserta didik dapat mendapatkan materi dari guru dan mengirimkan tugas yang diberikan melalui internet (Tim Penulis UNIKA Soegijapranata, 2020). Meskipun pembelajaran dalam internet (Daring) merupakan suatu solusi pada masa pandemi COVID-19, namun juga memiliki kekurangan dan kendala dalam pelaksanaannya.

Bagi peserta didik belajar dari rumah dapat menimbulkan rasa bosan selama pembelajaran daring. Pembelajaran daring yang terlalu monoton, intonasi yang kurang bervariasi, dan tidak dapat berinteraksi secara langsung dengan peserta didik lain dan guru sangat membuat peserta didik merasa jenuh saat belajar. Rasa bosan dan kesepian merupakan gejala kejenuhan belajar (*Burnout*) (Tim Penulis UNIKA Soegijapranata). Selain itu juga pembelajaran yang kurang efektif dalam menyampaikan suatu materi dapat menyulitkan peserta didik dalam memahami materi tersebut, Hartanti (2018).

Menurut Ambarwati (2016), kejenuhan adalah tekanan yang sudah mencapai titik jenuh. Kejenuhan belajar peserta didik dapat mempengaruhi kondisi mental peserta didik yang mengalami rasa bosan dan lelah sehingga mengakibatkan timbul rasa lesu untuk melakukan aktivitas belajar. Kejenuhan belajar terjadi adanya tuntutan untuk selalu mematuhi aturan tugas-tugas yang diembankan kepada peserta didik. Selain itu, dapat terjadi apabila kegiatan proses pembelajaran selalu sama dengan yang dikerjakan oleh peserta didik di setiap harinya. Peserta didik cenderung bersikap sinis dan apatis terhadap pelajaran dengan sikap kurang percaya diri dan tidak bisa memahami pelajaran yang telah diterima, Pratiwi (2019).

Menurut Sari (2020), Kejenuhan belajar (*Burnout*) adalah dimana kondisi emosional dan fisik seseorang yang tidak dapat memproses suatu informasi karena tekanan yang sangat dalam sehingga tidak bersemangat untuk melakukan aktivitas belajar. Siswa yang mengalami kejenuhan belajar jika dibiarkan maka akan menghambat jalannya proses pembelajaran.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Pawicara dan Conili (2020), proses belajar dari rumah melalui daring di tengah pandemi Covid-19 memberikan dampak kejenuhan belajar peserta didik. Hal tersebut diketahui dari

indikator-indikator dari aspek kelelahan emosi, kelelahan fisik, kelelahan kognitif, dan kehilangan motivasi. Gejala-gejala tersebut diketahui melalui jawaban dari pertanyaan berupa wawancara, kuesioner, dan dokumentasi yang diberikan kepada peserta didik. Selanjutnya, hasil penelitian Pratiwi (2019) menunjukkan bahwa peserta didik merasakan kejenuhan belajar daring karena peserta didik dituntut untuk selalu siap di setiap jam pelajaran untuk absen dan mengerjakan berbagai tugas dari masing-masing pelajaran. Hal ini menyebabkan kualitas dan motivasi peserta didik menurun. Selain itu akses informasi yang terkendala oleh sinyal dikarenakan sebagian peserta didik berada di daerah dengan kekuatan sinyal yang lemah.

Pembelajaran daring penting untuk keberlanjutan pendidikan peserta didik, tetapi pembelajaran model ini diduga dapat menimbulkan burnout pada peserta didik SMA Mengingat data tentang pengaruh pembelajaran daring terhadap burnout peserta didik masih terbatas, maka perlu dilakukan penelitian yang mampu mengungkap kondisi burnout peserta didik SMA secara komprehensif.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana tingkat *burnout* belajar dari rumah pada masa pandemi Covid-19 peserta didik kelas XII SMA Karya 45?
2. Adakah perbedaan tingkat *burnout* belajar antara peserta didik laki-laki dan perempuan kelas XII SMA Karya 45?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dirumuskan, tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui tingkat *burnout* belajar dari rumah pada masa pandemi Covid-19 Peserta didik Kelas XII SMA Karya 45.
2. Untuk mengetahui perbedaan tingkat *burnout* belajar antara peserta didik laki-laki dan perempuan kelas XII SMA Karya 45.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan sumbangan positif khususnya kajian ilmu mengenai Kejenuhan Belajar (*Burnout*) sehingga dapat menjadi acuan dan referensi pada penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Sekolah, sebagai bahan rujukan bagi praktisi guru bimbingan dan konseling dalam mencapai keberhasilan prestasi belajar peserta didik.
2. Bagi peneliti, untuk menambah wawasan dan kemampuan berfikir mengenai penerapan teori yang telah didapat dari kuliah dan dimasukkan kedalam penelitian yang sebenarnya.
3. Bagi guru, membantu guru bimbingan dan konseling dalam menjalankan program layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusriani, A. Fauziddin, M. 2021. Strategi Orangtua Mengatasi Kejenuhan Anak Belajar dari Rumah Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1729-1740.
- Agustin, M. 2009. *Model Konseling Kognitif Perilaku untuk Menangani Kejenuhan Belajar Mahasiswa*. (Tesis tidak dipublikasikan). Bandung: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Aji, R. H. S. 2020. Dampak COVID-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan dan Proses Pembelajaran, *Jurnal Sosial dan Budaya Syar'i*, 7(5), 395-402.
- Al-Qawi, A. A. 2004. *Mengatasi Kejenuhan*. Jakarta: Khalifa.
- Ambarwati, N. A. 2016. Kejenuhan Belajar dan Cara Mengatasinya (Studi Komparasi Pembelajaran Agama Islam pada Pondok Pesantren An-Nuur, Al-Hikmah, dan Al-Hadid di Kecamatan Karangmojo, Kabupaten Gunungkidul, DIY). *Prosiding Interdisciplinary Postgraduate Student Conference*, 2, 9-16.
- Arianti, N. 2019. *Program Bimbingan dan Konseling untuk Mengatasi Kejenuhan Belajar: Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Cianjur Tahun Ajaran 2018/2019*. (Skripsi tidak dipublikasikan). Bandung: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Arifin, Z. 2020. Metodologi Penelitian Pendidikan. *Jurnal Al-Hikmah*.
- Azwar, S. 2003. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. 2008. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Djamarah, S. B. 2002. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Epstein, B. A. 1991. *Stress and Burnout in Library Service*. Phoenix: Oryx Press.
- Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya. 2017. *Buku Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Program Sarjana*. Indralaya: Universitas Sriwijaya.
- Ghufron, N. M. Risnawita, R. 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar- Ruzz Media.

- Gusty, S. 2020. *Belajar Mandiri: Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi COVID-19, Konsep, Strategi, Dampak, dan Tantangan*. Jakarta: Yayasan Kita Menulis.
- Hartanti, I. D.; Supriyanto, A; Ulfatin, N. 2018. Manajemen Penanganan Burnout dalam Meningkatkan Kinerja Tenaga Administrasi Sekolah. *Jurnal Administrasi dan Manajemen Pendidikan*, 1(3), 347-357.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. 2020. *Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Pendidikan dalam Masa Darurat COVID-19*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. 2020. *Mendikbud Terbitkan SE tentang Pelaksanaan Pendidikan dalam Masa Darurat COVID-19*. (<https://kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/mendikbud-terbitkan-se-tentang-pelaksanaan-pendidikan-dalam-masa-darurat-covid-19>, diakses 30 Maret 2021)
- Kurniawan, A. 2018. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Komalasari, G.; Wahyuni, E.; Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Lindeks
- Mailita; Basyir, M. N.; Abdullah, D. 2016. Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Kejenuhan Belajar Siswa di SMP Negeri Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 1(2), 14-26.
- Maslach, C.; Jackson, S. E.; Leiter, M. 1997. *Maslach Burnout Inventory Manual*. Dalam Zalaquett, C. P.; Wood, R. J. *Evaluating Stress: A Book of Resources* (hal. 191-216). Lanham: The Scarecrow Press.
- Muna, N. 2020. Strategi Guru BK dalam Mengatasi Burnout Study Siswa SMKN 1 Widasari. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 4(1), 81-92.
- Ningsih, L. K. 2020. *Kejenuhan Belajar Masa Pandemi COVID-19 Siswa SMTA di Kedungwungu, Indramayu*. (Skripsi tidak dipublikasikan). Sukoharjo:

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Purnama, R.; Harlina; Yosef. 2017. Hubungan antara *Academic Self-Confidence* dengan Kejenuhan (*Burnout*) Belajar Siswa SMK Negeri 1 Indralaya Utara. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling*, 4(2) 14-27.
- Purwanto, M. N. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Pratiwi, E. R. 2019. Kejenuhan Belajar Ditinjau dari Karakteristik Kepribadian. (Skripsi tidak dipublikasikan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Rahman, U. 2007. Mengenal Burnout Pada Guru. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*, 10(2), 216-227.
- Rangkuti, A.A., 2017. *Statistika Inferensial Untuk Psikologi & Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Riduwan, M.B.A., 2015. *Metode & Teknik Menyusun Proposal Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sari, P., Kholidin, F. I., & Edmawati, M. D. 2020. Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Bandar Lampung. *Journal of Guidance and Counseling Inspiration*, 1(1), 45-52.
- Sarwono. S. W. 2000. *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Scaufeli, W. B.; Enzmann, D. 1998. *The Burnout Companion to Study and Practice: A Critical Analysis*. Boca Raton: CRC Press.
- Scaufeli, W. B.; Maslach, C.; Marek, T. 2017. *Profesional Burnout Recent Developments in Theory and Research*. Oxon: Routledge.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sulastri, M.; Pudjawan, I. K. 2016. Program IPTEKS Bagi Masyarakat (IbM) Pendidikan di Desa Terpencil. *Widya Laksana*, 5(2), 100-110.
- Syah, M. 2003. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

- Vitasari, I. 2016. Kejenuhan Belajar Ditinjau dari Kesepian dan Kontrol Diri Siswa Kelas XI SMAN 9 Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 5(7).
- Wahyuni, E. D. 2018. Faktor-Faktor Penyebab Tingkat Kejenuhan Belajar Pendidikan Agama Islam (PAI) pada Jurusan PGSD di Universitas Islam Balitar. *Konstruktivisme*, 10(2), 154-16