

**SURVEI KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS VIII SMP  
NEGERI 2 BABAT SUPAT SAAT BELAJAR DI RUMAH**

**SKRIPSI**

Oleh

**Treza Rinanda Eggi Putri**

**NIM : 06071281722033**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2022**

**SURVEI KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS VIII SMP  
NEGERI 2 BABAT SUPAT SAAT BELAJAR DI RUMAH**

**SKRIPSI**

**Oleh**

**Treza Rinanda Eggi P**

**NIM : 06071281722033**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling**

**Disetujui untuk diajukan dalam ujian akhir program sarjana**

**Koordinator Program Studi,**



**Dra. Harlina, M.Sc**

**NIP. 195904251987032001**

**Pembimbing,**



**Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd**

**NIP. 199301252019032017**

**SURVEI KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2  
BABAT SUPAT SAAT BELAJAR DI RUMAH**

**SKRIPSI**

**Oleh**

**Treza Rinanda Eggi P**

**NIM : 06071281722033**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling**

**Mengesahkan :**

**Dosen Pembimbing**



**Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd**

**NIP. 199301252019032017**

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan,**



**Dr. Aziizah Husin, M.Pd**

**NIP. 196006111987032001**

**Koordinator Program Studi**



**Dra. Harlina, M.Sc**

**NIP. 195904251987032001**

**SURVEI KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS VIII SMP  
NEGERI 2 BABAT SUPAT SAAT BELAJAR DI RUMAH**



**SKRIPSI**

Oleh  
**Treza Rinanda Eggi P**  
NIM : 06071281722033

**Telah diujikan dan lulus pada**

Hari : Jumat  
Tanggal : 18 Maret 2022

**TIM PENGUJI**

1. Ketua : **Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd**   
2. Anggota : **Risma Anita Puriani, M.Pd** 

**Indralaya, 28 Maret 2022**  
**Mengetahui, Koordinator Prodi**  
**BK**



**Dra. Harlina, M.Sc**  
**NIP. 195904251987032001**

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Treza Rinanda Eggi P

Nim : 06071281722033

Program Studi : Bimbingan Konseling

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Survei Kejenuhan Belajar Di Rumah Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Babat Supat” adalah benar-benar hasil saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 17 Tahun 2020 mengenai Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila kelak ditemukan dalam skripsi ini dan/ pengaduan pihak lain terhadap keaslian skripsi saya, saya bersedia menanggung sanksi yang diberikan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh dan tidak dibawah paksaan pihak manapun.

Indralaya, 10 Februari 2022

Yang membuat pernyataan



Treza Rinanda Eggi P

NIM. 06071281722033

## **HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO HIDUP**

Jika salah tidak masalah, jangan menyerah dan terus berusaha.

Ketika lelah maka beristirahatlah namun jangan pernah berputus asa.

### **PERSEMBAHAN**

Tugas akhir ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri, Ibu dan Ayah, adik, para Anak Emak (Reina, Gami dan Ninda) serta Aliyah dan Bang Ugas yang senantiasa mendukung, mendo'akan juga mengingatkan saya untuk mengerjakan skripsi sampai tuntas.

## PRAKATA

Skripsi dengan judul “ Survei Kejenuhan Belajar di Rumah Siswa Kelas VIII SMPN 2 Babat Supat” ini 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 menyelesaikan Skripsi ini penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada ibu Fadhlina Rozzaqyah, S.Pd, M.Pd selaku dosen pembimbing skripsi. Atas segala arahan dan bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan ini, peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Dr. Hartono, M.A. dekan FKIP Universitas Sriwijaya, Dr. Azizah Hussin, S.Pd, M.Pd. Selaku ketua jurusan FKIP Universitas Sriwijaya, Dra. Harlina, M.Sc. Selaku koordinator program studi Bimbingan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya yang telah membantu memberikan kemudahan administrasi selama penulisan skripsi. Ucapan terima kasih juga diberikan kepada ibu dan bapak penguji yang telah memberikan saran untuk perbaikan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen program studi bimbingan dan konseling yang telah memberikan pengajarannya selama penulis mengikuti pendidikan di FKIP Universitas Sriwijaya.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat terutama sebagai bahan program studi Bimbingan Konseling dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni.

Indralaya, 28 Maret 2022

  
Treza Rinanda Eggi P

NIM. 06071281722033

## DAFTAR ISI

Halaman Pengesahan Skripsi .....	i
Halaman Pengesahan Skri[Psi Oleh Dosen Pembimbing .....	ii
Halaman Pengesahan Skri[Psi Oleh Tim Penguji .....	iii
Pernyataan .....	iv
Halaman Motto Dan Persembahan.....	v
Motto Hidup.....	v
Persembahan .....	v
Prakata.....	vi
Daftar Isi.....	vii
Daftar Tabel .....	x
Daftar Gambar.....	xi
Daftar lampiran .....	xii
Abstrak .....	xiii
Abstract .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	5
1.4.2 Manfaat Praktis .....	5
<b>BAB IITINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
2.1 Kejenuhan Belajar.....	7
2.1.1 Pengertian Kejenuhan Belajar.....	7
2.1.2 Aspek Kejenuhan Belajar.....	8
2.1.3 Faktor yang mempengaruhi kejenuhan belajar .....	9
2.1.4 Ciri-Ciri Kejenuhan Belajar.....	11
2.2 Siswa .....	12
2.2.1 Definisi Siswa .....	12



2.2.2	Kebutuhan-kebutuhan Siswa.....	13
2.2.3	Tugas Perkembangan Siswa.....	13
2.2.4	Karakteristik dan Perbedaan Siswa.....	14
2.3	Belajar Di Rumah.....	15
2.3.1	Tujuan Belajar Di Rumah .....	15
2.3.2	Sasaran BDR .....	16
2.3.3	Metode Pelaksanaan BDR .....	17
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>		<b>19</b>
1.1	Metode Penelitian.....	19
1.2	Variabel Penelitian .....	19
1.3	Populasi dan Sampel .....	19
1.3.1	Populasi .....	19
1.3.2	Sampel.....	20
1.4	Lokasi Penelitian.....	21
1.5	Teknik Pengumpulan Data .....	21
1.5.1	Definisi Oprasional dan Kisi-Kisi Instrumen.....	21
1.6	Uji Instrumen Penelitian .....	22
1.6.1	Uji Validitas Instrumen .....	22
1.6.2	Uji Reliabilitas Instrumen .....	24
1.7	Teknik Analisis Data.....	25
1.8	Prosedur Penelitian.....	26
1.8.1	Tahap Persiapan .....	26
1.8.2	Tahap Penelitian.....	26
1.8.3	Tahap Akhir .....	27
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>28</b>
4.1	HASIL.....	28
4.1.1	Data Kejenuhan Belajar.....	28
4.2	Pembahasan.....	35
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	38
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>39</b>

5.1 Simpulan .....	39
5.2 Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA .....	41
LAMPIRAN.....	44

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Populasi seluruh kelas VIII.....	20
Tabel 3.2. Sampel seluruh kelas VIII.....	21
Tabel 3.3. Alternatif Jawaban Instrumen .....	21
Tabel 3.4. Rancangan Kisi-kisi Skala Kejenuhan Belajar .....	22
(Sebelum di uji).....	22
Tabel 3.5. Skala Kejenuhan Belajar ( Sesudah di Uji).....	23
Tabel 3.6. Koefisien Reliabilitas .....	25
Tabel 3.7. Kategorisasi Skala Kejenuhan Belajar di Rumah .....	26
Tabel 4.1. Gambaran Kejenuhan Belajar .....	28
Tabel 4.2. Data Kejenuhan Belajar .....	30
Tabel 4.3. Penskoran Kejenuhan Belajar Di Rumah.....	30
Tabel 4.4. Kejenuhan Belajar Di Rumah .....	30
Tabel 4.5 Hasil Mean Pada Tiap Indikator Kejenuhan Belajar Di Rumah .....	32
Tabel 4.6. Kejenuhan Belajar Siswa Perempuan dan Laki-Laki Kelas VIII SMPN 2 Babat Supat .....	32

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kejenuhan Belajar Siswa Kelas VIII .....	31
Gambar 2. Kejenuhan Belajar Siswa Perempuan Kelas VIII SMPN 2 Babat Supat .....	33
Gambar 3. Kejenuhan Belajar pada Siswa Laki-Laki Kelas VIII SMPN 2 Babat Supat.....	34

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Pemilihan Judul .....	44
Lampiran 2. SK Pembimbing.....	45
Lampiran 3. Kartu Pembimbingan Skripsi dalam Bahasa Indonesia.....	47
Lampiran 4. Izin Penelitian .....	49
Lampiran 5. Balasan Sekolah.....	51
Lampiran 6. Validasi Ahli (1) .....	52
Lampiran 7. Validasi Ahli (2) .....	57
Lampiran 8. Instrumen Revisi.....	60
Lampiran 9. Tabulasi Data Uji Validitas .....	63
Lampiran 10. Tabulasi Data Uji Reliabilitas.....	64
Lampiran 11. Instrumen yang telah di validasi .....	65
Lampiran 12. Tabulasi Data Penelitian .....	67
Lampiran 13. Screenshot Studi Pendahuluan .....	71
Lampiran 15. Alat Pengambilan Sampel .....	77
Lampiran 16. Bebas Pustaka FKIP Unsri .....	78
Lampiran 17. Bebas Pustaka Perpustakaan UNSRI .....	79
Lampiran 18. Turnitin .....	80

# **SURVEI KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 BABAT SUPAT SAAT BELAJAR DI RUMAH**

**Treza Rinanda Eggi P<sup>1</sup>, Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Mahasiswa bimbingan dan konseling, Universitas Sriwijaya

<sup>2</sup>Dosen bimbingan konseling, Universitas Sriwijaya

## **ABSTRAK**

Pandemi Covid-19 mengubah sistem pembelajaran sekolah menjadi pembelajaran jarak jauh atau belajar dari rumah (BDR) yang menghubungkan siswa dengan guru hanya menggunakan jaringan internet dan berkurangnya interaksi keduanya, hal ini dapat menyebabkan kejenuhan belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran kejenuhan belajar secara keseluruhan maupun berdasarkan jenis kelamin (laki-laki / perempuan) pada siswa kelas VIII SMPN 2 Babat Supat. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan desain survei. Sampel pada penelitian ini sebanyak 106 siswa yang ditentukan dengan teknik random sampling (acak) pada populasi 146 siswa kelas VIII SMPN 2 Babat Supat. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kejenuhan belajar, teknik analisis data menggunakan rumus persentase. Hasil penelitian diperoleh data sebanyak 35% (37) siswa mengalami kejenuhan belajar pada kategori Tinggi dan diikuti 25% (26) Sangat Tinggi, 21% (22) Sedang, 17% (18) Rendah, 3% (3) Sangat Rendah, dan pada siswa laki-laki sebagian besar berada pada kategori tinggi sebesar 33% dari 17 siswa dan 37% dari 20 siswa. Berdasarkan hasil tersebut disarankan kepada guru dan pihak sekolah agar pembelajaran dilakukan dengan cara yang lebih kreatif dan inovatif lagi sehingga tidak monoton serta mengurangi beban memberikan soal berlebihan untuk mengejar materi yang tertinggal.

***Kata Kunci*** : *Kejenuhan, Belajar, BDR*

## **SURVEY OF ACADEMIC BURNOUT IN CLASS VIII SMP NEGERI 2 BABAT SUPAT**

**Treza Rinanda Eggi P<sup>1</sup>, Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Student of Guidance and Counseling, Sriwijaya University

<sup>2</sup>Lecture of Guidance and Counseling, Sriwijaya University

### **ABSTRACT**

The Covid-19 pandemic has changed the school learning system into distance learning that connects students with teachers only using the internet network and the reduced interaction between the two, this can cause academic burnout. This study aims to get an overview of academic burnout as a whole as well as by gender (male) male / female) in class VIII SMPN 2 Babat Supat. This study uses a quantitative descriptive method with a survey design. The sample in this study was 106 students who were determined by random sampling technique (random) in a population of 146 class VIII students of SMPN 2 Babat Supat. The data collection technique used the academic burnout scale. The data analysis technique used the percentage formula. The results showed that 35% (37) students experienced academic burnout in the High category and followed by 25% (26) Very High, 21% (22) Medium, 17% (18) Low, 3% (3) Very Low, and the male students were mostly in the high category by 33% of 17 students and 37% of 20 students. Based on these results, it is suggested to teachers and schools so that learning is carried out in a more creative and innovative way so that it is not monotonous and reduces the burden of giving excessive questions to catch up on lagging material.

**Keywords** : *Academic, Burnout, BDR*

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Pada akhir 2019 dunia dikhawatirkan dengan adanya penyebaran virus Corona yang lebih dikenal dengan Covid-19. Virus ini menyebar dengan cepat sehingga membuat lonjakkan kasus terinfeksi, hingga sampai sekarang Covid-19 belum juga teratasi dengan optimal dan munculnya berbagai varian baru.

Setelahnya banyak kasus yang meningkat perharinya. Kemenkes (2020) mudahnya virus Covid-19 menginfeksi bahkan dari udara membuat pemerintah mengambil keputusan untuk melakukan *Social Distancing*, yaitu menjaga jarak satu dengan yang lain sejauh 1 meter, dilarang bersalaman, tidak mengadakan pertemuan masyarakat, hiburan bersama dan lain sebagainya. Individu benar-benar di karantina di rumahnya, memberlakukan *Work From Home* (Kerja dari rumah) bahkan penutupan tempat-tempat ramai termasuk instansi pendidikan.

Dalam Keputusan Bersama 4 Menteri Tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19 memutuskan jika pembelajaran di masa pandemi *Corona Virusdisease* (2019) dilakukan dengan pembelajaran tatap muka terbatas dengan tetap menerapkan protokol kesehatan atau pembelajaran jarak jauh. Kementerian kesehatan diikuti surat edaran Kemendikbud nomor 4 tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran *Corona Virusdisease* (COVID-19), yakni kebijakan belajar di rumah. Hal ini tentunya mengubah secara mendadak sistem pembelajaran yang biasanya dilaksanakan secara tatap muka langsung berubah menjadi sistem pembelajaran jarak jauh dengan memanfaatkan jaringan internet. Cara pembelajaran ini termasuk hal baru bagi peserta didik termasuk pendidik di Indonesia.

Belajar di rumah diterapkan di seluruh jenjang pendidikan, mulai dari taman kanak-kanak hingga perguruan tinggi guna mencegah penularan virus covid-19 pada kluster sekolah. Perubahan ini memberikan beberapa dampak seperti yang disebutkan Syaharudin (dalam Sari, dkk., 2021) jika dampak yang muncul ketika



pembelajaran daring berkaitan dengan masalah teknis maupun proses pembelajaran itu sendiri, antara lain mahalnnya harga kuota internet, sinyal yang kurang lancar, pengetahuan mengoprasikan aplikasi belajar daring yang masih kurang, hingga rendahnya partisipasi siswa saat pembelajaran daring berlangsung. Adapun pendapat lain yang disampaikan oleh Sari, dkk., (2021) yang menyebutkan beberapa dampak yang dirasakan oleh guru ialah tidak semua ahli dalam menggunakan aplikasi penunjang belajar maupun teknologi internet serta sosial media sebagai sarana pembelajaran, beberapa guru senior bahkan perlu pendampingan dan pelatihan dahulu karena belum sepenuhnya mampu menggunakan perangkat kegiatan pembelajaran online. Pembelajaran daring yang dilakukan di rumah, memungkinkan guru kurang maksimal dalam memberikan materi pembelajaran. Sehingga materi yang diberikan tidak tuntas dan penggunaan media pembelajaran daring belum digunakan secara maksimal. Hal ini dapat memicu peserta didik merasa sangat bosan dengan tugas yang diberikan setiap harinya dan menimbulkan kejenuhan belajar.

Menurut KBBI, jenuh diartikan sebagai jemu atau bosan. Kondisi dimana pikirannya tidak mampu lagi untuk memproses pengalaman baru sesuai yang diharapkan. Kejenuhan ialah perasaan lelah baik fisik, mental serta emosionalnya yang disebabkan tuntutan pekerjaan atau belajar yang meningkat. Jenuh juga dikatakan sebagai padat atau penuh, sehingga tidak dapat memuat apapun lagi.

Agustina, dkk., (2019) mengartikan kejenuhan belajar ialah seseorang yang mengalami perasaan bosan dan lelah yang sangat berat, kondisi mental seperti ini yang mampu menimbulkan rasa lesu, tidak bersemangat dan kehilangan minat dalam melakukan kegiatan belajar. Selanjutnya Reber (dalam Sutarjo., dkk., 2014) menyebutkan seseorang yang mengalami kejenuhan belajar, sebagian waktunya digunakan untuk belajar tetapi tidak mendatangkan hasil.

Sejalan dengan pendapat diatas, Sutjipto (2014) menyatakan bahwa kejenuhan adalah bentuk dari perubahan kondisi psikologis berupa keletihan fisik (*physical exhaustion*), keletihan emosional (*emotional exhaustion*) dan keletihan

mental (*mental exhaustion*). Dapat dikatakan bahwa kejenuhan yang dialami peserta didik bermula dari perubahan kondisi psikologisnya. Perubahan kondisi psikologis ini dapat ditunjukkan pada perilaku siswa yang membolos sekolah, tidak memperhatikan pelajaran dan sebagainya, hal ini diperkuat oleh pendapat Nurmalasari (dalam Agustina, dkk., 2019) peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar menampakkan tingkah laku bolos sekolah, mencontek, tidak memperhatikan materi, cemas saat ulangan, tidak menguasai materi, tidak betah di sekolah, takut terhadap guru, tidak mampu berkonsentrasi di kelas, ingin pindah kelas, jenuh terhadap penambahan pelajaran, takut terhadap beberapa pelajaran tertentu, gelisah dihadapkan materi yang sulit, panik dihadapkan tugas yang sulit, tidak percaya diri dan memberikan dampak akademik antara lain motivasi belajar rendah serta tidak berhasil menguasai materi.

Hasil penelitian Agustin (dalam Agustina, 2019) terhadap dampak dari kejenuhan belajar adalah menjadi suka marah-marah, susah tidur, tidak peduli terhadap tugas sekolah, mudah tersinggung, sering gelisah dan merasa rendah diri. Berbagai dampak kejenuhan belajar dapat mempengaruhi siswa di sekolah dan kejenuhan belajar ini disebabkan oleh beberapa hal seperti yang disebutkan oleh Ningsih (2020) dalam penelitiannya mengenai penyebab kejenuhan belajar masa pandemi Covid-19 ialah kesulitan siswa dalam memahami materi, banyaknya tugas yang diberikan oleh guru, tidak ada teman belajar saat pembelajaran jarak jauh, berkurangnya konsentrasi belajar, proses belajar mengajar masa pandemi, dan kendala pembelajaran jarak jauh.

Jika kejenuhan belajar dibiarkan dalam jangka waktu yang panjang dapat berisiko memperburuk kondisi psikologis siswa yang mempengaruhi kualitas diri siswa. Kejenuhan belajar di SMP Negeri 2 Babat Supat didapatkan berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara tertutup pada tanggal 5 April 2021 kepada 4 orang siswa dengan 7 pertanyaan spesifik antara lain : (1) Apakah anda sering merasa malas karena terlalu banyak tugas yang diberikan guru ? (2) Apakah anda sering kelelahan dan pusing karena materi pelajaran sering tidak dimengerti ? (3) Apakah akhir-akhir ini anda cepat marah karena

terlalu banyak tugas ? (4) Apakah belajar online menyenangkan ? (5) Apakah anda lebih mengerti pelajaran saat di sekolah daripada belajar di rumah? (6) Apakah anda lebih menyukai belajar disekolah ? (7) Apakah anda memiliki kendala saat belajar online ? Berdasarkan wawancara tersebut, diperoleh jika mereka merasa bosan, lelah, cepat marah, dan tidak mengerti dengan materi ketika disampaikan. Hal ini didukung dengan adanya wawancara yang dilakukan kepada seorang guru mata pelajaran jika belajar di rumah menyebabkan siswa bosan, tidak aktif selama pembelajaran, sering telat mengumpulkan tugas dan sering tidak hadir. Beberapa penelitian mempertegas jika kejenuhan belajar juga dapat terjadi pada siswa SMP seperti penelitian yang dilakukan oleh Adriani,. dkk. (2021) dalam penelitiannya, ia menyebutkan jika sebanyak 70,31% siswa kelas VIII mengalami kejenuhan belajar pada kategori “Tinggi”, kemudian penelitian yang dilakukan oleh Sari,. dkk (2019) juga menyatakan jika sebanyak 46,7% siswa SMP Bandar Lampung termasuk dalam kategori “Sedang”. Berdasarkan hal tersebut, siswa SMP Negeri 2 Babat Supat juga memiliki kecenderungan Kejenuhan Belajar.

Hasil diatas menunjukkan permasalahan atau perilaku belajar siswa yang kurang baik dan menimbulkan ketidakefektifan dalam proses belajar. Rozzaqyah (2021) Ketidakefektifan dalam pembelajaran, kebosanan, hingga menurunnya prestasi belajar adalah ciri kejenuhan belajar. Jika hal tersebut tidak segera ditangani, maka akan menimbulkan dampak buruk bagi peserta didik.

Berdasarkan uraian diatas, mengidentifikasi kejenuhan belajar siswa SMPN 2 Babat Supat perlu dilakukan. Maka, peneliti melakukan penelitian dengan judul **Survei Kejenuhan Belajar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Babat Supat Saat Belajar Di Rumah.**

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang tersebut, maka rumusan masalah yang dikaji adalah :

1. Bagaimana tingkat kejenuhan belajar pada siswa kelas VIII SMPN 2 Babat Supat saat belajar di rumah ?

2. Bagaimana tingkat kejenuhan belajar pada siswa perempuan dan laki-laki kelas VIII SMPN 2 Babat Supat saat belajar di rumah ?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

1. Mengetahui tingkat kejenuhan belajar siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Babat Supat saat belajar di rumah.

2. Mengetahui tingkat kejenuhan belajar pada siswa perempuan dan laki-laki kelas VIII SMPN 2 Babat Supat saat belajar di rumah.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan baik secara teoritis maupun praktis.

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan untuk perkembangan ilmu dalam bidang Bimbingan dan Konseling, terutama yang berkaitan dengan kejenuhan belajar pada siswa saat pembelajaran daring. Serta diharapkan dapat dijadikan rujukan untuk penelitian selanjutnya dalam kajian yang sama tetapi ruang lingkup yang jauh lebih luas.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

a. Bagi Siswa

Mengetahui dan mengenali ketika siswa mengalami kejenuhan belajar, diharapkan siswa mampu mengatasi kejenuhan belajar yang dialami dirinya atau meminimalisir sehingga kejenuhan tersebut tidak dialami dalam jangka waktu lama.

b. Bagi Guru BK

Sebagai acuan dalam mengembangkan literatur BK sehingga dapat membantu guru, siswa, orangtua untuk mengevaluasi dan mengatur strategi mengatasi kejenuhan belajar.

c. Bagi Guru Mata Pelajaran

Menjadi acuan guru agar lebih mengembangkan teknik mengajar sehingga mampu mengatasi kejenuhan belajar di rumah yang dialami siswa.

d. Bagi Sekolah

Menjadi bahan informasi dan masukkan untuk mengurangi kejenuhan belajar yang di alami peserta didik.

e. Bagi Penelitian Selanjutnya

Menjadi penambah pengetahuan serta pengalaman ketika akan meneliti tentang kejenuhan belajar siswa di sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, P., Bahri, Syaiful, B., & Bakar, A. (2019). Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Kejenuhan Belajar pada Siswa dan Usaha Guru BK Untuk Mengatasinya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4 (1), 96–102.
- Ahmadi, Abu dan Widodo Supriyono. (2013). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitiann: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bahrer-Kohler, S. (2012). *Burnout for Expert : Prevention in the context of living and working*. London : Springer Science & Business Media.
- Christiana, Elisabeth. 2020. Burnout Akademik Selama Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional dan Konseling Mengukuhkan Eksistensi Peran BK Pasca Pandemi Covid-19 di Berbagai Setting Pendidikan*.
- Desmita. (2013). *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Djamarah, Syarifudin Bahri. (2011). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Hamalik, Oemar. 2013. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Hurlock, Elizabeth B. (2018). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Kemendikbud. (2020). SE Nomor 15 Tahun 2020 *Tentang Pedoman Penyelenggaraan Belajar Dari rumah Dalam Masa Darurat penyebaran Covid-19*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kemendikbud. (2020) SE Mendikbud Nomor 4 Tahun 2020 *Tentang Pendidikan Dalam Masa Darurat Covid-19*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kementrian Kesehatan RI. *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19)*. Kementrian Kesehatan RI; 2020.
- Khairani, Y., & Ifdil. (2015). *Konsep Burnout pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*. *Konselor*. 4 (4), 208-214.
- Khaira, Nia Alfi. (2018). Penerapan Teknik *Self Intruction* untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa. *Jurnal Pencerahan*. 12 (2), 172-200

- Kurnia, Dedeh. (2021). Dinamika Gejala Kejenuhan Belajar Siswa Pada Proses Belajar Online Faktor-Faktor Yang Melatarbelakangi Dan Implikasinya Pada Layanan Bimbingan Keluarga (Penelitian terhadap siswa kelas VIII MTs Negeri 3 Bandung Tahun Pelajaran 2020/2021). *TEACHING: Jurnal Inovasi Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Vol. 1, No.1.*
- Lisnawati, Lilis., Siti Suryaningsih., dan Buchori Muslim. (2020). Penerapan model *Quantum Learning* Sebagai Upaya Menurunkan Kejenuhan Belajar Siswa Dalam Mempelajari Kimia. *Jambura Journal of Educational Chemistry. 2* (1).
- Maharani, Dea Mukti (2019). Hubungan Antara *Self-Esteem* Dengan *Academic Burnout* Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Semarang. *Skripsi.* Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Morrisan. (2014). *Metode Penelitian Survei.* Jakarta: Kencana.
- Muna, N.R. (2013). Efektifitas Teknik *Self Regulation Learning* Dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa di Sma Insan Cindekia Sekarkemuning Cirebon. *Jurnal Holistik Vol.14, No. 02.*
- Mukti, Bani. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Efikasi Diri Akademik: *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Univeristas Ahmad Dahlan.* Hal 314-347.
- Ningsih, Laras Kristia. (2020). Kejenugan Belajar Masa Pandemi Covid-19 Siswa Smta di Kedungwungu Indramayu. *Skripsi.* Surakarta: universitas muhammadiyah surakarta.
- Pawicara, Ruci, dan Maharani Colline. (2020). “Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi Iain Jember Di Tengah Pandemi Covid-19.”. *Alveoli: Jurnal Pendidikan Biologi* 1(1):29-38.
- Primita, H.Y., & Wulandari, D.A. (2014). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan Burnout pada atlet bulutangkis di purwokerto (Relationship between achivement motivation with burnout in badminton athletes in purwokerto). *Psycho Idea. 12 (1), 10-18.*
- Putro, Khamim Zarkasih. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama. 17 (1), 25-32.*
- Rozzaqyah, Fadhlina. (2021). Hubungan Kejenuhan Belajar dalam Jaringan dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling. Vol.8, No.1.*

- Rohimah, Siti. (2020). Kejenuhan Belajar dalam Perspektif Teori Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy*. Skripsi: Pekanbaru: UIN Suska Riau.
- Sari, Ria Puspita., dkk. (2021). Dampak pembelajaran daring bagi siswa sekolah dasar selama covid-19. *Jurnal ilmiah kependidikan*. 2 (1), 9-15.
- Sari, Permata., dkk. (2020). Tingkat kejenuhan belajar siswa sekolah menengah permata di kota Bandar Lampung. *JGCI*. 1 (1), 45-52.
- Sutarjo, Ip. E., Arum, D. W., & Suarni, N. K. (2014). *Efektivitas Teori Behavioral Teknik Relaksasi dan Brain Gym Untuk Menurunkan Burnout Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium UNDIKSHA SINGARAJA Tahun Pelajaran 2013/2014*. *E-Journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling*, 2(1).
- Syah, M. (2020). *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Vitasari, i. (2016). Kejenuhan belajar ditinjau dari kesepian dan kontrol diri Siswa Kelas XI SMAN 9 Yogyakarta. *E-journal bimbingan dan konseling*, 7(5), 60-75.
- Widari, Ni Kdik. 2014. *Penerapan teori konseling rasional emotif behavioral dengan teknik relaksasi untuk menurunkan kejenuhan belajar siswa kelas x mia 2 SMA Negeri 2 Singaraja*. *E-journal Undiksha*.
- World Health Organization (WHO). <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>. Diakses pada 20 Maret 2020.
- Yohana, dkk. Efektivitas Pembelajaran Daring Pada Program Studi Ekonomi Koperasi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Qamarul Huda Badaruddin. *Jurnal Tirai Edukasi Vol 1, No 4, 2020*.