STUDI DESKRIPTIF *BURNOUT* PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING 2021 SELAMA PEMBELAJARAN JARAK JAUH DI MASA PANDEMI COVID-19

SKRIPSI

Oleh

MUHAMMAD ZULCHAIDIR

NIM: 06071381722059

Program Studi Bimbingan dan Konseling

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2022

STUDI DESKRIPTIF *BURNOUT* PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING 2021 SELAMA PEMBELAJARAN JARAK JAUH DI MASA PANDEMI COVID-19

SKRIPSI

Oleh
Muhammad Zulchaidir
NIM: 06071381722054
Program Studi Bimbingan dan Konseling

Mengesahkan
Pembimbing,

Dra. Harlina, M.Sc
NIP. 1959041987032001

Mengetahui,

Ketua Jurusan,	**PTH Program Studi**
Dr. Azizah Husin, M.Pd.	**Dr. Azizah Husin, M.Pd.**
NIP. 196006111987032001	**NIP. 196006111987032001**

Universitas Sriwijaya

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Zulchaidir
NIM 06071381722059
Program Studi : Bimbingan dan konseling

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul "Studi Deskriptif *Burnout* pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling 2021 Selama Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19" ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidakmelakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila dikemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalamskripsi ini dan/atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini. Saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sungguh tanpa paksaan dari pihak manapun

Palembang 15 Maret 2022
Yang membuat pernyataan,

Muhammad Zulchaidir
NIM. 06071381722059

PRAKATA

Skripsi dengan judul "Studi Deskriptif *Burnout* pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling 2021 Selama Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19". 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 mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Hartono, M.A., Sebagai Dekan FKIP Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Dr. Azizah Husin, M.Pd., Sebagai Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan.
3. Ibu Dra. Harlina, M.Sc. Sebagai Ketua Program Studi Bimbingan dan Konselingdan pembimbing skripsi terimakasih atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan dan pembuatan skripsi ini.
4. Ibu Risma Anita Puriani, M.Pd., Sebagai Pembimbing Akademik atas segala bimbingan yang telah diberikan selama perkuliahan.
5. Bapak Dr. Yosef, M.A., Bapak Drs. Imron, A. Hakim, M.S., Ibu Ratna Sari Dewi, M.Pd., Bapak Drs. Syarifuddin Gani, M.Si. Kons, Ibu Rani Mega Putri, M.Pd., Bapak Sigit Dwi Sucipto, M.Pd., Ibu Nurwisma, S.Pd.I, M.Pd., Ibu Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd., Silvia AR, M.Pd., Sebagai dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu kepada Saya.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Bimbingan dan Konsling serta pengembangan Ilmu Pengetahuan, Teknologi dan Seni.

Palembang 15 Maret 2022

Yang membuat pernyataan,

Muhammad Zulchaidir

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim.

Kupersembahkan kepada Allah SWT. Atas berkat dan rahmat serta kesempatan yang telah diberikan kepada Saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi Saya walaupun banyak kekurangannya. Segala puji dan syukur kuucapkan kepada-Mu Ya Rabb, karena sudah menghadirkan orang-orang yang berarti dan selalu memberikan semangat dan doa. Sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Untuk karya yang sederhana ini saya persembahkan kepada:

- Kedua orang tua tercinta dan tersayang, yakni Ayahanda Handiko dan Ibunda Megawati. Karena apa yang saya dapatkan hari ini, belum mampu membayar segala kebaikan dan pengorbanan dari kedua orang tua Saya baik itu keringat, kasih sayang dan juga air mata. Terima kasih atas segala dukungan ayah dan ibu baik dalam bentuk materi, dukungan, dan semangat skripsi ini saya persembahkan untuk kalian, sebagai bentuk wujud terima kasih Saya atas pengorbanan dan jerih payah kalian sehingga Saya bisa menggapai cita-cita yang Saya inginkan.
- Untuk adikku tersayang, Zakiyyah Nur Aini. Terima kasih memberikan semangat dan dukungan untuk dapat bekerja sama selama saya mengerjakan skripsi.
- Dosen pembimbing skripsi, Ibu Dra. Harlina, M.Sc., terima kasih sudah menjadi orang tua kedua saya di kampus dan terima kasih atas bantuannya, nasihat yang diberikan, bimbingan serta ilmu yang selama ini di ajarkan kepada Saya dengan rasa tulus dan ikhlas.
- Dosen pembimbing akademik, Ibu Risma Anita Puryani, M.Pd., terima kasih telah memberikan bimbingan serta nasihat bahkan ilmu yang telah diberikan kepada saya.
- Dosen-dosen FKIP BK UNSRI kepada Bapak Dr. Yosef, M.A., Bapak Drs. Imron, A. Hakim, M.S., Ibu Ratna Sari Dewi, M.Pd., Bapak Drs. Syarifuddin Gani, M.Si. Kons, Ibu Rani Mega Putri, M.Pd., Bapak Sigit Dwi

Sucipto, M.Pd., Ibu Nurwisma, S.Pd.I, M.Pd., Ibu Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd., Silvia AR, M.Pd.

- Untuk orang tersayang, Sekar Arum Dewa Brata terima kasih telah memberikan support, dukungan, masukan dalam pengerjaan skripsi ini.
- Untuk teman-teman seperjuangan selama kuliah, BK 2017 Palembang dan Inderalaya, terima kasih telah memberikan kesan yang baik selama perkuliahan.
- Dan tentunya saya mengucapkan terima kasih kepada adik-adik BK 2020 Palembang dan Inderalaya yang telah memmbantu saya dalam penelitian.
- Dan terakhir untuk almamaterku.

MOTTO

Kesuksesan tidak dapat tercapai karena terlalu banyak berencana, banyak berfikir dan tidak ada aksi

-Muhammad Zulchaidir-

DAFTAR ISI

PERNYATAAN……...ii

PRAKATA……...iii

HALAMAN PERSEMBAHAN……..iv

MOTTO……...…vi

DAFTAR ISI……....vii

DAFTAR TABEL……....x

DAFTAR LAMPIRAN……....xi

ABSTRAK……....xii

ABSTRACT……..xiii

BAB I ……1

1.1. Latar Belakang.....1

1.2. Rumusan Masalah 3

1.3. Tujuan Penelitian.....3

1.4. Manfaat Penelitian.....3

1.4.1 Manfaat Teoritis.....3

1.4.2 Manfaat praktis.....4

BAB II……5

2.1 *Burnout* 5

2.1.1 Pengertian Burnout.....5

2.1.2 Faktor-Faktor Burnout.....8

2.1.3 Aspek-Aspek Burnout.....9

2.1.4 Dimensi Burnout ***10***

2.1.5 Cara Mengatasi Kejenuhan (Burnout) Belajar ***12***

2.2 Pembelajaran Jarak Jauh **13**

2.2.1 Pembelajaran Jarak Jauh ***13***

2.2.2 Macam-Macam Pembelajaran Jarak Jauh ***13***

2.2.3 Pemanfaatan Platform dalam Pembelajaran Daring ***14***

2.2.4 Media Platform dalam Pembelajaran Daring ***15***

2.3 Masa Pandemi Covid-19 ..... **17**

2.3.1 Pengertian Masa Pandemi Covid-19 ..... ***17***

BAB III **19**

3.1 Jenis Penilitian **19**

3.2 Variabel Penelitian **19**

3.3 Definisi Operasional Variabel **19**

3.4 Tempat dan Lokasi Penelitian **20**

3.5 Subjek Penelitian **20**

3.5.1 Populasi ***20***

3.5.2 Sampel ***21***

3.6 Teknik Pengumpulan Data **22**

3.7 Teknik Analisis Data **27**

3.8 Deskripsi Persiapan Penelitian **28**

BAB IV **30**

4.1 Hasil Penelitian **30**

4.2 Deskripsi Hasil Burnout Mahasiswa BK 2021 Selama PembelajaranJarak Jauhdi Masa Pandemi Covid-19 ..... **30**

4.2.1. Kelelahan secara fisik ***31***

4.2.2. Identifikasi Kelelahan Emosional*.....*32

***4.2.3.* Identifikasi Kelelahan Mental……...34**

***4.2.4.* Identifikasi Rendahnya Penghargaan Terhadap Diri Sendiri……...35**

4.3 Pembahasan……37

4.4 Keterbatasan Penelitian……40

BAB V…….45

5.1. Kesimpulan.....45

5.2. Saran 45

DAFTAR PUSTAKA……43

LAMPIRAN……...46

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1.....20
Tabel 3. 2……22
Tabel 3. 3 24
Tabel 3. 4……26
Tabel 3. 5 27
Tabel 3. 6……27
Tabel 4. 1 30
Tabel 4. 2……31
Tabel 4. 3 32
Tabel 4. 4……34
Tabel 4. 5……36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1……..…….....47
Lampiran 2……..…….....55
Lampiran 3……..….....56
Lampiran 4…….....57
Lampiran 5…….....58
Lampiran 6…….....59
Lampiran 7…….....60
Lampiran 8…….....62
Lampiran 9…….....63
Lampiran 10……...64
Lampiran 11……...65
Lampiran 12……...69

Universitas Sriwijaya

STUDI DESKRIPTIF *BURNOUT* PADA MAHASIWA BIMBINGAN DAN KONSELING 2021 SELAMA PEMBELAJARAN JARAK JAUH DI MASA PANDEMI COVID-19

Oleh:

Nama : Muhammad Zulchaidir

NIM 06071381722059

Pembimbing : Dra. Harlina, M. Sc

Program Studi Bimbingan dan Konseling

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Studi Deskriptif *burnout* yang dirasakan oleh mahasiswa Bimbingan dan Konseling selama Pembelajaran jarak jauh di masa pandemi covid-19. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 72 Mahasiswa-mahasiswi. Instrumen pengumpulan data menggunakan skala *burnout.* Analisis data penelitian ini menggunakan rumus persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *burnout* yang dirasakan mahasiswa Bimbingan dan Konseling pada pembelajaran jarak jauh dengan persentase berikut kategori rendah (4,17%), kategori sedang (88,89%), kategori tinggi (6,94%). Maka dapat disimpulkan bahwa *burnout* pada mahasiswa Bimbingan dan konseling 2021 selama pembelajaran jarak jauh masuk dalam kategori sedang 88,89 %.

Kata Kunci : *Burnout,* Pembelajaran jarak jauh, Covid-19

Universitas Sriwijaya

DESCRIPTIVE STUDY OF BURNOUT IN 2021 AT GUIDANCE AND COUNSELING STUDENTS DURING DISTANCE LEARNING DURING THE COVID-19 PANDEMIC

By:

Name : *Muhammad Zulchaidir*
NIM 06071381722059
Lecturer : *Dra. Harlina, M. Sc*

Study Program of Guidance and Counseling

ABSTRACT

This study aims to determine the descriptive study of burnout felt by Guidance and Counseling students during distance learning during the covid-19 pandemic. This type of research is a quantitative descriptive research. The population in this study amounted to 72 students. The data collection instrument used a burnout scale. Analysis of the research data using the percentage formula. The results showed that the burnout felt by Guidance and Counseling students in distance learning with the following percentages in the low category (4.17%), medium category (88.89%), high category (6.94%). So it can be concluded that burnout in Guidance and Counseling students 2021 during distance learning is in the medium category 88.89%.

Keywords: Burnout, Distance learning, Covid-19.

BAB I
PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu cara yang dilakukan negara untuk dapat menghasilkan individu yang diharapkan dapat membawa ke arah perubahan yang lebih baik lagi. Pendidikan secara umum adalah semua upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi individu, kelompok, atau masyarakatsehingga usaha yang dilakukan sesuai dengan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan menurut (Wahyuddin, 2016).

Menurut (Wahyuddin, 2016) pendidikan adalah suatu usaha sadar yang dilakukan keluarga, masyarakat, bahkan pemerintah terhadap anak-anak melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan, yang berlangsung di sekolah dan di luar sekolah selama sepanjang hayat untuk mempersiapkan peserta didik supaya dapat memainkan peranan dan memberikan kontribusi dalam berbagai lingkungan masyarakat untuk masa yang akan datang. Namun di masa sekarang kegiatan pendidikan mengalami hambatan di akibatkan adanya pandemi wabah virus Covid-19.

Pandemi merupakan dimana keadaan terjadinya penyebaran virus yang tak terkendali, dengan sangat cepat dan meningkat secara signifikan,menyebar secara global. Masyarakat dunia maupun Indonesia harus siap dalam menghadapi keadaan darurat kesehatan masyarakat yang meresahkan dunia. Saat ini dunia sedang dibuat panik oleh virus yang dikenal dengan Covid-19. Selain menyerang manusia, Covid-19 ini juga berdampak padabidang kehidupan lain nya seperti sosial, ekonomi, pariwisata dan pendidikan. Adapun tanda dan gejala umum infeksi Covid-19 antara lain gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk, dan sesak napas. Masa inkubasi rata- rata lima atau enam hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari. Menurut Yurinto, Ahmad, Bambang Wibowo (dalam Dewi 2020).

Hal ini dikemukakan oleh Jarnawi (2020) yang berpendapat bahwa penyebaran virus *Covid-19* yang sangatlah cepat dan masif ke seluruh dunia dan

juga daerah di Indonesia yang telah memberikan dampak ke kehidupan bermasyarakat, perputaran ekonomi dan kegiatan sosial.

Akibat dari wabah virus *Covid-19* ini yang sangat mengkhawatirkan beberapa sektor kegiatan termasuk pendidikan, maka dari pada itu Menteri Pendidikan Nadiem Anwar Makarim telah menerbitkan Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020 pada satuan Pendidikan dan Nomor 36962/MPK/HK/2020 tetang pelaksanaan Pendidikan dalam masa darurat *Coronavirus Disease* (Covid-19) makan kegiatan belajar dilakukan secara daring (online) dalam rangka pencegahan penyebaran *coronavirus disease* (Covid-19) (dalam Dewi, 2020).

Selama masa pandemi ini pembelajaran secara jarak jauh tidak memungkinkan bagi mahasiswa untuk kenal dan bertemu supaya dapat berinteraksi dengan teman sebaya mahasiswa maupun teman sekelas. Menurut Ayala Pines dan Elliot Aronso (dalam Rahman, 2007:216) *burnout* merupakan kondisi emosional dimana seseorang merasa lelah dan jenuh secara fisik sebagaiakibat tuntutan pekerjaan yang meningkat. Menurut Arlinkasari dan Akmal(2017) Mahasiswa yang sedang menghapi *burnout* akademik akanmelalaikan kelas (tidak hadir), tidak mengusahakan tugas nya dengan baik, mendapatkan hasil penilaian yang buruk yang akhirnya membuat potensi untuk dikeluarkan dari perguruan tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian (Ali Muhson dalam Elisabeth, 2020) ketidakoptimalan sistem perkuliahan di pengaruhi oleh banyaknya tugas yang harus diselesaikan mahasiwa, baik yang bersifat individual maupun kelompok sehingga mengakibatkan *burnout* pada mahasiswa. *Burnout* akademik mengacupada stress, beban atau faktor psikologis lainnya karena proses pembelajaran

yang diikuti mahasiswa sehingga menunjukan keadaan kelelahan emosiaonal, kecenderungan untuk depersonalisasi untuk perasaan prestasi pribadi yang rendah (Yang, 2004 dalam Elisabeth,2020).

Dari pendapat tersebut menjelaskan, kondisi *burnout* lebih memungkinkan dialami oleh pria daripada wanita. Kondisi *burnout* yang dialami oleh mahasiswa dikarenakan harus membagi waktu antara kuliah daring, mencatat materi, membuat tugas dan mengumpulkan tugas dengan baik dan tepat waktu. Berdasarkan dari beberapa fenomena yang terjadi pada saat masa pandemi Covid-19 khususnya dikalangan mahasiswa Bimbingan dan Konseling2021 Universitas Sriwijaya, bahwa dengan pembelajaran yang dilakukan secara daring menyebabkan mahasiswa Bimbingan dan Konseling belum pernah kuliahtatap muka di kampus dari semester 1 sampai sekarang mereka memasukisemester tiga. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan harapan permasalahan mengenai *burnout* (kejenuhan belajar) tidak terjadi hingga dapat segera di atasi oleh pihak pendidik khususnya dosen Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya oleh karenanya peneliti bermaksud mewujudkan dalam bentuk skripsi dengan judul "**STUDI DESKRIPTIF *BURNOUT* PADA MAHASIWA BIMBINGAN DAN KONSELING 2021 SELAMA PEMBELAJARAN JARAK JAUH DI MASA PANDEMI COVID-19".**

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan tersebut maka peneliti mendapatkan rumusanmasalah yang akan di bahas dalam penelitian ini, yaitu**:**

"Apakah mahasiswa Bimbingan dan Konseling 2021 memiliki rasa *burnout* selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi Covid-19?".

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini, yakni untuk mendeskripsi faktor yang menjadilatar belakang mahasiswa Bimbingan dan Konseling 2021 memiliki rasa *burnout*selama pembelajaran jarak jauh selama masa pandemi Covid -19.

1.4. Manfaat Penelitian

Berikut merupakan manfaat dari penelitian yang dapat di berikan oleh peneliti:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan untuk kita semua khususnya untuk mahasiswa Bimbingan dan Konseling mengenai *burnout* yang dirasakan mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi Covid- 19 dan dapat menjadi masukan bagi kita semua agar terhindar dari *burnout* sehingga dapat menjadi motivasi dan refrensi untuk penelitian yang akan datangManfaat praktis

a. Bagi Orangtua

Mengetahui cara menyikapi *burnout* yang dialami oleh mahasiswa Bimbingan dan Konseling dalam kegiatan pembelajaran jarak jauh dan memberikan solusi kepada mahasiswa Bimbingan dan Konseling agar tidak mengalami *burnout* dalam pembelajaran jarak jauh.

b. Bagi Dosen

Penelitian ini diharapkan mampu membantu dosen Bimbingan dan Konseling dalam berperan aktif untuk mencegah terjadinya *burnout* dan mengatasi kondisi yang terjadi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling padapembelajaran jarak jauh

di masa pandemi Covid-19.

c. Bagi Mahasiswa BK

Agar mahasiswa mendapatkan gambaran mengenai *burnout* yang dirasakan selama Pembelajaran jarak jauh di masa pandemi Covid- 19 sehingga untuk kedepan nya mahasiswa dapat mengatasi supaya tidak mengalami *burnout* selama Pembelajaran jarak jauh di masa pandemi Covid-19.

d. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tinjauan pustaka bagi peneliti lainnya dalam melakukan penelitian yang relevan dan mampu menjadi gambaranyang dialami mahasiswa dalam *burnout* pada pembelajaran jarak jauh di masa pandemi Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

Alimah, Sopiati dkk. (2016) "Gambaran *Burnout* pada Mahasiswa Keperawatan". Jurnal Keperawatan, 11(2): 130-141.

Arikunto, Sagarsimi. 2012. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis.* EdisiRevisi IV. Jakarta: PT Rineka Cipta

Arlinkasari, Fitri dan Sari Zakiah Akmal. (2017). "Hubungan Antara School Engagement, Academic Selfefficacy dan Academic *Burnout* Pada Mahasiswa". Humanitas (Jurnal Psikologi), 1(2) : 81-102.

C, Elisabeth. (2020). "*Burnout* Akademik Selama Pandemi Covid-19" Prosdising Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Mengukuhkan Eksistensi Peran BK Pasca Pandemi Covid-19 di Berbagai Setting Pendidikan. UniversitasNegeri Surabaya.

Deliati. (2018). *Bidang Praktek Bimbingan Belajar*. Semarang: Rasail Media Group.

Dewi, Wahyu Aji Fatma. "Dampak COVID-19 Terhadap Implementasi Pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar" Jurnal Edukatif, Vol. 2, 55-61.

Gold, Y dan Roth, R, A. 1993 *Teachers Managing stress dan Preventing Burnout: The Profesional Health Solution,* London: The Flamer Press

Hasbi, Muhammad dan Woro Sumarni. 2020. "Pemanfaatan Platform Digital di Masa Pandemi Covid-19". Seminar Nasional Pascasarjana. ISSN: 2686 6404, 298-303.

Ifdil dan Yunita Khairani (2015). "Konsep *Burnout* pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling". Jurnal Konselor, 4(4): 208-214

Jarnawi. "Mengelola Cemas di Tengah Pandemik Corona" Jurnal Pendidikan, Vol.3, 60-72.

Kelana, Jajang Bayu. dkk. 2021. "Penggunaan Aplikasi Zoom Meeting di Masa Pandemi Covid-19 pada Pembelajaran

SAINS". Jurnal *Elementary: KajianTeori dan Hasil Penelitian Pendidikan Sekolah Dasar.* 4(1) ISSN: 2614- 5596,18-22.

Khotimah, R.H., Radjah, C.L., & Handarini D.M. (2016). Hubungan antara Konsep Diri Akadamik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMP Negeri di Kota Malaang. *Jurnal Kajian Biimbingan dan Konseling.* 1(2),60-67.

Liliweri, A. 2017. *Komunikasi Antar Personal.* Jakarta: Bumi Aksara

Kurniawan, Asep. 2018. *Metodologi Penelitian Pendidikan.* Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Pawicara, Ruci dan Maharani Conilie. 2020. "Analisis Pembelajaran Daring Ter]hadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi IAIN Jember di TengahPandemi Covid-19" Jurnal Pendidikan Bilogi. Vol. 1, No. 1, hlm. 29-38.

Nursalam. (2013). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.

Oprina, Septrian & Sowanya Ardi P. (2019). "Self-Effecacy Dan *Burnout*Akademik pada Mahasiswa". Educational Counseling, Vol.3, 119-130.

Purwanto, Agus dkk. 2020. "Studi Eksplorasi Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar". 2(1) ISSN Online:2716 - 4446, 1-12.

Pustikayasa, I Made. (2019). "Grup Whatsapp Sebagai Media Pembelajaran". Widya Genitri: Jurnal *Ilmiah Pendidikan Agama dan Kebudayaan Hindu*. 10(2) P-ISSN: 2302-9102 E-ISSN: 2685-7198, 53-62.

Rahman, Diniy Hidayatur. (2020). "Validasi School *Burnout* Inventory versi Bahasa Indonesia". Jurnal *Penelitian Ilmu Pendidikan* 13(2): 85-93

Rahman, Ulfiani. (2007). "Mengenal *Burnout* Pada Guru". Jurnal *Psikologi Pendidikan*, 10(2): 216-227.

Salamah, Wiladatus. (2020). "Deskripsi Penggunaan Aplikasi *Google Classroom* dalam Proses Pembelajaran". Jurnal *Penelitian dan pengembanganPendidikan*. 3(3): 533-538.

Sayekti, Lina. (2020). *Dalam Menghadapi Pandem: Memastikan Keselamatan danKesehatan di Tempat Kerja*.

Sekaran, Uma. (2006). *Metodologi penelitian Untuk Bisnis*. Edisi keempat.Jakarta: Salemba Empat.

Soedirman, Suma'mur 2014. Kesehatan Kerja dalam Prespektif Hiperkes dan Keselamatan Kerja. Jakarta: Erlangga

Sukanto, Didik. 2020 "Pembelajaran Jarak Jauh dengan Media E-Learning Sebagai Solusi Pembelajaran pada Masa Pandemi Corona Virus Disease 2019 (Covid- 19)". Jurnal *Syntax Idea.* Vol 2, No 11, p-ISSN: 2684-6853 e-ISSN: 2684-883X hlm. 834-850.

Sutja, A. dkk. 2014. *Panduan Penulisan Skripsi Program Ekstensi Bimbingan dan Konseling.* Jambi: FKIP UNJA

Syah, Muhibbin. 2011. Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru. Bandung: PT Remaja Rosdakarya hlm 163.

Uludag, O., & Yaratan, H. 2013. The Effects of Justice and *Burnout* on Achivement: An Empirical Investigation of University Student Croation Journal of Education. 15(2), 97-116.

Wahidah, Idah. (2020). "Pandemik Covid-19: Analisis Perencanaan Pemerintah dan Masyarakat dalam Berbagai Upaya Pencegahan". Jurnal *Manajemen dan Organisasi (jmo)*. 11(3), P-ISSN: 2088-9372 E-ISSN:2527-8991, 179-188.

Wahyuddin, Wawan. 2016. "Pendidikan Sepanjang Hayat Menurut Perspektif Islam". Jurnal 3(2) Juli-Desember ISSN: 2407-053X, 191-208.

Wibawa, Angga Eka Yuda. (2021). "Implementasi Platform Digital Sebagai Media Pembelajaran Daring di MI Muhammadiyah PK Kartasura pada Masa Pandemi Covid-19". Jurnal Berajah.

ISSN: 2797-1082 ISSN: 2797- 1805, 76-84.

Yuda, Angga Eka. 2021. "*I*mplementasi Platform Digital Sebagai Media Pembelajaran Daring di MI Muhammadiyah PK Kartasura pada Masa Pandemi Covid-19. Jurnal *Berajah*. ISSN 2797-1082 ISSN 2797-1805, 76-84.

Yuliana. (2020). *Corona Virus Desiase (Covid-19)*. (Lampung, Fakultas Kedokteran Universitas).

Yunita, Melinda. (2019). Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Miracle Question dalam Meningkatkan Self Esteem Siswa di SMA Negeri 1 Tanjung Batu. Skripsi. Tidak Diterbitkan. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Sriwijaya: Palembang.