



Comparative Study Of Learning Plateau Between Students

Risma Lia Sari liarisma27@gmail.com

Liyana Rakhmawati (KPI, Sekolah Tinggi Agama Islam Sabilul Muttaqin Mojokerto)

liyanarakhmawati@gmail.com

Abstrak

Prestasi yang tinggi sangatlah penting bagi individu dalam proses pendidikan. Salah satu faktor negatif yang mempengaruhi prestasi yaitu kejenuhan belajar. Menurut teori Schaufeli, dkk menjelaskan bahwa kejenuhan belajar yang terjadi di kalangan siswa merujuk pada rasa lelah secara emosional yang disebabkan oleh tuntutan belajar yang tinggi. Oleh karena itu penelitian ini dilaksanakan untuk mencari perbedaan Kejenuhan Belajar Antar Siswa. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Kuantitatif. Metode kuantitatif menggunakan pendekatan kuantitatif komparatif, dengan populasi berjumlah 334 siswa, pengambilan sampel menggunakan teknik *proportionated random sampling* dengan jumlah 172 siswa. Instrumen dan metode yang digunakan adalah angket, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis Anova. Metode pendukung menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan instrumen dan metode yang digunakan adalah wawancara kepada 8 orang informan dan penyebaran angket terbuka terhadap 25 orang informan. Teknik analisis data yang digunakan adalah reduksi data, paparan atau penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Untuk variabel kejenuhan belajar. Dengan mengacu pada analisis statistik Anova diperoleh skor skor F_{hitung} sebesar 8,370 dan $F_{tabel} = F_{(0,05;3;168)} = 2,658399$, maka kesimpulannya adalah adalah Tolak H_0 karena $F_{hitung} \geq F_{tabel}$. Hal ini berarti Terdapat perbedaan signifikan kejenuhan belajar antara siswa. Dan hasil tersebut diperkuat oleh sig. sebesar 0,000 (<) dari alpha (0,05). Faktor yang mempengaruhi kejenuhan belajar yaitu sebagai berikut: a. Internal: Persepsi siswa terhadap mata pelajaran, Persepsi siswa terhadap guru, Motivasi siswa kurang, Kurang istirahat dan kurang gizi, Kelelahan, Ada masalah diluar sekolah. b. Eksternal: Metode yang digunakan guru terlalu monoton, Cara mengajar guru terlalu membosankan, Jadwal pelajaran yang terdapat di akhir. Cara mengatasi kejenuhan belajar yaitu sebagai berikut: Melakukan inovasi dalam pembelajaran, Diberi hukuman langsung, Menggunakan metode yang menarik minat siswa, Menggunakan media ajar yang menarik minat siswa, Memberi teguran, nasehat dan perhatian.

Kata Kunci: *Kejenuhan Belajar, Siswa (PDCI, ECP, AECP, RCP*

Abstract

The high achievement is very important for individuals in the educational process. The one of the negative factors that affect the achievement is is learning plateau. According to Schaufeli's theory explained that the learning plateau which happens to the students is referring to emotional fatigue that caused by the high learning demands. Therefore, this study has a purpose to find the difference of the procrastination and learning plateau between students. This research used the quantitative research method. The quantitative methods used a comparative quantitative approach with a population of 334 students, the

sampling used the proportionated random sampling technique with a 172 students. The instruments and methods used are the questionnaires, interviews and documentation. The data analysis technique used Anova analysis. The supporting method used qualitative descriptive approach with instrument, and the method used is interview to 8 people, and spread the questionnaire to 25 people. Data analysis techniques used are data reduction, presentation of data, and conclusion. For learning Plateau, With reference to statistical analysis, Anova obtained score score of $F_{(count)}$ of 8.370 and $F_{(table)} = F_{(0.05; 3; 168)} = 2.658399$, then the conclusion is Reject H_0 because $F_{(count)} \geq F_{(table)}$. This means that there are significant differences in learning saturation between students. And these results are reinforced by sig. equal to 0,000 (<) of alpha (0.05). The factors that influence learning saturation are : a) Internal; Students' perceptions of subjects, students' perception of the teacher, student motivation more less, tired, have problems outside of school. b) External; The method used by the teacher is too monotonous, how to teach the teacher is too boring, the lesson schedule is at the end. How to resolve learning saturation are : make innovations in learning, given direct punishment, using methods that interest students, using teaching media that interests students, give warning, advice and attention.

Keywords : *Learning Plateau, Students (PDCI, ECP, AECP, RCP)*

PENDAHULUAN

Santrock berpendapat bahwa sekolah yang besar, terutama yang mempunyai siswa lebih dari 500-1000 orang murid, kemungkinan tidak menyediakan iklim personal yang efektif. Siswa MTSN pada umumnya rentan dengan keadaan rendah pengawasan di sekolah, jumlah guru yang terbatas, tidak sebanyak siswa yang ada di sekolah membuat pihak sekolah sendiri tidak mampu untuk melakukan pengawasan secara maksimal terhadap siswanya, sehingga sering terjadi pelanggaran sebagai akibat dari kontrol yang rendah dari pihak sekolah (Santrock, 2003). Salah satu dampak dari kontrol yang rendah tersebut adalah munculnya perilaku kejenuhan belajar pada sebagian siswa.

Menurut Abin Syamsudin, “secara harfiah arti kejenuhan ialah padat atau penuh, sehingga tidak mampu lagi memuat apapun. Selain itu jenuh juga dapat berarti jemu atau bosan, di dalam bahasa psikologi kejenuhan belajar biasa disebut *learning plateau*” (Abin Syamsudin, 1998).

Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova, dan Bakker menjelaskan bahwa kejenuhan belajar yang terjadi di kalangan siswa merujuk pada rasa lelah secara emosional yang disebabkan oleh tuntutan belajar yang tinggi, sehingga ia memiliki perilaku yang sinis dan meninggalkan pelajaran serta merasa sebagai pelajar yang tidak kompeten. Chaplin dalam Muhibbin Syah juga menjelaskan, salah satu faktor kejenuhan belajar yang berasal dari luar yaitu peserta didik berada pada suatu situasi kompetitif yang ketat dan menuntut kerja intelektual yang berat. Hal ini menjelaskan bahwa jika siswa selalu dituntut untuk belajar dengan keras untuk memenuhi standart yang tinggi kemungkinan mengalami tingkat kejenuhan yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa lainnya.

Menurut Reni, berdasarkan pengalaman siswa yang berkemampuan jauh di atas rata-rata cenderung lebih cepat menguasai materi pelajaran yang disampaikan oleh guru. Akibatnya, siswa ini akan mengganggu siswa lain yang lebih lambat dari padanya. Siswa yang berkemampuan jauh di atas rata-rata ini, biasanya lebih sering terkesan santai dan tampak kurang memperhatikan pelajaran. Hal yang lebih buruk lagi, siswa tersebut cenderung mengganggu temannya, sehingga kegiatan belajar mengajar dalam kelas menjadi kurang lancar (Muhibbin Syah, 2011). Untuk melayani siswa tersebut, diperlukan program khusus yang lebih cepat atau lebih luas dari program reguler. Yaitu program akselerasi atau program PDCI (Peserta Didik Cerdas Istimewa).

Menurut Yun Samsiatun, ECP (Excellent Class Programme) adalah program yang diperuntukkan bagi siswa yang mempunyai kecerdasan yang lebih tinggi dibandingkan siswa reguler. Sedangkan AECP (Achievement Excellent Class Programme) adalah program yang diperuntukkan bagi siswa yang mempunyai kemampuan atau kecerdasan lebih dalam bidang non akademik (olahraga dan seni). Dasar hukum dari penyelenggaraan program ECP (Excellent Class Programme) dan AECP (Achievement Excellent Class Programme) yaitu Permendiknas dan UU Sisdiknas No. 20 Tahun 2004 Pasal 3.

Program pendidikan reguler atau RCP (Reguler Class Programme) di MTSN Tanjung Tani, Prambon, Nganjuk. Menurut Reni, Sekolah (program reguler) dilaksanakan secara berkelompok, terdiri dari siswa yang mempunyai tingkat kecerdasan yang normal. Menurut Latifah dalam Hawadi “dalam menyelenggarakan pendidikan, pada awalnya pemerintah telah menetapkan suatu program pendidikan yang bersifat reguler yaitu penyelenggaraan pendidikan yang bersifat massal yakni berorientasi pada kuantitas atau jumlah untuk dapat melayani sebanyak-banyaknya siswa usia sekolah” (Hawadi,119).

Jadi kejenuhan belajar adalah salah satu faktor negatif yang mempengaruhi hasil belajar siswa. Kejenuhan belajar juga sangat umum terjadi bahkan mayoritas siswa melakukan hal tersebut. Berdasarkan hal tersebut diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk membandingkan, adakah Perbedaan Kejenuhan Belajar Antara Siswa PDCI (Peserta Didik Cerdas Istimewa), ECP (Excellent Class Programme), AECP (Achievement Excellent Class Programme), dan RCP (Reguler Class Program) .

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif komparatif. Penelitian ini termasuk penelitian komparasi yaitu untuk dapat menemukan persamaan-persamaan atau perbedaan-perbedaan tentang benda-benda, tentang orang-orang, kelompok suatu ide atau suatu prosedur kerja. Penelitian kuantitatif ini dijelaskan oleh Ibnu Hajar, “yaitu suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menerangkan keterangan mengenai apa yang ingin diketahui” (Ibnu Hajar, 1986). Adapun jenis dari penelitian ini adalah komparasi. Menurut Asimarni Sudjud yang dikutip oleh Arikunto, menjelaskan bahwa “penelitian komparasi adalah untuk dapat menemukan persamaan-persamaan atau perbedaan-perbedaan tentang benda-benda, tentang orang-orang, kelompok suatu ide atau suatu prosedur kerja” (Arikunto, 2003).

Penelitian ini bertujuan untuk menemukan ada tidaknya perbedaan yang signifikan variabel penelitian terhadap empat sampel yang berbeda, yakni tingkat prokrastinasi dan kejenuhan belajar antara siswa PDCI (Peserta Didik Cerdas Istimewa), ECP (Excellent Class Programme), AECP (Achievement Excellent Class Programme) dan RCP (Reguler Class Programme).

Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII di sekolah yang menyelenggarakan program PDCI (Peserta Didik Cerdas Istimewa), ECP (Excellent Class Programme), AECP (Achievement Excellent Class Programme) dan RCP (Reguler Class Programme). Jumlah dari keseluruhan siswa kelas VII yaitu 334 siswa. Dipilihnya siswa-siswi tersebut karena ^{kelas} VII merupakan langkah awal siswa menuju jenjang selanjutnya yang lebih tinggi. Jadi prokrastinasi seharusnya ditangani sejak dini pada siswa kelas VII.

Sedangkan untuk menentukan ukuran sampel, peneliti menggunakan rumus Issac dan Michael. Dalam penelitian ini, populasi dengan jumlah 334 diperoleh sampel sebanyak 172 siswa. Sedangkan untuk menentukan teknik pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik *Probability Sampling*, yakni teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel dan menggunakan teknik pengambilan sampel jenis *proportionated random sampling*, yakni teknik yang digunakan bila populasi mempunyai anggota/ unsur yang berstrata secara proporsional (Sugiyono, 2014).

Dalam pengumpulan data dan instrument penelitian ini, peneliti menggunakan metode pengumpulan data serta menentukan instrumen yang sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti. Metode pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah angket (kuisisioner).

Adapun indikator dari kejenuhan belajar yang dijelaskan oleh Maslach yaitu :

1. Kelelahan emosional
2. Depersonalisasi.
3. Penurunan pencapaian prestasi pribadi.

4. *Reduced Personal Accomplishment* (Scaufeli, 1993).

Karena dalam penelitian ini yang diteliti merupakan frekuensi kejadian, maka bentuk pilihan jenjang yang digunakan adalah sebagai berikut: (1). Selalu, (2). Sering, (3). Kadang-kadang, (4). Jarang dan (5). Tidak pernah.

Pertanyaan dibagi dalam item pertanyaan positif (*favourable*) dan pertanyaan negatif (*unfavourable*). Hal ini merupakan usaha untuk menghindari stereotipe jawaban (Saifudin, 1993). Dalam menentukan skor, untuk pertanyaan *favourable* jika siswa menjawab "selalu", maka skor tertinggi yaitu 4 dan mendapat skor 0 apabila menjawab "tidak pernah". Namun berbeda pada pernyataan *unfavourable*, jika siswa menjawab "selalu" justru skor yang diperoleh adalah skor terendah yakni 0 dan skor 4 untuk jawaban "tidak pernah".

Peneliti juga menggunakan angket terbuka yang mana alternatif jawaban tidak disediakan peneliti yang mana memungkinkan responden untuk menjawab sesuai apa yang dialaminya adalah dengan metode wawancara dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti melalui penyebaran angket adalah sebagai berikut: kejenuhan belajar siswa PDCI terdapat 1 siswa atau 14,3% dengan kategori sangat tinggi, 1 siswa atau 14,3 % dengan kategori tinggi, 3 siswa atau 42,8 % dengan kategori sedang, 2 siswa atau 28,6 % dengan kategori sangat rendah. Dalam perhitungan yang mengacu pada pedoman *true score* dinyatakan bahwa kejenuhan belajar siswa PDCI adalah **rendah**, hal ini terbukti dengan berpedoman pada tabel interpretasi perhitungan *True score* dengan nilai rata-rata 30,29 yang masuk kategori **rendah**.

Kejenuhan belajar siswa ECP terdapat 3 siswa atau 11,6 % dengan kategori sangat tinggi, 5 siswa atau 19,2 % dengan kategori tinggi, 9 siswa atau 34,6 % dengan kategori sedang, 8 siswa atau 30,8 % dengan kategori rendah dan 1 siswa atau 3,8 % dengan kategori sangat rendah. Dalam perhitungan yang mengacu pada pedoman *true score* dinyatakan bahwa kejenuhan belajar siswa ECP adalah **rendah**, hal ini terbukti dengan berpedoman pada tabel interpretasi perhitungan *True score* dengan nilai rata-rata 37,46 yang masuk kategori **rendah**.

Kejenuhan belajar siswa AECP terdapat 4 siswa atau 36,4 % dengan kategori tinggi, 4 siswa atau 36,4 % dengan kategori sedang, 2 siswa atau 18,2 % dengan kategori rendah dan 1 siswa atau 9,1 % dengan kategori sangat rendah. Dalam perhitungan yang mengacu pada pedoman *true score* dinyatakan bahwa kejenuhan belajar siswa adalah terbukti dengan berpedoman pada tabel interpretasi perhitungan *True score* dengan nilai rata-rata 45,36 yang masuk kategori **rendah**.

Kejenuhan belajar siswa RCP terdapat 13 siswa atau 10,2 % dengan kategori sangat tinggi, 24 siswa atau 18,7 % dengan kategori tinggi, 44 siswa atau 34,4 % dengan kategori sedang, 42 siswa atau 32,8 % dengan kategori rendah dan 5 siswa atau 3,9 % dengan kategori sangat rendah. Dalam perhitungan yang mengacu pada pedoman *true score* dinyatakan bahwa kejenuhan belajar siswa RCP adalah **rendah**, hal ini terbukti dengan berpedoman pada tabel interpretasi perhitungan *True score* diatas dengan nilai rata-rata 49,93 yang masuk kategori **rendah**.

Untuk variabel kejenuhan belajar. Dengan mengacu pada analisis statistik Anova diperoleh skor F_{hitung} sebesar 8,370. Bila dibandingkan dengan $F_{tabel} = F_{(0,05;3;168)} = 2,658399$, maka kesimpulannya adalah adalah Tolak H_0 karena $F_{hitung} \geq F_{tabel}$. Hal ini berarti Terdapat perbedaan signifikan kejenuhan belajar antara siswa PDCI, ECP, AECP dan

RCP. Dan hasil tersebut diperkuat oleh sig. sebesar 0,000 (<) dari alpha (0,05). Menurut hasil perhitungan dari *mean* (rata-rata) skor kejenuhan belajar keempat sampel tersebut kejenuhan belajar paling tinggi terdapat pada siswa RCP sebesar 49,93, kemudian disusul kelas AECP sebesar 45,36, kemudian siswa ECP sebesar 37,46 dan terakhir siswa PDCI sebesar 30,29. Tetapi menurut perhitungan hasil uji Tukey-Kramer didapatkan hasil yang memperlihatkan bahwa yang berbeda secara signifikan adalah kelas PDCI dengan kelas RCP, kelas ECP dengan kelas RCP. Karena skor signifikansinya \leq taraf nyata (α): 0,05. Sedangkan antara kelas PDCI, ECP, AECP tidak berbeda secara signifikan karena skor signifikansinya \geq taraf nyata (α): 0,05.

Faktor yang mempengaruhi kejenuhan belajar yaitu sebagai berikut: (a). Internal: Persepsi siswa terhadap mata pelajaran, Persepsi siswa terhadap guru, Motivasi siswa kurang, Kurang istirahat dan kurang gizi, Kelelahan, Ada masalah diluar sekolah. (b). Eksternal: Metode yang digunakan guru terlalu monoton, Cara mengajar guru terlalu membosankan, Jadwal pelajaran yang terdapat di akhir.

Cara mengatasi kejenuhan belajar yaitu sebagai berikut: Melakukan inovasi dalam pembelajaran, Diberi hukuman langsung, Menggunakan metode yang menarik minat siswa, Menggunakan media ajar yang menarik minat siswa, Memberi teguran, nasehat dan perhatian.

Dan hasil dari perhitungan statistik skor kejenuhan belajar sesuai dengan teori teori Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova, dan Bakker yang menjelaskan bahwa kejenuhan belajar yang terjadi di kalangan siswa merujuk pada rasa lelah secara emosional yang disebabkan oleh tuntutan belajar yang tinggi, sehingga ia memiliki perilaku yang sinis dan meninggalkan pelajaran serta merasa sebagai pelajar yang tidak kompeten Chaplin dalam Muhibbin Syah juga menjelaskan, salah satu faktor kejenuhan belajar yang berasal dari luar yaitu peserta didik berada pada suatu situasi kompetitif yang ketat dan menuntut kerja intelek yang berat (Muhibbin Syah, 2011). Hal ini menjelaskan bahwa siswa yang mengalami situasi kompetitif yang berat memungkinkan mengalami kejenuhan belajar. Dalam durasi jam belajar yang cukup panjang setiap harinya dan dibarengi dengan mata pelajaran yang cukup banyak dan cukup berat di terima oleh memori peserta didik dapat menyebabkan proses belajar sampai pada batas kemampuan peserta didik, lalu menurut Chaplin karena bosan (*boring*) dan keletihan (*fatigue*) yang dapat menyebabkan kejenuhan belajar pada peserta didik. Sebab keletihan yang dialami oleh peserta didik dapat menyebabkan kebosanan dan peserta didik kehilangan motivasi dan malas untuk mengikuti pelajaran selanjutnya.

Selanjutnya dalam bukunya Abu Abdirrahman Al-Qowiy disebutkan, sebab-sebab yang menimbulkan kejenuhan belajar :

- a) Kesibukan monoton.
- b) Prestasi mandeg.
- c) Lemah minat.
- d) Penolakan hati nurani.
- e) Kegagalan beruntun.
- f) Penghargaan nihil.
- g) Ketegangan panjang.
- h) Perlakuan buruk.

Adapun faktor-faktor yang menjadi penyebab kejenuhan belajar sebagai berikut:

- a. Cara atau metode belajar yang tidak bervariasi
- b. Belajar hanya ditempat tertentu
- c. Kurang aktivitas rekreasi dan hiburan
- d. Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut saat belajar

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa Terdapat perbedaan signifikan kejenuhan belajar antar siswa . Dengan mengacu pada analisis statistik Anova diperoleh skor $F_{hitung} = 8,370 \geq F_{tabel} = 2,658399$. Hal ini berarti Terdapat perbedaan signifikan kejenuhan belajar antara siswa PDCI (Peserta Didik Cerdas Istimewa), ECP (Excellent Class Programme), AECP (Achievement Excellent Class Programme), dan RCP (Reguler Class Program). Faktor yang mempengaruhi kejenuhan belajar yaitu sebagai berikut: a. Internal: Persepsi siswa terhadap mata pelajaran, Persepsi siswa terhadap guru, Motivasi siswa kurang, Kurang istirahat dan kurang gizi, Kelelahan, Ada masalah diluar sekolah. b. Eksternal: Metode yang digunakan guru terlalu monoton, Cara mengajar guru terlalu membosankan, Jadwal pelajaran yang terdapat di akhir. Cara mengatasi kejenuhan belajar yaitu sebagai berikut: Melakukan inovasi dalam pembelajaran, Diberi hukuman langsung, Menggunakan metode yang menarik minat siswa, Menggunakan media ajar yang menarik minat siswa, Memberi teguran, nasehat dan perhatian.

DAFTAR PUSTAKA

- Kelas excellent". (online), <http://murnirami.worldpress.com/2008/05/22>, diakses tanggal 15 Maret 2018.
- “Sekolah unggulan”. (online), <http://easyreaderhouse.blogspot.com/2009/06/sekolah-bilingual-apakah-sesuai-dengan.html>, di akses tanggal 15 maret 2018.
- A, Pines & Aronson, E. *Career Burnout: Causes and Cures*. New York: The Free Press, 1989.
- Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta, 1991.
- Alfian. “Selayang Pandang Sekolah Berwawasan Unggulan”. (online), <http://smputama.tripod.com/>, diakses tanggal 10 Maret 2018.
- Al-Qawi, Abdirrahman, Abu. *Mengatasi Kejenuhan*. Jakarta: Khalifa, 2004.
- Anwar, Ali. *Statistika Untuk Penelitian Pendidikan Dan Aplikasinya Dengan SPSS Dan Excel*. Kediri: IAIT Press, 2009.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta, 2003.
- Azwar, Saifudin. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002.
- Azwar, Saifudin. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004.
- Barry, Farber. *Crisis in Education, Stress and Burnout in the American Teacher*. Jossey-Bass Publishers: San Fransisco,1991.
- Bungin, Burhan. *Metode Penelitian Kuantitatif Komunikasi, Ekonomi Dan Kebijakan Publik*

- Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya. Jakarta: Prenada Media, 2005.
- Cutcheon, Mc, Randall. *Sekolah... ya, Nggak Masalah: Ide-ide Cerdas untuk Kamu yang Bosan, Frustrasi, dan Bete di Sekolah*. Bandung: Kaifa, 2004.
- Dalyono. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2007.
- Darmin, Sudarmin. *Menjadi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Pustaka Setia, 2002.
- Departemen Pendidikan Nasional. *Pedoman Penyelenggaraan Program Percepatan Belajar SD, SMP, dan SMA-Suatu Model Pelayanan Pendidikan Bagi Peserta Didik Yang Memiliki Potensi Kecerdasan dan Bakat Istimewa*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah, 2003.
- Diaz, Ramon. "Hubungan Antara Burnout Dengan Motivasi Berprestasi Akademis Pada Mahasiswa Yang Bekerja". Skripsi. Depok: Universitas Gunadarma, 2007.
- Echols, John M. *An English-Indonesia Dictionary*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002.
- Fabella, Armand T. *Anda Sanggup Mengatasi Stres*. tt.p: Ofset, 1993.
- Hajar, Ibnu. *Dasar-Dasar Penelitian Kuantitatif Dalam Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1996.
- Hakim, Thursan. *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Puspa Swara, 2004.
- Hallen A., *Bimbingan dan konseling*. Jakarta: Ciputat Press,
- Hardiyanto, Erwin. "Kejenuhan Belajar Dan Cara Mengatasinya (Studi Terhadap Pelaksanaan Pembelajaran Tarikh Di SMP Muhammadiyah 3 Depok)". Skripsi. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2009.
- Hasibuan dan Moedjiono. *Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 1986.
- Hawadi, Reni Kabar. *Akselerasi:A-Z Informasi Program Percepatan Belajar Dan Anak Berbakat Intelektual*. Jakarta: Grasindo, 2004.
- Hayyinah, *Jurnal Psikologika*, 17 (Januari, 2004).
- Irianto, Agus. *Statistik Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Jakarta: Persada Media Group, 2004.
- J. W. Santrock, *Adolescence: Perkembangan Remaja*, Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga, 2003.
- J.P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1999.
- Kabar Indonesia, "kelas reguler", (online), <http://www.kabarindonesia.com/berita.php?pil=20&jd=paradigma+dan+sistem+pendidikan+di+indonesia>, Di akses 16 maret 2018.

- Kanisius. *Kesehatan Mental 2*. Yogyakarta: Kanisius, 2012.
- Liliskurniasih, “Program Unggulan”, <http://Program Unggulan di Sekolah Unggulan « Liliskurniasih's Blog>, 15 Maret 2018.
- Mahmud, Dimiyati, M. *Psikologi Suatu Pengantar*. Yogyakarta: BPFE, 1990.
- Makmun, Syamsudin, Abin. *Psikologi Kependidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 1998.
- Mardalis. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Bumi Aksara, 1995.
- Margono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rienika Cipta, 2004.
- Maslach, C. “Annual Review of Psychology: Job Burnout”. (online), www.anualreviews.org/maslach_01. Diakses 24 Mei 2018.
- Miles, Mathew B. dan A. Michael Huberman, *Analisis Data Kualitatif*. Terj. Ltetjep Rohendi Rihidi. Jakarta: UI Press, 1992.
- Partanto, Pius A dan M Dahlan Al Barari. *Kamus Ilmiah Populer*. Yogyakarta: Arkola, 2001.
- Purwanto. *Statistika untuk Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Puspitasari, Diyah. “Tingkat Kejenuhan Siswa Dalam Model Pembelajaran Ekspositori Pada Mata Pelajaran Qur’an Hadist di MAN 2 Wates Kulon Progo.” Skripsi, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2014.
- Rahmat, Jalaludin. *Metode Penelitian Komparasi Dilengkapi Dengan Contoh Analisis Statistik*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 1995.
- Ratuloli, Syarah, May. “Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar Peserta Didik Dan Upaya Guru BK Dalam Mengatasinya”. Skripsi. Sumatera Barat: STKIP PGRI, 2014.
- Riduwan. *Pengantar Statistika Sosial*. Bandung: Alfabeta, 2009.
- Saebeni, Beni. *Metode Penelitian*. Bandung: CV.Pustaka Setia, 2008.
- Schaufeli, W. B., Maslach, C., & Marek, T. *Profesional Burnout: Recent Developments In Theory and Research*. Washington DC: Routledge the Taylor & Francis Group, 1993.
- Schaufeli, W.B., Martinez, I.M., Pinto, A.M., Salanova, Marisa dan Bakker, A.B. “Burnout and Engagement in University Student A Cross-National Study”. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 33 (5).
- Sudarsono. *Kamus Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 1997.
- Sudjana, Nana. *Metode Statistik*. Bandung: Tarsito, 1989.
- Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta, 2009.

- Sugiyono. *Metode Penelitian Manajemen*. Bandung: Alfabeta, 2014.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta, 2010.
- Sujono, Anas. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1994.
- Sukardi, Ketut, Dewa. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta, 2002.
- Surya, "Self Efficacy", (online), <http://infoplusplus.wordpress.com/2010/03/27/efikasi-diri-self-eficacy/>. Di akses tanggal 22 Maret 2018.
- Sutjipto, "Apakah anda mengalami *burnout*", Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia, 2001.
- Suyanto, Bagong dan Sutinah. *Metode Penelitian Sosial*. Jakarta: Kencana, 2007.
- Syah, Muhibbin. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2009.
- Syah, Muhibbin. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2011.
- Tirtonegoro, Sutratinah. *Anak Supernormal dan Program Pendidikannya*. Jakarta : Bina Aksara, 1984.
- Tjundjing, Sia. "Apakah Penundaan Menurunkan Prestasi?". *Indonesia Psychological Journal*. 22(2006).
- Tohirin. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007.
- Tuckman, B. W. "Motivational Factors Affecting Student Achievement Current Perspectives." Ohio: The Ohio State University, 1999.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Islam Depertemen Agama RI, 2006.
- Usman, Dianti, Eka. "Murid Sulit Belajar". (online), <http://www.depdikbud.co.id>, diakses tanggal 23 Juni 2018.
- Usman, Husain. *Pengantar Statistik*. Jakarta: Bumi Aksara, 2006.
- Vahedi, S., Mostafafi, F., & Mortazanajad, H. "Self-Regulation and Dimensions of Parenting Styles Predict Psychological Procrastination of Undergraduate Students". *Iran Journal of Psychiatry*, 4 (2009).
- Wally, N & Hubby, G. "Working Student and Education Problem". (online), <http://ericae.net/edo/ED414521.htm>. Diakses 15 Juli 2018
- Weaver, Kelli L. "Burnout, Stress and Social Support Among Doctoral Students in

Psychology”. Disertasi Doktor. West Virginia: Virginia University, 2000.

Widayati, S. *Reformasi Pendidikan Dasar*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2002.

Wlodkowski, Raymond J. dan Judith H. Jaynes. *Motivasi Belajar*. Jakarta: Cerdas Pusaka, 2004.

Yusri. *Statistika Sosial*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009.