

**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU
TEKNIK DIREKTIF DALAM MENGATASI
KEJENUHAN BELAJAR PESERTA
DIDIK DI SMP NEGERI 19
BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh:

UMMI KHOLIZAH

NPM: 1811080354

Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN
LAMPUNG**

TAHUN 1443 H / 2022 M

**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU
TEKNIK DIREKTIF DALAM MENGATASI
KEJENUHAN BELAJAR PESERTA
DIDIK DI SMP NEGERI 19
BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh:

UMMI KHOLIZAH

NPM: 1811080354

Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

PEMBIMBING I : Defriyanto, S.IQ., M.Ed.

PEMBIMBING II : Mega Aria Monica, M.Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
TAHUN 1443 H / 2022 M**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 5 orang peserta didik yaitu peserta didik kelas IX G.

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data wawancara, dokumentasi dan observasi. Dan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain penelitian deskripsi kualitatif. Data primer diperoleh langsung dari responden mengenai pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung, sedangkan data sekundernya diperoleh dari buku-buku relevan yang berkaitan judul penelitian, dokumen-dokumen resmi, dan data-data yang terkait dengan pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX telah dilaksanakan dengan baik dan terdapatnya perubahan peserta didik. Peserta didik mulai rajin dalam mengikuti pembelajaran dan mengumpulkan tugas, terlihat dari absensi dan catatan buku kasus hal ini karena pemberian motivasi oleh guru bimbingan dan konseling.

Kata Kunci : Teknik Direktif, Kejenuhan Belajar

ABSTRACT

This study aims to describe the implementation of individual counseling directive techniques in overcome the boredom of learned for class IX students at SMP Negeri 19 Bandar Lampung. The sample in this study amounted to 5 students, namely students in class IX G.

This research uses interview, documentation and observation data collection techniques. And the method used in this research was to use a qualitative descriptive research design. Primary data were obtained directly from respondents regarded the implementation of individual counseling directive techniques in overcome the boredom of learning for class IX students at SMP Negeri 19 Bandar Lampung, while secondary data were obtained from relevant books related to research titles, official documents, and data. -data related to the implementation of individual counseling directive techniques in overcome the boredom of learned for class IX students at SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

The results of this study stated that the implementation of individual counseling directive techniques in overcoming the boredom of learned for class IX students had been carried out well and there were changes in students. Students began to be diligent in participated in learned and collected assignments, it could be seen from the attendance and case book notes, this was due to the motivation given by the guidance and counseling teacher.

Keywords: Directive Techniques, Study Saturation

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ummi Kholizah
NIM : 1811080354
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Konseling Individu Teknik Direktif Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Peserta Didik Di SMP Negeri 19 Bandar Lampung” adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar pustaka. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpanan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 21 Maret 2022

Penulis



Ummi Kholizah

NPM 1811080354



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703260

PERSETUJUAN

**Judul : PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU TEKNIK
DIREKTIF DALAM MENGATASI KEJENUHAN
BELAJAR PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 19
BANDAR LAMPUNG**
Nama : Ummi Kholizah
NPM : 1811080354
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Untuk Dimunaqosyahkan dan Dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Defriyanto, S.IQ., M.Ed
NIP. 197803192008011012

Mega Aria Monica, M.Pd
NIP. 197803192008011012

Mengetahui,
Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Ali Murtadho, M.S.I
NIP. 197907012009011014



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADENINTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703260

SURAT PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **“Pelaksanaan Konseling Individu Teknik Direktif Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Peserta Didik di SMP Negeri 19 Bandar Lampung”**. Disusun Oleh **Ummi Kholizah, NPM : 1811080354**, Program Studi **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**, Telah Diujikan dalam Sidang Munaqosyah di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan, Pada Hari/Tanggal : **Senin, 27 Juni 2022.**

TIM PENGUJI

Ketua : Dr. Achi Rinaldi, M.Si

Sekretaris : Eka Putri Rahmadani, M.Gz.

Penguji Utama : Dr. H. Yahya AD, M.Pd

Penguji I : Defriyanto, S.I.Q., M.Ed

Penguji II : Mega Aria Monica, M.Pd

Mengetahui

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



Prof. Dr. H. Nirva Diana, M.Pd

NIP. 196408281988032002

MOTTO

إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا

بِالصَّبْرِ

Artinya : Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasihati untuk kebenaran dan saling menasihati untuk kesabaran. (Q.S. Al-Ashr : 3)¹



¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemah* (Bandung: Depang RI Pusat, 2007).

PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim, segala puji bagi Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, *Alhamdulillahirobbil'alamin* sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar, dengan begitu penulis persembahkan skripsi ini kepada orang-orang yang begitu luar biasa :

1. Kedua orang tuaku tercinta yaitu Bapak Rakdi, BA dan Ibu Martazila yang sangat aku banggakan. Terimakasih telah mendidik, membiayai, membesarkanku dengan penuh kasih sayang, dan tidak henti-hentinya selalu mendoakan keberhasilan untuk anaknya, serta selalu membimbing dan memberikan semangat dalam menjalani kehidupan ini.
2. Untuk kedua kakakku Awang Saputra dan Zul Peberiansayah, adikku Sopian, serta keluarga besar dari bapak dan Ibu, terimakasih karena telah memberikan doa serta dukungan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Almamater tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

RIWAYAT HIDUP

Peneliti skripsi ini bernama lengkap Ummi Kholizah, biasa dipanggil liza/ummi. Peneliti lahir di Karya Nyata 15 April 2001 yang merupakan putri ketiga dari empat bersaudara. Peneliti merupakan anak dari pasangan Bapak Rakdi, BA dan Ibu Martazila.

Pendidikan yang telah ditempuh oleh peneliti masuk sekolah dasar di SDN 14 Semende Darat Laut pada tahun 2006-2012. Lalu ke jenjang menengah pertama di MTS Negeri 1 Lampung Selatan selesai tahun 2015. Kemudian, peneliti melanjutkan pendidikan di MAN 1 Lampung Selatan masuk pada tahun 2015, lalu selesai pada tahun 2018.

Pada tahun 2018 peneliti diterima masuk di perguruan tinggi Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Program Studi Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Program Strata (S.1), masuk melalui jalur tes UM-PTKIN UIN Raden Intan Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019. Pada tahun 2020/2021 peneliti menjabat sebagai bendahara umum Himpunan Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, peneliti juga mengikuti kegiatan eksternal kampus sebagai anggota Himpunan Mahasiswa Islam, pada tahun 2021 peneliti mengikuti Kuliah Kerja Nyata DR (KKN-DR) di Kecamatan Kemiling Kota Bandar Lampung selama 40 hari dan peneliti mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP Negeri 19 Bandar Lampung selama 40 hari.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan taufik dan hidayahnya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung”.

Sholawat beserta salam diperuntukkan kepada nabi Muhammad SAW, para sahabat keluarga dan pengikutnya yang taat pada ajaran-ajarannya agama-Nya. Peneliti menyusun skripsi ini sebagai dari bagian tugas untuk menyelesaikan S1 dalam ilmu pendidikan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dalam upaya menyelesaikan skripsi ini, peneliti telah banyak menerima banyak bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak serta tidak mengurangi rasa terimakasih atas bantuan semua pihak yang terdiri sebagai berikut:

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Dr. Ali Murtadho, M.Si selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Indah Fajriani, M.Psi selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Defriyanto, S.IQ., M.Ed. selaku Pembimbing I (satu) yang sangat berjasa dalam penyelesaian skripsi peneliti, karena dengan bantuan beliau peneliti sadar bahwasahnya peneliti sangat butuh arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Mega Aria Monica, M.Pd selaku Pembimbing II (dua) yang telah banyak membantu, mengarahkan dan membimbing peneliti dengan sabar, tulus dan ikhlas sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah banyak memberikan ilmunya kepada peneliti.

7. Hj. Sri Chairattini E.A, S.Pd yang telah memberikan izin sekaligus fasilitas yang ada untuk mengadakan penelitian di sekolah yang dipimpinnya.
8. Yeni Parida, S.Pd selaku Guru Bimbingan dan Konseling yang telah banyak membantu dan berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.
9. Teman-teman seperjuanganku, Avisa Rahadatul Aisy, Nanik Fitri Astuti, Oman Rahman Sidiq, yang setia menemani, memberikan masukan, dan selalu ada disaat duka maupun duka.
10. Teman-teman kelas BKPI kelas E serta teman-teman BKPI angkatan 2018 serta teman-teman organisasi HIMA BKPI, dan HMI Cabang Bandar Lampung.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan menjadi catatan amal ibadah di sisi Allah SWT. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran demi perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pembacanya.

Bandar Lampung, 22 Maret 2022

Penulis

UMMI KHOLIZAH

NPM.1811080354

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	iii
SURAT PERNYATAAN	v
SURAT PERSETUJUAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang Masalah.....	3
C. Fokus Dan Sub Fokus Penelitian	13
D. Rumusan Masalah.....	14
E. Tujuan Penelitian.....	14
F. Manfaat Penelitian	14
G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan	15
H. Metode Penelitian	19
1. Jenis Penelitian	19
2. Lokasi Penelitian	20
3. Subjek Penelitian	20
4. Sumber Data	20
5. Teknik Pengumpulan Data	22
6. Analisis Data	25
7. Keabsahan Data	26
I. Sistematika Penulisan	27

BAB II LANDASAN TEORI

A. Layanan Dan Konseling Individu	29
1. Pengertian Layanan Dan Konseling Individu	29
2. Tujuan Layanan Konseling Individu	30

3. Langkah-Langkah Layanan Konseling Individu.....	31
4. Indikator Keberhasilan Konseling Individu	33
5. Tahapan Perencanaan Konseling Individu.....	34
6. Tahapan Pelaksanaan Konseling Individu	35
B. Konseling Direktif	39
1. Pengertian Konseling Direktif	39
2. Tujuan Konseling Direktif	40
3. Teknik Dan Langkah Konseling Direktif.....	40
4. Tahapan Konseling Direktif	41
5. Kelemahan Dan Kelebihan Konseling Direktif	43
C. Kejenuhan Belajar.....	44
1. Pengertian Kejenuhan Belajar	44
2. Jenis-Jenis Kejenuhan Belajar	47
3. Indikator Kejenuhan Belajar	48
4. Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar	49
5. Cara Mengatasi Kejenuhan Belajar	52
 BAB III DESKRIPSI OBJEK	
A. Gambaran Umum Objek	55
B. Penyajian Fakta dan Data Penelitian	57
 BAB IV ANALISIS PENELITIAN	
A. Analisis Penelitian	59
B. Temuan Penelitian	78
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	81
B. Rekomendasi.....	82

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Halaman

1. Data Kejenuhan Belajar Peserta Didik Kelas IX
di SMP Negeri 19 Bandar Lampung 7



DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat balasan Pra Penelitian Dari Sekolah
2. Surat Balasan Penelitian Dari Sekolah
3. Pedoman Wawancara Pra Penelitian Dengan Guru BK dan Peserta Didik
4. Pedoman Wawancara Penelitian Dengan Guru BK
5. Pedoman Wawancara Penelitian Dengan Peserta Didik
6. Pedoman Observasi
7. Rencana Pelaksanaan Layanan
8. Dokumentasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Dalam hal ini penulis mengambil judul **“Pelaksanaan Konseling Individu Teknik Direktif Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Peserta Didik Kelas 1X Di SMP Negeri 19 Bandar Lampung”**. Dengan judul ini penulis akan melihat bagaimana layanan konseling individu dengan teknik konseling direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik yang dilaksanakan oleh guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 19 Bandar Lampung. Bahwa Penelitian akan menekankan sebutan dalam judul adalah sebagai berikut :

1. Pelaksanaan Konseling Individu

Menurut Willis konseling individu adalah pertemuan konselor dan konseli secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport* dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi konseli serta konseli dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.¹

Mengenai hal tersebut maka dimaksud pada pelaksanaan penelitian ini adalah Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik Konseling Direktif Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Peserta Didik Kelas IX Di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

2. Teknik Konseling Direktif

Konseling direktif adalah teknik yang dimana konselor yang mengambil peranan penting dan berusaha memberi pengarahan yang sesuai dengan penyelesaian masalahnya. Dalam hal ini konselor yang menjadi pusat dalam proses

¹ Marti Yoan Tutiona S, Munir Abd, and Bau Ratu, “Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Teknik Behavior Contract Pada Siswa SMP Negeri 6 Palu,” *Jurnal Konseling & Psikoedukasi* 1, no. 2 (2016): 415.

penyelesaian masalah. Konseling direktif ini adalah metode untuk mengatasi Kejenuhan Belajar Peserta Didik.²

Dimaksud dengan teknik Konseling Direktif pada penelitian itu adalah pelaksanaan guru bimbingan dan konseling melalui teknik Direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik.

3. Kejenuhan belajar

Kejenuhan belajar merupakan kondisi emosional ketika seseorang merasa lelah dengan tuntutan yang ada, kelelahan ini dapat berupa kelelahan fisik ataupun kelelahan mental. Seringkali kelelahan belajar siswa didasarkan pada kelelahan siswa dalam proses belajar mereka yang disebabkan oleh tekanan akademis, pekerjaan rumah yang berlebihan, atau faktor psikologis individu lainnya seperti kelelahan emosional, sikap negatif, dan fenomena pencapaian pribadi yang rendah.³ Dalam penelitian ini yang dimaksud adalah peserta didik Kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

4. SMP Negeri 19 Bandar Lampung

SMP Negeri 19 Bandar Lampung Merupakan institusi pendidikan tingkat menengah pertama dan Beralamat di jalan Turi Raya No. 1, Kelurahan Labuhan Dalam, Kecamatan Tanjung Senang, Kota bandar lampung, Provinsi lampung. istilah-istilah di atas berdasarkan dengan keseluruhan judul **“Pelaksanaan Konseling Individu Teknik Direktif Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Peserta Didik Kelas IX Di SMP Negeri 19 Bandar Lampung”** adalah bagaimana pelaksanaan konseling individu teknik Direktif yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi kejenuhan

² Busyara Zaituny Nur, “Penerapan Konseling Direktif Untukmeningkatkan Kepercayaan Diri Pada Korban Bullying Di SDN Kenari Jakarta,” *Ilmiah Psikologi* 9 (2018): 2.

³ Permata Sari, Farid Imam Kholidin, and Mahmuddah Dewi Edmawati, “Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama Di Kota Bandar Lampung,” *Journal of Chemical Information and Modeling* 1, no. 1 (2020): 45–52.

belajar peserta didik kelas XI di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

B. Latar Belakang Masalah

Belajar merupakan kewajiban bagi setiap orang beriman agar memperoleh ilmu pengetahuan dalam rangka meningkatkan derajat kehidupan mereka. Hal ini dinyatakan dalam surat Al-Jumu'ah ayat 2 sebagai berikut:

هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ ﴿٢﴾

Artinya : Dia-lah yang mengutus kepada kaum yang buta huruf seorang Rasul di antara mereka, yang membacakan ayat-ayat-Nya kepada mereka, mensucikan mereka dan mengajarkan mereka Kitab dan hikmah (As Sunnah). dan Sesungguhnya mereka sebelumnya benar-benar dalam kesesatan yang nyata. (Q.S. Al-Jumu'ah : 2).

Berdasarkan ayat di atas mengandung pengertian bahwa ilmu pengetahuan memberikan pelajaran kepada umat islam tentang pentingnya pendidikan. Manusia diberi potensi bagi Allah SWT berupa akal yang harus terus diasah, diberdayakan dengan cara belajar dan berkarya. Dengan belajar manusia bisa mendapat ilmu dan wawasan baru. Dengan ilmu manusia dapat berkarya untuk kehidupan yang lebih baik bahwa kemudahan dan kesuksesan hidup baik di dunia maupun di akhirat dapat dicapai oleh manusia melalui ilmu pengetahuan.⁴

Setiap manusia pasti pernah merasakan kejenuhan, kejenuhan biasanya terjadi di sela-sela masa giat belajar yang sedang dialami. Hal ini sama hal nya dengan mesin kendaraan yang terus-menerus dipacu, yang semakin lama mesin kendaraan itu menjadi semakin panas sehingga perlu didinginkan untuk sementara waktu sampai temperatur mesinnya kembali normal. Demikian pula dengan proses belajar yang dilakukan terus-

⁴ Widodo Supriono, "Psikologi Belajar" (Jakarta: Rineka cipta, 2008), 128.

menerus, serta tekanan-tekanan baik dari dalam diri maupun lingkungan dalam mencapai prestasi belajar yang maksimal terkadang membawa peserta didik pada batas kemampuan jasmaniah. Hal ini sudah menjadi sifat manusia termasuk peserta didik yang memiliki rasa jenuh dan penuh keluh kesah yang kemudian membuat peserta didik mengalami kelelahan, kebosanan dan kejenuhan dalam belajar, dalam firman Allah SWT dalam surat Al-Baqarah ayat 286 yaitu:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا
تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ
عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۖ وَاعْفُ عَنَّا
وَأَغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا ۖ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya : "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebaskan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebaskan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. beri ma'afilah Kami; ampunilah Kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah penolong kami, Maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir". (Q.S.Al-Baqarah ayat 286).

Menurut Prayitno, Konseling direktif disebut juga *counselor centered approach* yakni konseling yang pendekatannya terpusat pada konselor. Dalam konseling direktif, konselor lebih aktif dan berperan dari pada konseli. Konselor mengambil peran besar selama proses konseling, termasuk dalam mengambil inisiatif dan pemecahan masalah, sementara peran konseli sangat kecil, tidak banyak mengeluarkan pendapat dan pandangannya berkaitan dengan masalah yang sedang dihadapi. Selama proses konseling aktivitas lebih banyak didominasi oleh konselor sebagai penentu arah konseling dan pengambil keputusan.⁵

Layanan konseling individu dengan teknik konseling direktif dalam mengatasi Kejenuhan belajar peserta didik oleh Guru Bimbingan dan Konseling dilakukan dengan layanan-layanan yang ada di sekolah agar dapat lebih optimal. Adapun yang mendasar di sekolah adalah memberikan pelayanan yang sesuai dengan apa tujuan bimbingan dan konseling yakni membantu individu mengembangkan kemampuan dasar dan bentuk-bentuknya, berbagai latar belakang yang ada seperti : keluarga, pendidikan, perubahan sikap, ini semua diaplikasikan dalam bentuk layanan bimbingan dan konseling.

Konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli.⁶ Konseling merupakan “jantung hatinya” pelayanan bimbingan secara menyeluruh. Hal ini berarti apabila layanan konseling telah memberikan jasanya, maka masalah konseli akan teratasi secara efektif.

Konseling individu adalah kunci semua kegiatan bimbingan konseling. Karena jika menguasai teknik konseling individu berarti akan mudah menjalankan proses konseling yang lain.

⁵ Hariyani, M., Mudjiran, M., & Syukur, Y., “Dampak Pornografi Terhadap Perilaku Siswa dan Upaya Guru Pembimbing Untuk Mengatasinya,” 2012.

⁶ Erman Amti Prayitno, “Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling” (Jakarta: Rineka cipta, 1994), 105.

Proses konseling individu berpengaruh besar terhadap peningkatan konseli karena pada konseling individu konselor berusaha meningkatkan sikap siswa dengan cara berinteraksi selama jangka waktu tertentu dengan cara bertatap muka secara langsung untuk menghasilkan peningkatan pada diri konseli, baik cara berpikir, berperasaan, sikap, dan perilaku.

Konseling individu digunakan sebagai layanan oleh guru bimbingan dan konseling di sekolah SMP Negeri 19 Bandar Lampung untuk mengatasi Kejenuhan Belajar peserta didik juga untuk mengetahui peranan guru di sekolah serta pencarian data dengan masalah tertentu untuk diselesaikan berbagai macam masalah yang ada disekolah sehingga dapat diselesaikannya permasalahan yang ada disekolah ini sendiri.

Di SMP Negeri 19 Bandar Lampung berdasarkan observasi yang saya laksanakan apabila terdapat peserta didik yang bermasalah contohnya Peserta didik telat mengumpulkan tugas , tidak masuk dalam pembelajaran daring, telat hadir dalam pembelajaran daring. Biasanya wali kelas mengalih tangan kasus ke guru bimbingan dan konseling, kemudian guru bimbingan dan konseling menindak lanjuti permasalahan tersebut dengan cara melakukan konseling individu, konseling biasanya melalui *whatsapp* pribadi atau bahkan memanggil anak tersebut untuk datang ke sekolah, dan apabila anak tidak datang ke sekolah biasanya guru bimbingan dan konseling datang kerumah peserta didik tersebut yang biasa disebut dengan *Home visit*.

Salah satu indikator kejenuhan belajar yang dikemukakan oleh Schaufeli dan Enzman adalah aspek kelelahan emosional yang dimana disebabkan oleh tuntutan yang berlebihan yang dihadapi oleh peserta didik dan ditunjukkan oleh perasaan dan beban pikiran yang berlebih. Indikator dari kelelahan emosional adalah, merasa *stress*, bosan, rasa sedih, sulit mengendalikan emosi, ketakutan pada nilai atau prestasi yang menurun, dan merasa cemas.

Tabel 1
Data Kejenuhan Belajar Peserta Didik
Kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung

No	Indikator							
	Nama Inisial Peserta didik	1	2	3	4	5	6	Jumlah Indikator
1	JBT		✓					2
2	DFP		✓			✓		3
3	RAP			✓	✓	✓		4
4	VM		✓	✓	✓			4
5	SP		✓			✓		3
Total		4	5	2	2	2	1	16

Sumber: Wawancara dengan Peserta Didik Kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

Keterangan Indikator :

1. Merasa *stress*
2. Mudah bosan
3. Rasa sedih
4. Sulit mengendalikan emosi
5. Ketakutan pada nilai atau prestasi yang menurun
6. Merasa cemas.⁷

Data tabel diatas didapatkan dari hasil ceklis setelah melakukan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling dan wawancara dengan peserta didik. Dan ke 5 peserta didik diatas didapatkan dari catatan keaktifan peserta didik saat pembelajaran daring, buku kasus, serta rekomendasi dari guru bimbingan dan konseling yang dimana ke 5 peserta didik di atas sudah pernah melakukan konseling individu dengan guru bimbingan dan konseling.

⁷ Ridha Yana Magrur, Nani Restati Siregar, and Dodi Priyatmo Silondae, "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa," *Jurnal Ilmiah Bening : Belajar Bimbingan Dan Konseling* 4, no. 1 (2020): 117–24, <https://doi.org/10.36709/bening.v4i1.10496>.

Beberapa indikator yang menyebabkan ke 5 peserta didik diatas mengalami kejenuhan belajar dilihat dari aspek kelelahan emosional yaitu merasa *stress*, bosan, rasa sedih, sulit mengendalikan emosi, ketakutan pada nilai atau prestasi yang menurun, dan merasa cemas.

Bersumber pada perolehan Tanya jawab di SMP Negeri 19 Bandar Lampung, menurut keterangan mengenai keterangan dokumentasi serta bertanya jawab bersama guru bimbingan dan konseling diperoleh suatu keterangan peserta didik yang bisa dikategorikan mengalami kejenuhan belajar pada saat pembelajaran *online* berlangsung. Berikut ini penelitian yang dilakukan dari proses Tanya jawab melalui guru bimbingan dan konseling ibu Yeni Parida ,S.Pd bahwa:

“...Terdapat peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar, yaitu di kelas IX G, peserta didik tersebut sering telat mengumpulkan tugas yang diberikan guru mata pelajaran, dan sering tidak masuk ketika jam pembelajaran daring berlangsung, ketika ditanya mereka selalu mengeluhkan tugas yang diberikan oleh guru-guru mata pelajaran, serta sulit untuk memahami materi yang diberikan sehingga menyebabkan peserta didik mengalami kejenuhan dalam belajar daring. Layanan yang diberikan adalah konseling individu dengan teknik konseling direktif, beliau juga menjelaskan bahwa teknik konseling direktif dipakai dikarenakan peserta didik perlu adanya saran dan motivasi dari guru bimbingan dan konseling serta guru memberikan pandangan tentang keluar dari suatu masalah atau menjelaskan apa yang sebaiknya dilakukan peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar, biasanya peserta didik yang mengalami permasalahan dengan guru mata pelajaran akan kami hubungi secara *online* atau kami akan melaksanakan *home visit* apa bila tidak ada respon dari peserta didik ataupun orang tua dari peserta didik tersebut. Penerapan konseling individu biasanya dilaksanakan secara online melalui media *Whatsapp* atau

melaksanakan bimbingan secara langsung dengan memberikan surat panggilan kepada peserta didik tersebut untuk ke sekolah. Dampak dari kejenuhan belajar ini untuk peserta didik adalah menurunnya prestasi, serta kehilangan motivasi pada peserta didik.”⁸

Wawancara juga dilakukan dengan bapak Sugandi ,S.Pd sebagai koordinator guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 19 Bandar Lampung, Bapak Sugandi ,S.Pd mengatakan bahwa:

“...Peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar biasanya disebabkan oleh tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran dan ketidak pahaman peserta didik terhadap materi yang diberikan, kejenuhan peserta didik sangat berpengaruh pada motivasi belajar dan prestasi yang menurun, Layanan yang diberikan biasanya dengan melakukan konseling individu kepada peserta didik tersebut agar nantinya peserta didik dapat menjadi lebih baik lagi dengan diberikannya motivasi dan arahan dari guru bimbingan dan konseling, biasanya guru bimbingan dan konseling mendapat laporan dari guru mata pelajaran dan wali kelas tentang peserta didik yang tidak mengumpulkan tugas, dan tidak masuk saat pembelajaran daring, kemudian diatasi oleh guru bimbingan dan konseling dengan mencari tahu penyebabnya, dan diberikannya layanan konseling individu.”⁹

Selanjutnya adalah wawancara dengan peserta didik, berinisial JBT yang menjelaskan bahwa:

“...Merasa bosan saat pembelajaran daring dikarenakan banyak nya tugas yang diberikan oleh masing-masing guru mata pelajaran, kadang belum selesai satu tugas sudah diberikan tugas yang baru. *Stress* karena materi yang diberikan terkesan sulit untuk di pahami, nggak bisa

⁸ Yeni Parida, Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 19 Bandar Lampung, Tanggal 8 Juni 2021

⁹ Sugandi, Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 19 Bandar Lampung, Tanggal 8 Juni 2021

ngerjain tugas contohnya mata pelajaran matematika, B.Ingggris, jadi memilih tidak mengerjakan tugas yang diberikan, kadang juga pas lagi daring ataupun lagi ngerjain tugas suka dipanggil orang tua buat bantuin mereka atau pun suka muncul *notifikasi Whatsapp* dari teman atau pun *game*, jadi tugas nya suka terbengkalai bahkan kadang sampe sengaja nggak dikerjain karena udah males duluan.”¹⁰

Peserta didik JBT merasa *stress* saat pembelajaran daring karena tuntutan dan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran yang banyak dan sulit dipahami oleh peserta didik tersebut sehingga dia sampai mengabaikan tugas-tugas yang diberikan oleh gurunya, dan juga peserta didik JBT sulit untuk memfokuskan diri ketika lagi belajar daring sehingga memilih untuk tidak mengikuti pembelajaran secara daring.

Hasil wawancara peneliti dengan peserta didik yang kedua berinisial DFP:

“...Materi yang diberikan oleh guru sulit dimengerti, bosan belajar daring karena tidak bisa bertatap muka secara langsung ketika belajar, nggak bisa ketemu atau pun main sama temen-temen, merasa capek karena dirumah selain harus mengerjakan tugas juga harus membantu orang tua mengerjakan pekerjaan dirumah. Sering telat mengumpulkan tugas dikarenakan jaringan yang suka hilang, kadang juga nggak ngumpul tugas dikarenakan tugas *deadline* nya berbarengan, jadi bingung mau ngerjain tugas yang mana duluan, pernah merasa stress karena takut nilainya turun karena materinya kurang paham, Bosan karena ketika belajar daring kita Cuma membaca materi yang diberikan guru atau mendengarkan materi yang dijelaskan oleh guru jadi suka ngantuk juga kalo lagi belajar daring.”¹¹

¹⁰ Sumber JBT, Wawancara dengan peserta didik SMP Negeri 19 Bandar Lampung, Tanggal 12 Juni 2021

¹¹ Sumber DFP, Wawancara dengan peserta didik SMP Negeri 19 Bandar Lampung, Tanggal 12 Juni 2021

Peserta didik DFP merasa bosan saat pembelajaran daring karena tidak bisa belajar secara langsung dan bertatap muka dengan teman-temannya secara langsung, merasa capek dengan tuntutan tugas di sekolah belum lagi kalo dirumah harus bantu orang tua, sering telat mengumpulkan tugas dikarenakan kadang jaringan suka hilang, kadang peserta didik DFP tidak mengumpulkan tugas karena deadline tugas nya suka bersamaan jadi peserta didik DFP bingung mau mengerjakan tugas yang mana terlebih dahulu, merasa stress dan bosan karena kalo lagi belajar daring Cuma bisa membaca materi yang di berikan oleh guru atau mendengarkan guru ceramah tentang materi sehingga peserta didik DFP suka mengantuk.

Hasil wawancara peneliti dengan peserta didik yang ketiga yang berinisial RAP :

“...Bosan saat pembelajaran daring karena materi yang disampaikan terkesan monoton, tidak bisa bertemu dengan teman-teman karena biasanya kalo lagi *offline* selain belajar juga bisa diselingi bermain dengan teman-teman, suka merasa sedih juga kalo lagi belajar daring paket internet suka tiba-tiba habis, kesulitan untuk mengontrol emosi yang disebabkan oleh mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru seperti tugas mencatat, dan membuat video, dikarenakan tugas yang sulit dan banyak dan kadang pusing jadi sering buat ga ngumpulin tugas, terkadang perasaan cemas datang apabila guru memberikan kuis dadakan.”¹²

Peserta didik berinisial RAP mengalami kejenuhan dalam belajar sehingga menyebabkan dia suka menunda mengumpulkan tugas dan semua itu sangat berdampak prestasi belajarnya, Peserta didik berinisial RAP juga merasakan kejenuhan karena tidak bisa bertemu dengan teman-teman nya. Dan kadang peserta didik tidak mengerjakan tugas karena tidak memahami materi yang diberikan.

¹² Sumber RAP, Wawancara dengan peserta didik SMP Negeri 19 Bandar Lampung, Tanggal 12 Juni 2021

Perolehan wawancara dengan peserta didik yang ke empat yang berinisial VM adalah:

“...Bosan saat pembelajaran daring dikarenakan ada beberapa materi yang sulit dipahami dan dimengerti, suka sedih saat belajar daring karena jaringan suka tiba-tiba hilang sehingga tidak bisa mengikuti pembelajaran daring, *stress* nya waktu pembelajaran daring itu ketika ga bisa menjawab soal yang diberikan oleh guru dirumah ga ada yang ngajarin nanya lewat online juga kadang tetap aja nggak paham, karena itu jadi sampe nggak ngumpulin tugas, ketakutan pada nilai ataupun prestasi yang menurun karena suka tidak mengumpulkan tugas, nggak nyaman juga belajar dirumah karena orang tua suka tiba-tiba manggil apa lagi pas lagi fokus, dan akhirnya ninggalin tugas yang diberikan guru.”¹³

Peserta didik VM susah untuk memahami pembelajaran yang diberikan oleh guru secara online sehingga menyebabkan dia kesusahan mengerjakan tugas dan akhirnya tidak mengerjakan dan mengumpulkan tugas yang diberikan, kejenuhan peserta didik VM karena dia susah memahami materi yang diberikan secara online, dan ketidaknyamanan dia ketika belajar dirumah juga menyebabkan peserta didik VM kehilangan fokus.

Selanjutnya wawancara dengan peserta didik yang ke lima berinisial SP yaitu:

“...Merasa bosan dengan tugas yang diberikan oleh guru seperti pembuatan video karena saya nggak bisa buat edit video bahkan suka sampe nggak ngumpul kalo tugasnya disuruh buat video, pernah tidak masuk pembelajaran daring karena ketiduran, merasa terbebani dengan pembuatan video apa lagi pernah disuruh masak, masakan tradisional dan itu semua harus dibuat video dari awal pembelajaran sampai selesai, itu merupakan hal yang membosankan apalagi kalo dikerjain sendiri, ketakutan pada prestasi yang menurun karena suka tidak ngumpulin

¹³ Sumber VM, Wawancara dengan peserta didik SMP Negeri 19 Bandar Lampug, Tanggal 12 Juni 2021

tugas atau terlambat ngumpulin tugas, bener-bener merasakan stress saat pembelajaran daring karena tuntutan dari sekolah, ketika belajar daring kita dituntut untuk mendengarkan guru menjelaskan kadang suka ngantuk, pernah sampe ketiduran sampe *meet* nya mati sendiri.”¹⁴

Peserta didik SP merasa bosan karena tugas-tugas yang diberikan oleh guru semasa daring itu susah, merasa terbebani dengan tugas contohnya pembuatan video yang dikerjakan secara individu, peserta didik SP kehilangan motivasi sehingga menyebabkan dia jenuh dan tidak mengumpulkan tugas yang diberikan.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan tersebut ditemukan peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar dilihat dari aspek emosional, kelelahan fisik, kelelahan kognitif, dan kelelahan motivasi di SMP Negeri 19 Bandar Lampung apabila hal tersebut diabaikan dan tidak ditangani maka akan berdampak buruk untuk peserta didik.

Dalam *setting* sekolah, melalui guru bimbingan dan konseling ialah dukungan yang amat berarti dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik. Sehubungan dengan hal tersebut maka konseling individu dengan teknik konseling direktif adalah salah satu langkah yang dapat dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling yang ada di SMP Negeri 19 Bandar Lampung. Pelaksanaan konseling individu dengan teknik konseling direktif merupakan suatu usaha agar dapat membantu menyelesaikan suatu masalah konseli.

Menurut penjelasan latar belakang yang terkandung, kemudian peneliti terdorong akan melaksanakan penelitian dengan judul **“Pelaksanaan Konseling Individu Teknik Direktif Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Peserta Didik Kelas IX Di SMP Negeri 19 Bandar Lampung”**.

C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian

1. Fokus Penelitian

¹⁴ Sumber SP, Wawancara dengan peserta didik SMP Negeri 19 Bandar Lampung, Tanggal 12 Juni 2021

Mengenai fokus terkait dengan penelitian ini adalah pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

2. Sub Fokus Penelitian

Sub Fokus penelitian adalah:

- a. Tahap perencanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX
- b. Tahap pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan, dapat dirumuskan beberapa rumusan masalah, yaitu:

1. Bagaimana tahap perencanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung ?
2. Bagaimana tahap pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung ?

E. Tujuan penelitian

Berdasarkan batasan masalah yang peneliti paparkan diatas, maka permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui tahap perencanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.
2. Untuk mengetahui tahap pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung,

F. Manfaat Penelitian

Penelitian yang penulis laksanakan ini diharapkan dapat mempunyai kegunaan sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

Perolehan dari suatu penelitian ini diharapkan dapat menyampaikan tanggapan berdasarkan rumusan masalah tentang pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung, sebagai tambahan pengetahuan yang banyak hasil dan dapat dijadikan tinjauan untuk peneliti selanjutnya.

2. Secara Praktis

- a. Untuk Guru Bimbingan dan Konseling : Sebagai alternative sumbangan pemikiran dalam membantu memecahkan masalah yang berkaitan dengan bagaimana pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.
- b. Bagi Peneliti : Dari penelitian ini diharapkan mampu menyampaikan keterangan yang sebenarnya dengan detail terkait dengan pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh **Nur Zaituny Busyra** dengan judul **“Penerapan Konseling Direktif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Korban *Bullying* Di SDN Kenari Jakarta Tahun 2019”**.

Penelitian ini dilakukan untuk melihat efektivitas program intervensi perilaku, yaitu dengan konseling direktif dalam mengatasi perilaku kepercayaan diri yang rendah pada korban bullying di SDN Kenari Jakarta.

Berdasarkan data-data yang diperoleh dan hasil pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa program intervensi perilaku, konseling direktif cukup efektif dalam mengatasi perilaku kepercayaan diri yang rendah. Dengan perolehan hasil yang menunjukkan adanya perubahan mean

persentase perilaku kepercayaan diri yang rendah pada tahap baseline (A1), intervensi, dan baseline (A2). Pada tahap baseline (A1) yang berkisar antara 83,3% sampai dengan 70%.

Perbedaannya dari uraian skripsi diatas dengan penelitian yang akan diteliti oleh penulis yaitu mengenai peserta didik yang akan diteliti dalam hal ini penulis melakukan penelitian mengenai pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik di SMPN 19 Bandar Lampung, sedangkan pada penelitian diatas lebih berfokus pada Penerapan Konseling Direktif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Korban *Bullying* Di SDN Kenari Jakarta Tahun 2019.¹⁵

2. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh **Marti Yoan Tutional S, Abd.Munir, Bau Ratu** dengan judul **“Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior Contract* Pada Siswa SMP Negeri 6 Palu”**. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengurangi perilaku membolos melalui konseling individual dengan teknik *behavior contract*.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling individual dengan teknik *behavior contract* bahwa tindakan siklus II telah berhasil dengan total pengurangan sebesar 80,55%. Hasil data ini menunjukkan bahwa tindakan siklus II telah berhasil dan tidak perlu dilanjutkan ke siklus berikutnya.

Perbedaannya dari uraian skripsi diatas dengan penelitian yang akan diteliti oleh penulis yaitu mengenai peserta didik yang akan diteliti dalam hal ini penulis melakukan penelitian mengenai pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik di SMP Negeri 19 Bandar Lampung, sedangkan dalam penelitian

¹⁵ Nur Zaituny Busyra and Wazar Pulungan, “Penerapan Konseling Direktif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Korban Bullying Di SDN Kenari Jakarta,” Jurnal Ilmiah Psikologi 9, no. 2 (2018).

diatas lebih berfokus pada penelitian Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior Contract* Pada Siswa SMP Negeri 6 Palu.¹⁶

3. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh **Anita Damayanti, Agus Suradika, Tasyfi Barkidzki Asmas**, dengan judul **“Strategi Mengurangi Kejenuhan Anak Dalam Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) melalui Aplikasi ICANDO pada Siswa Kelas I SDN Pondok Pinang 08 Pagi”**. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah strategi mengurangi kejenuhan anak dalam Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) siswa kelas I dapat teratasi melalui penggunaan aplikasi ICANDO.

Hasil dari penelitiannya adalah Aplikasi ICANDO memberikan solusi yang tepat guna mengurangi rasa jenuh peserta didik saat belajar, karena aplikasi ini memiliki konten yang selaras dengan kurikulum 2013 revisi tematik. Petualangan belajar pada aplikasi ini disesuaikan dengan tingkatan sekolah dan kurikulum nasional yang berlaku.

Perbedaannya dari uraian skripsi diatas dengan penelitian yang akan diteliti oleh penulis yaitu mengenai peserta didik yang akan diteliti dalam hal ini penulis melakukan penelitian mengenai pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik di SMPN 19 Bandar Lampung, sedangkan dalam penelitian diatas lebih berfokus pada Strategi Mengurangi Kejenuhan Anak Dalam Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) melalui Aplikasi ICANDO pada Siswa Kelas I SDN Pondok Pinang 08 Pagi.¹⁷

4. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh **Novy Trisnani, Anita Dewi Astuti** yang berjudul **“Penguatan Peran Orang Tua Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Anak Selama**

¹⁶ Tution et al., “Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Kampus FKIP Untad Bumi Tadulako Tondo 59,” *Jurnal Konseling & Psikoedukasi* 1, no. 2 (2016): 415.

¹⁷ Anita Damayanti, Agus Suradika, and BT Asmas, “Strategi Mengurangi Kejenuhan Anak Dalam Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) Melalui Aplikasi ICANDO Pada Siswa Kelas I SDN Pondok Pinang 08 Pagi,” *Http://Jurnal.Umj.Ac.Id/Index.Php/Semnaslit*, 2020, 1–10, <http://jurnal.umd.ac.id/index.php/semnaslit>.

Pandemi Covid-19”. Tujuan diselenggarakannya kegiatan pengabdian ini adalah memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada orang tua tentang cara dan strategi dalam mengatasi kejenuhan belajar anak di masa pandemi Covid-19.

Hasil dari penelitian ini Berdasarkan kegiatan yang dilakukan oleh tim pengabdian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan orang tua dalam mengatasi kejenuhan belajar pada anak, terlihat dari hasil survei dimana terdapat peningkatan skor pengetahuan pada masing-masing indikator pengetahuan peserta.

Perbedaannya dari uraian skripsi diatas dengan penelitian yang akan diteliti oleh penulis yaitu mengenai peserta didik yang akan diteliti dalam hal ini penulis melakukan penelitian mengenai pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik di SMPN 19 Bandar Lampung, sedangkan dalam penelitian diatas lebih berfokus pada Penguatan Peran Orang Tua Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Anak Selama Pandemi Covid-19.¹⁸

5. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh **Junaidi Zultoni dan Farida Herna Astuti** yang berjudul **“Pengaruh Layanan Konseling Individu Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas XI Di SMAN 2 Pringgarata”**. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling individu terhadap penyesuaian diri siswa kelas XI di SMAN 2 Pringgarata Kabupaten Lombok Tengah Tahun Pelajaran 2015/2016.

Kesimpulan hasil analisis data dalam penelitian ini adalah ada pengaruh yang signifikan pada Pengaruh Layanan Konseling Individu Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas XI Di SMAN 2 Pringgarata Kabupaten Lombok Tengah Tahun Pelajaran 2015/2016.

¹⁸ Novy Trisnani and Anita Dewi Astuti, “Penguatan Peran Orang Tua Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Anak Selama Pandemi Covid-19,” *Jurnal Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 17, no. 1 (2021): 97–106, <https://doi.org/10.20414/transformasi.v17i1.3190>.

Perbedaannya dari uraian skripsi diatas dengan penelitian yang akan diteliti oleh penulis yaitu mengenai peserta didik yang akan diteliti dalam hal ini penulis melakukan penelitian mengenai pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik di SMPN 19 Bandar Lampung, sedangkan dalam penelitian diatas lebih berfokus pada Layanan Konseling Individu Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas XI Di SMAN 2 Pringgarata.¹⁹

H. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, sebab peneliti ingin mendeskripsikan dan menggambarkan bagaimana sebenarnya pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung, penelitian ini juga dipilih karena peneliti tidak mengetahui sama sekali tentang bagaimana pelaksanaan Konseling Individu Teknik direktif disekolah tersebut untuk mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa. Disamping itu, pendekatan itu memungkinkan peneliti mengumpulkan data dan menyesuaikan dengan konteks, karena penelitian ini relevan menggunakan Metode Kualitatif.

Bogdan dan Taylor mendefinisikan Metodologi Kualitatif sebagai Prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. menurut mereka,pendekatan ini diarahkan pada latar dan individu tersebut secara holistik (utuh). Sedangkan menurut Kirk dan Miller mendefinisikan bahwa penelitian kualitatif adalah tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial yang secara fundamental tergantung dari pengamatan pada manusia baik dalam kawasannya maupun dalam peristilahannya.²⁰

¹⁹ Astuti Herna Farida dan Zultoni Junaidi, “Pengaruh Layanan Konseling Individu Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas XI Di SMAN 2 Pringgarata,” *Jurnal Paedagogy* volume 3 (2016): 45–51.

²⁰ J.Moleong lexy, “Metodologi Penelitian Kualitatif” (Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2017), 4–6.

Penelitian kualitatif digunakan untuk mendapatkan data yang mendalam suatu data yang mengandung data sebenarnya data yang pasti dan merupakan suatu nilai dibalik data yang tampak. penelitian ini menggunakan prosedur penelitian analisis yang tidak menggunakan prosedur analisis statistik atau cara kuantifikasi lainnya.dalam penelitian ini berupaya mendeskripsikan tentang pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

2. Lokasi penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 19 Bandar Lampung Beralamat di jalan Turi Raya No.1, Kelurahan Labuhan Dalam, Kecamatan Tanjung Senang, Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung.

3. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah orang-orang yang menjadi sumber informasi yang dapat memberi data sesuai dengan masalah yang sedang diteliti. subjek dalam penelitian adalah guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

4. Sumber Data

Menurut Lofland sumber data utama dalam penelitian kualitatif ialah kata-kata,dan tindakan selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen dan lain-lain.²¹ Dalam penelitian kualitatif ini, sumber data dipilih secara *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu, seperti orang tersebut dianggap paling mengetahui tentang apa yang peneliti harapkan.²² Dengan pengambilan sumber data yang dipilih secara *purposive sampling*, maka sumber data yang dipilih

²¹ J.Moleong Lexy, "Metodelogi Penelitian Kualitatif" (Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2017), 157.

²² Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D" (Bandung: Alfabeta, 2012), 124.

adalah orang-orang yang dianggap sangat mengetahui permasalahan yang akan diteliti atau juga yang berwenang dalam masalah tersebut. Dalam penentuan sampel sebagai sumber data atau informan sebaiknya yang memenuhi kriteria sebagai berikut:

- 1) Mereka yang menguasai atau memahami sesuatu melalui proses “Akulturasi”, sehingga sesuatu itu bukan sekedar diketahui, tetapi juga dihayati.
- 2) Mereka yang tergolong masih sedang berkecimpung untuk dimintai informasi.
- 3) Mereka yang tidak cenderung menyampaikan informasi berdasarkan hasil “Kemasannya” sendiri.
- 4) Mereka yang pada mulanya tergolong “cukup asing” dengan penelitian ini sehingga lebih menggairahkan untuk dijadikan semacam guru atau narasumber.

Pengumpulan data dalam penelitian ini disesuaikan dengan jenis data yang dibutuhkan maka yang menjadi sumber data dalam penelitian ini adalah orang-orang yang mengetahui tentang sebenarnya pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung, menurut Moleong sumber data dibagi menjadi dua sebagai berikut :²³

a. Sumber data primer

Sumber data primer adalah data yang diperoleh dari sumber data pertama melalui prosedur dan teknik pengambilan data berupa interview dan observasi. Dalam penelitian kualitatif, jumlah sumber data atau responden tidak ditentukan sebelumnya, sebab apabila telah diperoleh informasi yang maksimal maka tujuan merekalah sudah dipenuhi. Oleh karena itu konsep sampel dalam penelitian kualitatif adalah berkaitan dengan bagaimana memilih responden dan situasi sosial tertentu dapat memberikan informasi secara faktual dan akurat

²³ J. Moleong lexy, “Metode Penelitian Kualitatif” (Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 158M, n.d.), 157.

mengenai fokus penelitian. Untuk memperoleh data yang jelas dan sesuai dengan masalah penelitian, maka peneliti mendatangi lokasi penelitian secara langsung untuk memperoleh data melalui responden yang meliputi: Guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

b. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber tertulis dapat dibagi atas sumber buku dan majalah ilmiah, sumber dari arsip, dokumen pribadi, dan dokumen resmi. Adapun data-data sekunder dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Buku-buku yang relevan yang terkait dengan judul penelitian.
2. Dokumen-dokumen resmi tentang pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.
3. Data-data yang terkait dengan pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang dilakukan peneliti untuk pengumpulan data adalah sebagai berikut:

a. Observasi

Observasi adalah suatu teknik pengumpulan data yang dilakukan untuk mendapatkan data yang bersumber dari suatu kejadian, perilaku atau tempat lokasi, benda dan rekaman gambar yang dilakukan secara lebih detail melalui pengamatan dengan panca penglihatan manusia.²⁴

Dalam penelitian ini menggunakan observasi non partisipan, artinya dalam penelitian ini peneliti tidak terlibat

²⁴ Sutopo, "Metode Penelitian Kualitatif Dasar Teori dan Terapannya Dalam Penelitian" (Surakarta: Sebelas Maret Universitas Press, 2002), 235.

langsung didalam kehidupan orang yang diobservasi, dan secara terpisah kedudukannya sebagai pengamat.

b. Wawancara

Wawancara adalah cara pengumpulan data dengan mengadakan Tanya jawab langsung kepada objek yang diteliti yaitu guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 19 Bandar Lampung yaitu ibu Yeni Parida S.Pd. Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang akan diteliti. Wawancara dapat dilakukan secara terstruktur maupun tidak struktur dan dapat dilakukan secara langsung maupun menggunakan telepon.²⁵ menurut Susan Stainback wawancara merupakan cara untuk mengetahui hal-hal yang lebih mendalam tentang partisipan dalam menginterpretasikan situasi dan fenomena yang terjadi.

Adapun macam - macam wawancara adalah:

1. Wawancara Terstruktur

Wawancara terstruktur digunakan sebagai teknik pengumpulan data, bila peneliti atau pengumpul data telah mengetahui dengan pasti tentang informasi apa yang akan diperoleh. Dengan wawancara terstruktur ini setiap responden diberi pertanyaan yang sama dan pengumpul data mencatatnya. Dalam melakukan wawancara selesai harus membawa instrumen sebagai pedoman untuk wawancara maka pengumpul data juga dapat menggunakan alat bantu seperti tipe recorder, gambar, brosur, dan alat lain yang dapat membantu pelaksanaan wawancara menjadi lancar.

2. Wawancara Semi-struktur (*Semi structure Interview*)

Wawancara ini termasuk dalam kategori *in-dept interview*, dimana dalam pelaksanaanya lebih bebas bila dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Tujuan

²⁵ Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D" (Bandung: Alfabeta, 2015), 233.

dari wawancara ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat dan ide –idennya.

3. Wawancara Tak Terstruktur (*Unstructure Interview*)

Wawancara ini merupakan wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan.²⁶

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan wawancara tidak struktur dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanya. Teknik pengumpulan data berupa wawancara ini digunakan untuk memperoleh data mengenai Bagaimana Perencanaan dan Pelaksanaan Konseling Individu Teknik Direktif Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Peserta Didik Kelas IX Di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumentasi yang berbentuk tulisan misalnya foto, gambar hidup dan lainnya.²⁷ Adapun dokumentasi yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu berupa foto-foto kegiatan atau kejadian pada saat penelitian. Dokumentasi ini bertujuan mempermudah pengecekan suatu kebenaran atau peristiwa, sehingga penelitian menjadi valid.

²⁶ Sugiyono, “Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D” (Bandung: Alfabeta, 2012), 233.

²⁷ Sugiyono, “Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D” (Bandung: Alfabeta, 2015), 227.

6. Analisis Data

Menurut Bogdan & Biklen analisis data adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.²⁸

Teknis analisis data dilaksanakan dengan teknik analisis interaktif yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman, analisis ini terdiri dari beberapa komponen yang saling berinteraksi yaitu:²⁹

a. Reduksi Data

Reduksi data dilakukan sebagai proses seleksi, pengfokusan, penyederhanaan dan abstraksi dari catatan lapangan. Pada saat penelitian, reduksi data dilakukan dengan membuat ringkasan dari catatan yang diperoleh dari lapangan dengan membuat coding memusatkan tema dan menentukan batas, memperpendek, hak-hak yang tidak penting dan mengatur data sedemikian rupa sehingga simpulan penelitian dapat dilakukan.

Dalam reduksi data atau data *reduction* yang peneliti lakukan terkait pada pelaksanaan konseling individu teknik direktif dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 19 Bandar Lampung, hasilnya yang telah didapat berdasarkan dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi yang selanjutnya akan dirangkum agar mendapatkan data penting yang dapat mengungkapkan suatu permasalahan dalam penelitian.

b. Penyajian Data

Data display adalah memperlihatkan informasi yang didapatkan dari proses reduksi terkait dengan kebutuhan data, kemudian data serta informasi yang diperoleh

²⁸ J.Moleong lexy, "Metodologi Penelitian Kualitatif" (Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2017), 248.

²⁹ Emzir, "Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data" (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), 159.

dihimpun dan diorganisasikan berdasarkan fokus problem yang diteliti, sehingga menjadi suatu penjelasan yang bermakna.³⁰

c. Penarikan Kesimpulan

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Sugiyono adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya.

Dapat diambil kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan berkembang setelah penelitian berada di lapangan.³¹

7. Keabsahan Data

Untuk menguji keabsahan data penelitian, peneliti menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi dalam pengujian keabsahan yaitu sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara serta berbagai waktu.³² Teknik triangulasi yang paling banyak digunakan ialah pemeriksaan melalui sumber lainnya.

Denzin membedakan 4 macam triangulasi :

- a. Triangulasi dengan sumber, berarti membandingkan dan mengecek baik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam metode kualitatif.
- b. Triangulasi dengan metode, Menurut Patton

³⁰ Maman Rachman, "Strategi dan Langkah-Langkah Penelitian" (Semarang: IKIP Semarang Pers, 1999), 210.

³¹ Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D" (Bandung: Alfabeta, 2018), 345.

³² John W Cresswel, "Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed" (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2009), 372.

menggunakan dua strategi, yaitu pertama, pengecekan derajat kepercayaan penemuan hasil penelitian beberapa teknik pengumpulan data dan kedua, pengecekan derajat kepercayaan beberapa sumber data dengan metode yang sama.

- c. Triangulasi dengan penyidik, berarti pemeriksaan dengan jalan memanfaatkan peneliti atau pengamat lainnya untuk keperluan pengecekan kembali derajat kepercayaan data.
- d. Triangulasi dengan teori, menurut Lincoln dan Guba, berdasarkan anggapan bahwa fakta tertentu tidak dapat diperiksa derajat kepercayaannya kembali derajat kepercayaan data.³³

Teknik Triangulasi yakni peneliti menerapkan prosedur pengumpulan data dengan tidak sama untuk mempunyai data dari dengan yang serupa. Triangulasi dengan metode mengacu, untuk melakukan pengecekan pada pengumpulan data atau informasi apakah hasilnya informasi metode wawancara sama dengan metode observasi atau hasilnya metode observasi atau hasilnya metode observasi sesuai dengan informasi saat dilaksanakan metode wawancara.

I. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah dalam memahami skripsi yang akan disusun nantinya, maka penulis memandang perlu mengemukakan sistematika pembahasan, yaitu sebagai berikut:

BAB 1 Pendahuluan

Bab ini berisikan tentang penegasan judul, latar belakang masalah, fokus dan sub fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II Landasan Teori

Bab ini berisikan tentang landasan teori, pada bab ini berisi penjelasan teoritis tentang hal-hal yang berhubungan dengan

³³ Lexy J. meleong, "Motode Penelitian Kualitatif" (Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2005), 330.

layanan informasi dan sekolah lanjutan

BAB III Deskripsi Objek Penelitian

Bab ini berisikan tentang gambaran umum SMP Negeri 19 Bandar Lampung serta penyajian fakta dan data penelitian

BAB IV analisis penelitian

Bab ini berisikan tentang analisis data penelitian dan temuan penelitian

BAB V Penutup

Bab ini berisikan tentang kesimpulan dan rekomendasi dari hasil kesimpulan.



BAB II LANDASAN TEORI

A. Layanan dan Konseling Individu

1. Pengertian Layanan dan Konseling Individu

Konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan seseorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tidak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien memecahkan kesulitan ataupun masalah yang dihadapi.³⁴

Konseling individual yaitu layanan bimbingan konseling yang memungkinkan peserta didik atau konseli mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang diderita konseli.³⁵ Konseling individu merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik yang mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing (konselor) dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalah. Hal ini dinyatakan dalam surat Al-Ashr ayat 3 sebagai berikut:

إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا

بِالصَّبْرِ

Artinya : Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasihati untuk kebenaran dan saling

³⁴ Willis.S.Sofyan, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Cv Alfabeta, 2007).

³⁵ Hellen, *Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Quantum Teaching, 2005).

menasihati untuk kesabaran. (Q.S. Al-Ashr : 3)

Surat Al-Ashr ayat 3 diatas menjelaskan bahwa peran guru bimbingan dan konseling atau konselor untuk memberikan dan menyampaikan kebenaran-kebenaran kepada klien.

Dengan belajar manusia bisa mendapatkan dan menambah ilmu serta wawasan yang baru, dengan ilmu juga manusia dapat berkarya untuk kehidupan yang lebih baik bahwa kemudahan dan kesuksesan hidup baik di dunia maupun di akhirat dapat dicapai oleh manusia melalui ilmu pengetahuan.

Berdasarkan berbagai definisi diatas dapat disimpulkan bahwa konseling individu adalah proses pemberian bantuan kepada seseorang secara tatap muka (perorangan) dengan Guru Bimbingan Konseling dalam rangka pengetasan masalah pribadi yang dialami oleh konseli atau peserta didik yang bersangkutan.

2. Tujuan Layanan Konseling Individu

Tujuan Layanan Konseling Individu Menurut Gibson, Mitchell & Basile menyebutkan tujuan konseling perorangan sebagai berikut:

- a. Tujuan perkembangan yaitu membantu peserta didik dalam proses pertumbuhan dan perkembangan dan memperhitungkan hal-hal yang mungkin terjadi dalam proses tersebut antara lain perkembangan kehidupan pribadi, sosial, emosional, fisik, kognitif dan lain lain.
- b. Tujuan pencegahan adalah guru atau konselor memberikan bantuan kepada peserta didik mengantisipasi hal-hal yang tidak diinginkan.
- c. Tujuan peningkatan adalah guru atau konselor membantu peserta didik dalam mengembangkan kemampuan dan keterampilannya.
- d. Tujuan perbaikan adalah guru atau konselor membantu peserta didik menghilangkan

perkembangan-perkembangan yang tidak diinginkan.

- e. Tujuan penyelidikan adalah menguji kelayakan tujuan guna memeriksa pilihan-pilihan, pengetesan keterampilan, dan mencoba aktivitas baru dan berbeda dan sebagainya.
- f. Tujuan penguatan adalah membantu guru atau konselor membantu peserta didik untuk menyadarkan apa peserta didik telah lakukan, dipikirkan dan dirasakan sudah baik.
- g. Tujuan kognitif adalah memperoleh kemampuan dasar pembelajaran dan keterampilan kognitif.
- h. Tujuan fisiologis adalah memperoleh pemahaman dasar serta kebiasaan selalu hidup sehat.
- i. Tujuan psikologis yakni memberikan bantuan dalam mengembangkan keterampilan sosial, belajar dalam mengontrol emosi, mengembangkan konsep diri positif dan lain-lain.³⁶

3. Langkah-Langkah Layanan Konseling Individu

Langkah-langkah dalam konseling individual yaitu sebagai berikut:

- a. *Persiapan*, meliputi: kesiapan fisik dan psikis konselor, tempat dan lingkungan sekitar, perlengkapan, pemahaman Konseli dan waktu.
- b. *Rapport*, yaitu menjalin hubungan pribadi yang baik antara konselor dan Konseli sejak permulaan, proses, sampai konseling berakhir, yang ditandai dengan adanya rasa aman, bebas, hangat, saling percaya dan saling menghargai.
- c. Pendekatan masalah, dimana konselor memberikan motivasi kepada Konseli agar bersedia menceritakan persoalan yang dihadapi

³⁶ Sukoco Kw and M. Arif Budiman S., "Konseling Individu Melalui Cyber Counseling Terhadap Pembentukan Konsep Diri Peserta Didik," *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)* 3, no. 1 (2019): 6, <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v3n1.p6-10>.

dengan bebas dan terbuka.

- d. Pengungkapan, dimana konselor mengadakan pengungkapan untuk mendapatkan kejelasan tentang inti masalah Konseli dengan mendalam dan mengadakan kesepakatan bersama dalam menentukan masalah inti dan masalah sampingan. Sehingga Konseli dapat memahami dirinya dan mengadakan perubahan atas sikapnya.
 - e. *Diagnostik*, adalah langkah untuk menetapkan latar belakang atau faktor penyebab masalah yang dihadapi Konseli.
 - f. *Prognosis*, adalah langkah dimana konselor dan Konseli menyusun rencana rencana pemberian bantuan atau pemecahan masalah yang dihadapi Konseli.
 - g. *Treatment*, merupakan realisasi dari dari langkah prognosa. Atas dasar kesepakatan antara konselor dengan Konseli dalam menangani masalah yang dihadapi, Konseli melaksanakan suatu tindakan untuk mengatasi masalah tersebut, dan konselor memberikan motivasi agar Konseli dapat mengembangkan dirinya secara optimal sesuai kemampuan yang dimilikinya.
 - h. Evaluasi dan tindak lanjut, langkah untuk mengetahui keberhasilan dan efektivitas konseling yang telah diberikan. Berdasarkan hasil yang telah dicapai oleh Konseli, selanjutnya konselor menentukan tindak lanjut secara lebih tepat, yang dapat berupa meneruskan suatu cara yang sedang ditempuh karena telah cocok maupun perlu dengan cara lain yang diperkirakan lebih tepat.³⁷
- Terdapat dalam surat An-Nahl ayat 125 berikut :

³⁷ Nila Kusmawati Dewa Ketut Sukardi, "Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Edisi Revisi," *Jakarta: Rineka Cipta*, 2008.

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَدِّ لَهُمْ
بِأَلَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ
وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ﴿١٢٥﴾

Artinya : "Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk".(Q.S.An-Nahl ayat 125)

Ayat diatas menjelaskan bahwa seorang pembimbing (konselor) menjalankan tugasnya untuk membimbing seorang dengan cara yang baik. Cara-cara ini dapat ditempuh dengan melalui pendekatan strategi, salah satunya dengan memberikan suatu kisah inspirasi sehingga dapat diambil pelajaran/hikmah dari kisah tersebut dalam menjalani kehidupan.

4. Indikator Keberhasilan Konseling Individu

Setelah menjalankan langkah-langkah konseling individu, selanjutnya melihat apakah proses yang telah dilaksanakan berjalan dengan baik atau tidak. Ada beberapa indikator untuk melihat keberhasilan layanan konseling individu berjalan dengan baik yaitu:

- Menurunnya kecemasan pada diri konseli
- Memiliki rencana hidup yang praktis dan berguna
- Harus ada perjanjian kapan rencananya akan dilaksanakan sehingga pada saat pertemuan berikutnya konselor sudah dapat mengecek hasil dari rencananya.

Mengenai evaluasi, terdiri dari beberapa hal yaitu:

- 1) Konseli menilai rencana perilaku yang akan dibuatnya
- 2) Konseli menilai perubahan perilaku yang telah terjadi pada dirinya
- 3) Konseli menilai proses dan tujuan konseling.³⁸

5. Tahap Perencanaan Konseling Individu

Menurut Terry yang juga dikutip oleh Saidah menyatakan bahwa perencanaan adalah sebagai dasar pemikiran dari tujuan dan penyusunan langkah-langkah yang akan dipakai untuk mencapai tujuan.³⁹

Perencanaan dalam bimbingan dan konseling adalah suatu rencana kegiatan yang akan dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan. Adapun langkah-langkah dalam menyusun perencanaan dalam bimbingan dan konseling adalah sebagai berikut:

- 1) Identifikasi kebutuhan dan masalah-masalah peserta didik.
- 2) Analisis situasi dan kondisi sekolah.
- 3) Penentuan tujuan dengan cara menentukan skala prioritas.
- 4) Memahami dan menentukan materi (Jenis, langkah-langkah, teknik, dan strategi kegiatan.
- 5) Penentuan waktu dan tempat
- 6) Penentuan fasilitas dan anggaran sejauh mana konselor mengidentifikasi dan menentukan sarana prasarana.⁴⁰

³⁸ Setiawati and Denok, "Penerapan Teknik Self-Intruction Untuk Mengurangi Prilaku Off Task Siswa Kelas X SMK Negeri 12 Surabaya," *BK UNESA*, 2013, 261.

³⁹ Saidah, "Implementasi Manajemen Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah Oleh : Saidah," *Jurnal Al-Fikrah* 5 (2014): 1–23.

⁴⁰ Sucipto, "Bahan Ajar Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Sertifikasi Guru Dalam Jabatan," *IKIP PGRI Semarang*, n.d., 255–57.

6. Tahap Pelaksanaan Konseling Individu

Menurut Siagian dalam Sugiyo pelaksanaan merupakan keseluruhan usaha, cara, teknik, dan metode untuk mendorong para anggota organisasi agar mau dan ikhlas bekerja dengan sebaik mungkin demi tercapainya tujuan organisasi dengan efektif, efisien dan ekonomis.⁴¹ Adapun dalam konseling individu tahap-tahap yang harus dilakukan adalah sebagai berikut:

1) Tahap awal konseling

Tahap awal konseling terjadi di sejak konseli bertemu dengan konselor hingga sampai pada proses konseling dan menemukan definisi masalah konseli. Cavanagh menyebutkan bahwa pada tahap awal konseling disebut dengan istilah *introduction*, *invitation* dan *environmental support*. Berikut proses tahap awal konseling yang dilakukan oleh konselor.

- a) Membangun hubungan konseling dengan melibatkan konseli yang mengalami masalah. Pada tahap ini konselor berupaya untuk membangun hubungan dengan cara melibatkan konseli dan berdiskusi dengan konseli. Hubungan tersebut dinamakan *working relationship*, yang merupakan hubungan yang memiliki fungsi, makna dan dan kegunaan. Keberhasilan konseling sangat ditentukan pada tahap ini. Kunci keberhasilan tahap ini diantaranya ditentukan oleh keterbukaan konselor dan keterbukaan konseli. Keterbukaan konseli untuk mengungkapkan isi hati dan perasaan serta harapan bergantung pada kepercayaan konseli terhadap konselor. Konselor hendaknya mampu menunjukkan kemampuan

⁴¹ Sugiyono, "Manajemen dan Konseling Di Sekolah" (Semarang: Widya Karya, n.d.), 28.

untuk dapat dipercaya oleh konseli, tidak ada pura-pura, asli, mengerti dan menghargai konseli. Pada tahap ini konselor hendaknya mampu melibatkan konseli untuk terus-menerus dalam proses konseling.

- b) Memperjelas dan mendefinisikan masalah. Jika hubungan konseling telah terjalin dengan baik dan konseli sudah melibatkan diri, artinya kerjasama antara konselor dengan konseli bisa dilanjutkan dengan mengangkat isu, kepedulian dan masalah yang dialami konseli. Konseli sering tidak begitu mudah menjelaskan masalahnya, walaupun terkadang dia mengetahui gejala-gejala masalah yang dialaminya. Konseli seringkali tidak mengetahui potensi yang dimilikinya dimana hal tersebut dapat digunakan untuk mengatasi masalah. Di sini tugas konselor adalah untuk membantu mengembangkan potensi konseli sehingga konseli dengan kemampuannya dapat mengatasi masalahnya sendiri. Untuk mengatasi masalah tersebut maka konseli harus menjelaskan masalahnya dulu. Dan tugas konselor adalah membantu menjelaskan masalah yang dialami konseli-nya.
- c) Membuat perjanjian alternatif bantuan untuk mengatasi konselor berusaha menjajaki kemungkinan rancangan bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi konflik dan lingkungannya yang tepat untuk mengatasi masalah konselinya.
- d) Menegosiasikan kontrak. Kontrak konselor dengan konseli mengenai waktu, tempat, tugas tentang jawab konseli, tujuan konseling dan kerjasama lainnya dengan pihak-pihak

yang akan membantu perlu dilakukan pada tahap ini. Dalam kontrak ini mengatur pada kegiatan konseling termasuk pada kegiatan konselor dan konseli. Di lain hal dalam kontrak ini konselor mengajak konseli dan pihak lain untuk bekerjasama dan menyelesaikan masalah konselinya.⁴²

2) Tahap pertengahan (tahap kerja)

Berdasarkan pada penjelasan masalah konseli yang disepakati pada tahap awal, maka kegiatan selanjutnya adalah fokus pada (a) penjelajahan masalah yang dialami konseli, (b) bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa yang telah dijelajah tentang masalah konseli. Pada tahap ini Cavanagh menyebut sebagai tahap *action*.

Dengan menilai kembali masalah konseli akan membantu konseli memperoleh pemahaman baru, alternatif baru yang mungkin berbeda dengan sebelumnya. Pemahaman ini akan membantu dalam membuat keputusan dan tindakan apa yang akan digunakan untuk mengatasi masalah tersebut. Dan dengan adanya pemahaman baru berarti ada dinamika pada diri konseling untuk melakukan perubahan dalam mengatasi masalah nya. Dan tujuan pada tahap pertengahan adalah sebagai berikut:

- a) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah serta kepedulian konseli dan lingkungannya dalam mengatasi masalah tersebut.
- b) Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara. Karena hal ini dapat terjadi apabila konseli merasa senang terlibat dalam proses konseling dan merasa butuh untuk

⁴² Mamat Supriatna, "Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi" (Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada, n.d.), 102–6.

mengembangkan potensi dirinya dalam mengatasi masalah yang dialaminya.

- c) Supaya proses konseling dapat berjalan dengan kontrak. Kontrak dinegosiasikan agar betul-betul memperlancar proses konseling. Oleh karenanya konselor dan konseli hendaknya selalu menjaga perjanjian dan selalu mengingat sejak dalam pikirannya.

3) Tahap akhir konseling

Cavanagh menyebut tahap akhir dengan istilah *termination*. Tahap akhir konseling ditandai oleh beberapa hal yaitu:

- a) Menurunnya kecemasan konseli. Hal tersebut diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasan konseli.
- b) Adanya perubahan perilaku konflik ke arah yang lebih positif, sehat dan dinamik.
- c) Adanya tujuan hidup yang jelas di masa yang akan datang dengan program yang jelas pula.
- d) Terjadinya perubahan sikap yang positif terhadap masalah yang dialami konseli, konseli dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap-sikap negatif terhadap dunia luar.

Adapun tujuan tahap akhir konseling adalah untuk memutuskan perubahan sikap dan perilaku bermasalah. Konseli dapat melakukan keputusan tersebut karena konseli sejak awal berkomunikasi dengan konselor dalam memutuskan perubahan sikap tersebut. Dan tujuan lain dalam tahap ini yaitu: (a) terjadinya *transfer of learning* pada diri konseli, (b) melaksanakan perubahan perilaku konseli agar mampu mengatasi masalahnya, (c) mengakhiri hubungan dengan konseli.⁴³

⁴³ Ibid, h.102-106.

B. Konseling Direktif

1. Pengertian Konseling Direktif

Konseling direktif adalah konselor mengambil peranan penting dan berusaha memberi pengarahan yang sesuai dengan penyelesaian masalahnya. Dalam hal ini konselor yang menjadi pusat dalam proses penyelesaian masalah.⁴⁴ Konselor juga mengambil posisi aktif dalam merangsang dan mengarahkan klien dalam pemecahan masalahnya.⁴⁵ Konseling direktif, sering disebut dengan *Trait Factor Counseling*, dimana menekankan pemahaman diri melalui testing psikologis dan penerapan pemahaman itu dalam memecahkan beraneka masalah yang dihadapi. konselor secara sadar mengadakan struktualisasi dalam proses konseling dan berusaha mempengaruhi arah perkembangan konseli dan kebaikan konseli sendiri. Konseling ini menilai tinggi kemampuan manusia untuk berpikir rasional dan memandang masalah konseli sebagai masalah yang harus dipecahkan dengan menggunakan kemampuan itu.⁴⁶

Konseling Direktif yang diperkenalkan oleh E.G. Williamson sering disebut juga konseling *Behavioristik* (perubahan tingkah laku). Pendekatan dalam konseling ini didasarkan pada konsep bahwa masalah orang itu berkembang dan merupakan hasil kontak dengan lingkungan luarnya. Konseling direktif, yang karena proses dan dinamika pengentasan masalahnya mirip “penyembuhan penyakit”, pernah juga disebut “konseling klinis” (*clinical counseling*). Dengan demikian, inisiatif dan peranan utama pemecahan masalah lebih banyak dilakukan oleh konselor. Konseli

⁴⁴ Busyra and Pulungan, “Penerapan Konseling Direktif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Korban Bullying Di SDN Kenari Jakarta.”

⁴⁵ M.Si. Dr. Fenti Hikmawati, “Bimbingan Dan Konseling” (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2016), 128.

⁴⁶ Busyra and Pulungan, “Penerapan Konseling Direktif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Korban Bullying Di SDN Kenari Jakarta.”

bersifat menerima perlakuan dan keputusan yang dibuat oleh konselor. Dalam konseling direktif diperlukan data yang lengkap tentang klien untuk dipergunakan dalam usaha diagnosis.

2. Tujuan Konseling Direktif

Tujuan konseling direktif yang utama adalah membantu klien untuk merubah tingkah lakunya yang emosional dan impulsif dengan tingkah laku rasional, dengan sengaja, secara teliti dan berhati-hati. Lahirnya. Konseling Direktif di latar belakang oleh pandangan bahwa konseli adalah orang yang mempunyai masalah dan membutuhkan bantuan orang lain. Adakalanya seseorang yang sedang bermasalah tidak bisa mengetahui apa yang harus dilakukan. Dalam kondisi demikianlah diperlukan orang lain yang dapat melihat secara objektif masalah yang sedang dirasakan serta memberi tawaran – tawaran jalan keluar yang dapat ditempah. Konselor dapat memberikan pandangan tentang keluar dari suatu masalah atau menjelaskan apa yang sebaiknya dilakukan konseli.⁴⁷

3. Teknik dan Langkah Konseling Direktif

Konsep direktif lahir dari anggapan dasar bahwa konseli membutuhkan bantuan dan konselor membantu menemukan apa yang menjadi masalahnya dan apa yang mesti dikerjakan. Untuk mendapatkan hasil yang optimal konseling direktif bisa menggunakan beberapa teknik. Teknik-teknik yang bisa digunakan yaitu teknik yang dikemukakan oleh Thorne yaitu:

1. Menanamkan kepercayaan diri mereka
2. Memberikan saran
3. Pemberian nasihat
4. Membujuk

⁴⁷ Aprilia Nur Salimah, "Directive Counseling Dalam Mengatasi Prilaku Indisipliner Di PT," *Skripsi Bimbingan Konseling Islam*, n.d., 7.

5. Memberikan motivasi⁴⁸

Untuk mendapatkan hasil yang optimal, konseling direktif bisa menggunakan beberapa teknik. Teknik-teknik yang bisa digunakan antara lain:

- a. Menggali informasi tentang diri konseli. Teknik ini dapat dilakukan mengkonfrontasikan antara informasi dengan kenyataan yang sebenarnya dalam diri konseli. Dengan cara ini diharapkan konseli dapat mengevaluasi kembali sikap dan pandangannya
- b. *Case history*, digunakan sebagai alat diagnosa dan terapeutik dengan tujuan membantu dalam "rapport", mengembangkan katarsis, memberikan keyakinan kembali dan kembali mengembangkan "insight"
- c. Pengungkapan konflik, situasi konflik sengaja ditimbulkan, konseli dihadapkan pada situasi yang memancing sikapnya dalam menghadapi realita dan konseli di motivasi untuk memecahkannya.

Sebagai pendidik, guru harus berlaku membimbing, dalam arti menuntun sesuai dengan tujuan yang dicita-citakan, termasuk dalam hal ini, yang penting ikut memecahkan persoalan-persoalan atau kesulitan yang dihadapi anak didik. Guru dalam melaksanakan tugasnya sebagai pendidik dan pembimbing, minimal ada dua fungsi, yakni fungsi moral dan fungsi kedinasan.⁴⁹

4. Tahapan Konseling Direktif

Williamson merumuskan 6 langkah dalam Konseling Direktif agar proses konseling dapat berjalan

⁴⁸ Lida Masari, "Penerapan Metode Konseling Directif Dalam Membentuk Perilaku Anak Di Desa Sipangko Kecamatan Batang Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan" (Skripsi Bimbingan Konseling Islam, 2018).

⁴⁹ Sardiman, *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar* (Jakarta :Rajawali pers, 2014).

dengan baik untuk mengungkapkan masalah serta memecahkan masalah konseli :

1. *Analisis*, langkah analisis berarti pengumpulan data, fakta atau informasi tentang diri konseli dan lingkungannya.
2. *Synthesis, synthesis* adalah suatu langkah pemilihan terhadap sumber data, fakta atau informasi yang telah tersedia, data, fakta atau informasi yang tersedia dipilih sesuai dengan kebutuhan dan masalah yang sedang dihadapi dalam proses konseling.
3. *Diagnosa*, berarti suatu bentuk perumusan kesimpulan tentang sebab-sebab yang dihadapi.
4. *Prognosis*, suatu bentuk peramalan tentang hasil yang dapat dicapai oleh konseli dalam kegiatan proses konseling.
5. *Treatment*, langkah ini merupakan inti dari pelaksanaan konseling . Langkah-langkah yang diambil oleh konselor dan klien, dilakukan ke arah dimana subjek dapat meningkatkan kepercayaan dirinya. Usaha-usaha pada langkah ini diantaranya :
 - a. Menciptakan atau meningkatkan hubungan baik antara konselor dengan konseli.
 - b. Menafsirkan data yang telah ada dan mengkomunikasikannya ke pada konseli.
 - c. Memberikan saran atau ide kepada klien, atau merencanakan kegiatan yang dilakukan bersama konseli.
 - d. Membantu konseli dalam melaksanakan rencana kegiatan.
 - e. Jika perlu, menunjukkan kepada konselor atau ahli lain untuk memperoleh diagnosis atau konseling dalam masalah lain.
6. *Follow-up*, tindak lanjut ialah merupakan suatu langkah menentukan efektif tidaknya suatu usaha konseling yang telah dilaksanakan.

Dalam hal konseling pada anak peran konselor sebagai konsultan dan agen perubahan adalah yang utama ia dapat melakukan hal berikut: 1. Mencoba mengubah anak sehingga lebih cocok bagi lingkungan sekitarnya. 2. Mencoba mengubah lingkungan agar anak dapat berfungsi lebih baik.⁵⁰

5. Kelemahan dan Kelebihan Konseling Direktif

Kelemahan Konseling Direktif :

- a. Kelemahan utama pendekatan ini adalah tidak adanya pengakuan terhadap potensi dan kemampuan konseli untuk mengatasi masalah dan mengambil keputusan. Akibatnya dominasi proses konseling berada di tangan konselor sehingga konseli bersifat pasif, kurang inisiatif dan lebih banyak menjadi pendengar. Kurangnya keterlibatan konseli selama proses konseling tidak hanya membuat konseli pasif, tetapi juga tidak membuat konseli makin dewasa dan memiliki kemampuan mengambil keputusan.
- b. Kurang tepatnya jalan keluar jalan keluar yang diberikan konselor dari keinginan atau harapan konseli, yang bisa disebabkan oleh ketidak akuratan data, atau kurangnya kelengkapan data bahkan mungkin karena kesalahan dalam analisis data.
- c. Keberhasilan pendekatan konseling direktif banyak ditentukan oleh kemampuan konselor dalam mencari jalan keluar yang tepat sesuai kebutuhan konseli.
- d. Meragukan kemampuan konseli untuk memecahkan masalahnya sendiri.
- e. Tidak efektif untuk konseli dengan masalah emosional yang mendalam.

Kelebihan Konseling Direktif :

- a. Waktu yang dibutuhkan lebih singkat.
- b. Data yang didapatkan lebih karena menggunakan teknik pengumpulan data yang memadai.

⁵⁰ Busyara Zaituny Nur, "Penerapan Konseling Direktif Untukmeningkatkan Kepercayaan Diri Pada Korban Bullying Di SDN Kenari Jakarta."

- c. Cocok digunakan untuk konseli yang kurang berpendidikan, konseli yang tidak mau terbuka dan anak-anak serta individu dengan masalah – masalah yang tidak terlalu bersifat emosional.
- d. Pendekatan konseling direktif tepat diterapkan disekolah yang Peserta didiknya mempunyai masalah tetapi tidak mempunyai inisiatif datang kepada konselor.
- e. Konseling direktif tepat digunakan untuk konseli yang berada dalam keadaan krisis tetapi tidak mempunyai inisiatif memecahkan masalahnya.
- f. Konseling direktif juga tepat digunakan pada konseli yang merasa tidak mempunyai masalah. Namun membutuhkan nasehat.
- g. Konseling direktif juga tepat diterapkan pada budaya tertentu, dimana orang cenderung memerlukan nasehat akan jalan keluar yang jelas dan nyata dari pada harus mendiskusikan jalan keluar.
- h. Pendekatan ini tepat untuk konseli yang pasif, kurang inisiatif dan dalam kondisi putus asa. Pandangan dan arahan konselor akan sangat berguna dari pada konseli harus memikirkan jalan keluarnya yang memerlukan banyak energi.⁵¹

C. Kejenuhan Belajar

1. Pengertian Kejenuhan Belajar

Secara harfiah jenuh dapat diartikan penat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apapun. Jenuh juga dapat berarti bosan, peserta didik terkadang mengalami jenuh belajar yang dalam bahasa psikologi lazim disebut *learning pleateau* atau *plateau*.

Kejenuhan adalah kondisi dimana terjadinya kelelahan yang lama dan menghilangnya ketertarikan

⁵¹ Meisi Andriani, “Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Directif Counseling Untuk Mengatasi Masalah Membolos Oleh Guru Bimbingan Dan Konseling DI MTS N 1 LIWA LAMPUNG BARAT” (Skripsi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, 2021).

terhadap sesuatu hal. Kejenuhan merupakan bentuk penarikan diri secara psikologi dalam merespon stres yang berlebihan atau terhadap ketidakpuasan.

Kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu tidak bersemangat atau hidup tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar. Jadi maksud kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental siswa dalam rentang waktu tertentu malas, lelah, bosan, lesu, tidak bersemangat, tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar. Dengan kejenuhan tersebut erat kaitannya dengan surat Al-Baqarah ayat 216 berikut:

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ
خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ
لَا تَعْلَمُونَ ﴿٢١٦﴾

Artinya: *“Diwajibkan atas kamu berperang, padahal berperang itu adalah sesuatu yang kamu benci. boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak Mengetahui”*. (Q.S. Al-Baqarah ayat 216)

Dalam surat Al-Baqarah ayat 216 diatas menjelaskan bahwa sesuatu yang disukai oleh kita belum tentu baik dimata Allah. Begitupun sebaliknya, sesuatu yang dianggap buruk belum tentu buruk dimata Allah. Oleh karena itu, ketika dihadapkan pada sesuatu hal yang kita sukai atau dibenci, Jangan lupa untuk selalu mintak pertolongan kepada Allah. Tujuannya supaya kita mendapat petunjuk yang baik.

Sedangkan pengertian kejenuhan belajar menurut Robert adalah rentang waktu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Peristiwa jenuh dialami oleh peserta didik yang sedang dalam proses belajar, kejenuhan pada peserta didik dapat membuat peserta didik merasa bosan dan telah menyia-nyiakan usahanya dalam belajar.

Konsep kejenuhan belajar pertama kali dikembangkan oleh beberapa penelitian yang dilakukan diantaranya *Noushad, Schaufeli et al, Jacobs et al, Huei jen-yang, Lightsey & Hulsey*, Silvar dan Agustin yang mengemukakan bahwasanya kecenderungan dengan segala faktor penyebabnya bukan hanya terjadi pada adegan pekerjaan, akan tetapi kejenuhan dapat terjadi pada kegiatan belajar. Kejenuhan belajar muncul karena adanya proses pengulangan belajar yang tidak mendatangkan prestasi atau hasil yang memuaskan sehingga membuat peserta didik letih secara fisik maupun psikis.

Berikut ini dipaparkan pengertian kejenuhan belajar menurut beberapa ahli:

- a. Menurut Abu Abdirrahman Al-Qawiy bahwa kejenuhan adalah tekanan sangat mendalam yang sudah sampai titik jenuh. Seseorang yang mengalami kejenuhan, ia akan berusaha sekuat tenaga melepaskan diri dari tekanan tersebut.
- b. Menurut Muhibbin Syah secara harfiah, arti jenuh adalah padat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apapun. jenuh juga dapat berarti jemu dan bosan dimana sistem akal nya tidak dapat bekerja sesuai dengan yang diharapkan dalam memproses item-item informasi atau pengalaman baru.
- c. Menurut Sayyid Muhammad Nuh, Jenuh atau futur ialah suatu penyakit hati (rohani) yang efek minimalnya timbulnya rasa malas, lamban dan sikap santai dalam melakukan sesuatu amaliyah yang sebelumnya pernah dilakukan dengan penuh

semangat dan menggebu-gebu serta efek maksimalnya terputus sama sekali dari kegiatan amaliyah tersebut.⁵²

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kejenuhan belajar merupakan suatu kondisi dimana peserta didik merasa bosan,lelah,tidak ada minat dan motivasi dalam belajar serta tidak mendapat hasil dalam belajar.

2. Jenis-jenis Kejenuhan belajar

Satu langkah penting yang dibutuhkan ketika akan mengatasi masalah kejenuhan, yaitu mengenali jenis-jenis kejenuhan. Secara umum ada tiga jenis kejenuhan yaitu kejenuhan positif, kejenuhan wajar dan kejenuhan negatif.

a. Kejenuhan Positif

Kejenuhan positif adalah kejenuhan terhadap segala sesuatu yang buruk, baik berupa penyimpangan perilaku, perbuatan dosa, tindak kezaliman, kesesatan, hingga bathil, contoh kejenuhan positif: misalnya seseorang bosan berhura-hura, bosan menipu, bosan berbuat dosa dan lain-lain. Kejenuhan positif adalah kejenuhan yang mengarah kearah yang lebih baik, tidak perlu dilawan ataupun dicarikan kiat-kiat tertentu untuk menghapuskannya. Akan tetapi kejenuhan yang mengarah ke hal yang lebih positif harus terus dikembangkan dan dipertahankan.

Kejenuhan wajar, kejenuhan wajar merupakan kejenuhan yang sangat lumrah terjadi, setiap seseorang yang melakukan kesibukan berulang-ulang pasti akan mengalami

⁵² Nurma Kusnita, “Penerapan Teknik Modeling Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Peserta Didik Kelas Xi Di Smk Bina Latih Karya (Smk-Blk) Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018” (Uin Raden Intan Lampung, 2018).

kejenuhan. Kejenuhan sering kita jumpai dalam aktivitas belajar, bekerja, berumah tangga dan lain-lain. Dilihat dari pengertian diatas jelas bahwa kejenuhan dialami oleh setiap orang, karena kejenuhan tidak bisa terlepas dari kodrat kehidupan manusia.

b. Kejenuhan Negatif

Kejenuhan negatif adalah kejenuhan yang berat, merusak kehidupan dan bisa memicu munculnya keburukan-keburukan lain yang lebih serius. Kejenuhan negatif, misalnya akibat kegagalan, kesempitan hidup, penganiayaan, sakit hati dan lain-lain. Kejenuhan negatif merupakan kejenuhan yang membawa pengaruh buruk bagi kehidupan sehari-hari.⁵³

3. Indikator Kejenuhan Belajar

Menurut Schaufeli dan Enzman indikator dari kejenuhan belajar adalah:

a. Kelelahan Emosional

Kelelahan emosional disebabkan karena tuntutan yang berlebihan yang dihadapi peserta didik yang ditunjukkan mereka dengan perasaan dan beban pikiran yang berlebih. Indikator dalam kelelahan emosional, adalah: perasaan *stress*, bosan, rasa sedih, sulit mengendalikan emosi, ketakutan, dan kecemasan.

b. Kelelahan Fisik

Tanda dari kelelahan fisik adalah sakit kepala, mual, susah tidur, dan kurangnya nafsu makan. Indikator dari kelelahan fisik, adalah memiliki gejala, seperti sakit kepala, mual, pusing, gelisah, otot-otot sakit, gangguan tidur, penurunan berat badan, kurangnya nafsu makan, sesak nafas, dan lain sebagainya.

c. Kelelahan Kognitif

⁵³ Ibid.

Kelelahan kognitif dapat menyebabkan peserta didik tidak mampu berkonsentrasi, mudah lupa, dan kesulitan mengambil keputusan. Indikator dalam kelelahan kognitif, yaitu: Ketidakberdayaan, kehilangan harapan dan makna hidup, ketakutan dirinya menjadi “gila”, perasaan tidak berdaya dan dirinya tidak mampu untuk melakukan sesuatu, perasaan gagal yang selalu menghantui, penghargaan diri yang rendah, munculnya ide bunuh diri, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, lupa, tidak dapat mengerjakan tugas-tugas yang kompleks, kesepian, penurunan daya tahan dalam menghadapi frustrasi yang dirasakan.

d. Kehilangan Motivasi

Hilangnya idealisme, peserta didik sadar dari impian mereka yang tidak realistis, dan kehilangan semangat, merupakan dampak dari hilangnya motivasi dari peserta didik. Indikator kehilangan motivasi, adalah: kehilangan semangat, kehilangan idealisme, kecewa, pengunduran diri dari lingkungan, kebosanan dan demoralisasi.⁵⁴

Dari keempat uraian indikator diatas penelitian ini difokuskan dari indikator pada aspek kelelahan emosional menurut Schaufeli dan Enzman yaitu, disebabkan karena tuntutan yang berlebihan yang dihadapi peserta didik dan ditunjukkan oleh perasaan dan beban pikiran yang berlebih. Indikator dalam kelelahan emosional adalah, perasaan *stress*, bosan, rasa sedih, sulit mengendalikan emosi, ketakutan, dan kecemasan.

4. Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar

Menurut Hakim penyebab kejenuhan belajar pada umumnya disebabkan karena adanya proses yang monoton (tidak bervariasi) dan telah berlangsung sejak

⁵⁴ Magrur, Siregar, and Silondae, “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa.”

lama. Adapun faktor umum yang menyebabkan kejenuhan belajar adalah sebagai berikut:

1. Cara atau Metode Belajar yang tidak Bervariasi.
Seringkali siswa tidak menyadari bahwa cara belajar mereka sejak sekolah dasar hingga perguruan tinggi tidak berubah-ubah.
2. Belajar hanya di tempat tertentu.
Belajar hanya di tempat tertentu dengan kondisi ruang, seperti letak meja, kursi kondisi ruang yang tidak berubah-ubah dapat menimbulkan kejenuhan belajar.
3. Suasana belajar yang tidak berubah-ubah.
Suasana yang diperlukan oleh siswa tentu saja suasana yang menimbulkan ketenangan berpikir. Sangat perlu diketahui bahwa setenang apapun lingkungan tempat belajar, bila suasananya tidak berubah-ubah sejak lama, mungkin saja dapat menimbulkan kejenuhan belajar. Jadi setenang apapun ruang belajarnya, belum tentu dapat selalu menunjang keberhasilan belajar.
4. Kurang aktivitas rekreasi atau hiburan.
Sebagaimana halnya dengan aktivitas fisik, proses berpikir yang merupakan aktivitas mental kita dapat menimbulkan kelelahan, dan kelelahan tersebut membutuhkan juga istirahat dan penyegaran (*refreshing*).
5. Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut pada saat belajar.
Selanjutnya kelelahan tersebut dapat menimbulkan kejenuhan belajar dengan intensitas yang sangat kuat. Syah (menyatakan penyebab kejenuhan yang paling umum adalah kelelahan yang melanda, karena kelelahan dapat menjadi penyebab munculnya perasaan bosan pada siswa yang bersangkutan. Kelelahan mental dipandang sebagai faktor utama penyebab munculnya kejenuhan

belajar.⁵⁵

Keletihan fisik dan keletihan indera dalam hal ini mata dan telinga, pada umumnya dapat dikurangi yaitu dihilangkan lebih mudah setelah siswa beristirahat cukup terutama tidur nyenyak dan mengkonsumsi makanan dan minuman yang cukup bergizi. Syah memaparkan setidaknya ada 4 faktor yang menyebabkan keletihan mental diantaranya:

1. Karena kecemasan siswa terhadap dampak negatif yang ditimbulkan oleh keletihan itu sendiri.
2. Karena kecemasan siswa terhadap standar/patokan keberhasilan bidang-bidang studi tertentu yang dianggap terlalu tinggi terutama ketika siswa tersebut sedang merasa bosan mempelajari bidang-bidang studi tadi.
3. Karena siswa berada di tengah-tengah situasi kompetitif yang ketat dan menuntut lebih banyak kerja intelektual yang berat.
4. Karena siswa mempercayai konsep kinerja akademik yang optimum, sedangkan dia sendiri menilai belajarnya sendiri hanya berdasarkan ketentuan yang ia bikin sendiri (*Self Imposed*). Kejenuhan belajar dapat disebabkan karena beberapa hal. Seseorang dapat mengalami kejenuhan belajar karena proses belajar yang monoton dan tidak bervariasi serta kurangnya aktivitas rekreasi atau hiburan. Selain itu penyebab kejenuhan belajar dapat ditimbulkan pula karena keletihan yang melanda.⁵⁶

⁵⁵ Hakim T, "Belajar Secara Efektif" (Jakarta: Pusaka Pembangunan Swadaya Nusantara, 2004), 80.

⁵⁶ Ibid.236-238.

5. Cara Mengatasi Kejenuhan Belajar

Kejenuhan merupakan kondisi psikologis yang bersifat alamiah. Artinya, siapapun akan dapat mengalami kebosanan atau kejenuhan terhadap sesuatu maupun dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. Boleh jadi, sesuatu yang monoton, tanpa variasi, atau kegiatan rutin yang menjadi penyebab kebosanan itu.

Kejenuhan belajar itu lazimnya dapat diatasi dengan menggunakan kiat-kiat antara lain sebagai berikut:

- a. Melakukan istirahat dan mengonsumsi makanan dan minuman yang bergizi dengan takaran yang cukup banyak;
- b. Pengubahan atau penjadwalan kembali jam-jam dari hari-hari belajar yang dianggap lebih memungkinkan siswa belajar lebih giat;
- c. Pengubahan atau penataan kembali lingkungan belajar siswa yang meliputi pengubahan posisi meja tulis, lemari, rak buku, alat-alat perlengkapan belajar dan sebagainya sampai memungkinkan siswa merasa berada disebuah kamar baru yang lebih menyenangkan untuk belajar;
- d. Memberikan motivasi dan stimulasi baru agar siswa merasa terdorong untuk belajar lebih giat daripada sebelumnya;
- e. Siswa harus berbuat nyata (tidak menyerah atau tinggal diam) dengan cara mencoba belajar dan belajar lagi.⁵⁷

Setiap orang juga mempunyai ambang kebosanan yang berbeda-beda, mempunyai karakter yang berbeda pula terhadap rasa bosan. Umumnya yang terjadi dalam setiap individu adalah kebiasaan yang monoton dan terus menerus berulang yang menjadikan kejenuhan terjadi, maka dari itu perlunya inovasi baru dalam setiap kegiatan terutama dalam belajar agar

⁵⁷ Muhibbin syah, "Psikologi Belajar" (Jakarta: Rajawali Pers, 2010), 183.

kejenuhan bisa diminimalisir.

Sedangkan langkah-langkah yang dapat diambil untuk mengurangi adanya kejenuhan menurut Hakim adalah sebagai berikut:

- a. Belajar dengan cara dan metode yang bervariasi;
- b. Mengadakan perubahan fisik dan ruang belajar;
- c. Menciptakan situasi baru di ruang belajar;
- d. Melakukan aktivitas rekreasi dan hiburan;
- e. Hindari adanya ketegangan mental saat belajar.⁵⁸

Dari uraian diatas dapat dilihat bahwa tidak hanya merubah keadaan fisik dalam belajar namun melakukan aktivitas seperti bermain, rekreasi juga perlu di sela belajar karena hal itu dapat membuat pikiran ringan dan dapat mengurangi beban pikiran atau *stress*.



⁵⁸ Dwi Anastasia Sitanggang, “Pengaruh Pemberian Layanan Informasi Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar,” *Jurnal Unimed*, 2017, 54.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, Meisi. "Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Directif Counseling Untuk Mengatasi Masalah Membolos Oleh Guru Bimbingan Dan Konseling DI MTS N 1 LIWA LAMPUNG BARAT." Skripsi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, 2021.
- Busyara Zaituny Nur. "Penerapan Konseling Directif Untukmeningkatkan Kepercayaan Diri Pada Korban Bulying Di SDN Kenari Jakarta." *Ilmiah Psikologi* 9 (2018): 2.
- Busyra, Nur Zaituny, and Wazar Pulungan. "Penerapan Konseling Direktif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Korban Bullying Di SDN Kenari Jakarta." *Jurnal Ilmiah Psikologi* 9, no. 2 (2018).
- Damayanti, Anita, Agus Suradika, and BT Asmas. "Strategi Mengurangi Kejenuhan Anak Dalam Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) Melalui Aplikasi ICANDO Pada Siswa Kelas I SDN Pondok Pinang 08 Pagi." [Http://Jurnal.Umj.Ac.Id/Index.Php/Semnaslit](http://Jurnal.Umj.Ac.Id/Index.Php/Semnaslit), 2020, 1–10. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaslit>.
- Departemen Agama RI. *Al-Qur'an Dan Terjemah*. Bandung: Depang RI Pusat, 2007.
- Dewa Ketut Sukardi, Nila Kusmawati. "Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Edisi Revisi." *Jakarta: Rineka Cipta*, 2008.
- Dr. Fenti Hikmawati, M.Si. "Bimbingan Dan Konseling," 128. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2016.
- Dwi Anastasia Sitanggang. "Pengaruh Pemberian Layanan Informasi Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar." *Jurnal Unimed*, 2017, 54.
- Emzir. "Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data," 159. Jakarta: Rajawali Pers, 2012.
- Hakim T. "Belajar Secara Efektif," 80. Jakarta: Pusaka Pembangunan Swadaya Nusantara, 2004.
- Hariyani, M., Mudjiran, M., & Syukur, Y. "Dampak Pornografi Terhadap Perilaku Siswa Dan Upaya Guru Pembimbing Untuk

- Mengatasinya,” 2012.
- Hellen. *Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Quantum Teaching, 2005.
- J.Moleong lexy. “Metode Penelitian Kualitatif,” 157. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 158M, n.d.
- . “Metodelogi Penelitian Kualitatif,” 4–6. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2017.
- . “Metodologi Penelitian Kualitatif,” 248. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2017.
- J.Moleong Lexy. “Metodelogi Penelitian Kualitatif,” 157. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2017.
- John W Cresswel. “Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed,” 372. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2009.
- Junaidi, Astuti Herna Farida dan Zultoni. “Pengaruh Layanan Konseling Individu Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas XI Di SMAN 2 Pringgarata.” *Jurnal Paedagogy* volume 3 (2016): 45–51.
- Kusnita, Nurma. “Penerapan Teknik Modeling Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Peserta Didik Kelas Xi Di Smk Bina Latih Karya (Smk-Blk) Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018.” Uin Raden Intan Lampung, 2018.
- Kw, Sukoco, and M. Arif Budiman S. “Konseling Individu Melalui Cyber Counseling Terhadap Pembentukan Konsep Diri Peserta Didik.” *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)* 3, no. 1 (2019): 6. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v3n1.p6-10>.
- Lexy J.meleong. “Motode Penelitian Kualitatif,” 330. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2005.
- Magrur, Ridha Yana, Nani Restati Siregar, and Dodi Priyatmo Silondae. “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa.” *Jurnal Ilmiah Bening: Belajar Bimbingan Dan Konseling* 4, no. 1 (2020): 117–24. <https://doi.org/10.36709/bening.v4i1.10496>.
- Maman Rachman. “Strategi Dan Langkah-Langkah Penelitian,” 210. Semarang: IKIP Semarang Pers, 1999.
- Mamat Supriatna. “Bimbingan Dan Konseling Berbasis Kompetensi,”

- 102–6. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada, n.d.
- Marti Yoan Tutiona S, Munir Abd, and Bau Ratu. “Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Teknik Behavior Contract Pada Siswa SMP Negeri 6 Palu.” *Jurnal Konseling & Psikoedukasi* 1, no. 2 (2016): 415.
- Masari, Lisda. “Penerapan Metode Konseling Directif Dalam Membentuk Perilaku Anak Di Desa Sipangko Kecamatan Batang Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan.” Skripsi Bimbingan Konseling Islam, 2018.
- Muhibbin syah. “Psikologi Belajar,” 183. Jakarta: Rajawali Pers, 2010.
- Prayitno, Erman Amti. “Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling,” 105. Jakarta: Rineka cipta, 1994.
- Saidah. “Implementasi Manajemen Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah Oleh : Saidah.” *Jurnal Al-Fikrah* 5 (2014): 1–23.
- Salimah, Aprilia Nur. “Directive Counseling Dalam Mengatasi Prilaku Indisipliner Di PT.” *SKripsi Bimbingan Konseling Islam*, n.d., 7.
- Sardiman. *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta :Rajawali pers, 2014.
- Sari, Permata, Farid Imam Kholidin, and Mahmuddah Dewi Edmawati. “Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama Di Kota Bandar Lampung.” *Journal of Chemical Information and Modeling* 1, no. 1 (2020): 45–52.
- Setiawati, and Denok. “Penerapan Teknik Self-Intruction Untuk Mengurangi Prilaku Off Task Siswa Kelas X SMK Negeri 12 Surabaya.” *BK UNESA*, 2013, 261.
- Sucipto. “Bahan Ajar Pendidikan Dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Sertifikasi Guru Dalam Jabatan.” In *IKIP PGRI Semarang*, 255–57, n.d.
- Sugiyono. “Manajemen Dan Konseling Di Sekolah,” 28. Semarang: Widya Karya, n.d.
- . “Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D,” 124. Bandung: Alfabeta, 2012.
- . “Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D,” 233.

- Bandung: Alfabeta, 2012.
- . “Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D,” 227. Bandung: Alfabeta, 2015.
- . “Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D,” 233. Bandung: Alfabeta, 2015.
- . “Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D,” 345. Bandung: Alfabeta, 2018.
- sutopo. “Metode Penelitian Kualitatif Dasar Teori Dan Terapannya Dalam Penelitian,” 235. Surakarta: Sebelas Maret Universitas Press, 2002.
- Trisnani, Novy, and Anita Dewi Astuti. “Penguatan Peran Orang Tua Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Anak Selama Pandemi Covid-19.” *Jurnal Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 17, no. 1 (2021): 97–106. <https://doi.org/10.20414/transformasi.v17i1.3190>.
- Tution, Munir, Ratu, Sarif Hidayat, Hari Suryantoro, and Jansen Wiratama. “Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Kampus FKIP Untad Bumi Tadulako Tondo 59.” *Jurnal Konseling & Psikoedukasi* 1, no. 2 (2016): 415.
- Widodo Supriono. “Psikologi Belajar,” 128. Jakarta: Rineka cipta, 2008.
- Willis.S.Sofyan. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: Cv Alfabeta, 2007.