

Perbedaan Kejenuhan Belajar Siswa *Full Day School* dan *Non Full Day School*

RahmiWahyuli 1, Ifdil Ifdil

¹²Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: rahmiwahyuli29@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kejenuhan belajar siswa serta mengidentifikasi perbedaan kejenuhan belajar siswa *full day school* dan *non full day school*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif dan komparatif. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa SMP Negeri 7 Padang dan siswa SMP Negeri 22 Padang 1.021 siswa, sampel penelitian ini 250 siswa dengan menggunakan teknik Purposive Sampling. Penelitian ini menggunakan inventori kejenuhan belajar Rahmi & Ifdil. Pengadministrasian instrumen secara online melalui google formulir kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif dan teknik Independent Sampel Test melalui program statistik SPSS. Penelitian ini mengungkapkan bahwa kejenuhan belajar siswa *full day school* pada umumnya berada pada kategori sedang, kejenuhan belajar siswa *non full day school* pada umumnya berada pada kategori rendah, dan terdapat perbedaan yang signifikan antara kejenuhan belajar siswa *full day school* dan *non full day school*. Perlu upaya konselor untuk mengatasi kejenuhan belajar siswa agar adanya motivasi dan semangat siswa dalam belajar serta memperoleh prestasi yang baik.

Keywords: Belajar, *Full Day School*, *Non Full Day School*.

Received Sept 12, 2020;
Revised Oct 20, 2020;
Accepted Nov 05, 2020;
Published Online Nov 13, 2020

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2020 byauthor

HowtoCite: Rahmi Wahyuli, Ifdil Ifdil. 2020. Perbedaan Kejenuhan Belajar Siswa *Full Day School* dan *Non Full Day School*. *JaipteKin*, Vol 4 (3): pp. 188-194-XX, DOI: <https://doi.org/10.24036/4.34380>

Pendahuluan

Pendidikan mempunyai arti yang sangat penting bagi kehidupan dan perkembangan siswa. Pendidikan di sekolah dapat memenuhi beberapa kebutuhan siswa dan menentukan kualitas kehidupan mereka dimasa depan (Barseli & Ifdil, 2017). Salah satu usaha pemerintah agar tujuan pendidikan dapat terwujudnya yaitu menerapkan sistem maupun kurikulum agar dapat terwujudnya tujuan tersebut, salah satu strategi yang dibentuk yaitu membentuk sistem pendidikan *full day school* (Rahmat, 2018). Program *full day school* yaitu proses pembelajaran yang mana segala aktivitas siswa di sekolah baik itu kegiatan belajar siswa, bermain dan beribadah dikemas dalam satu sistem pendidikan (Nopianda, 2018).

Full day school merupakan proses belajar mengajar yang dilakukan dari pagi hari hingga sore hari, kegiatan belajar dimulai dari pukul 06.45-16.00 WIB dengan durasi waktu yang diberikan dua jam sekali, sehingga sekolah dapat mengatur jadwal pelajaran serta pendalaman materi (Baharuddin, 2009). Full day school bertujuan untuk mengembangkan mutu pendidikan dalam hal membentuk akidah serta akhlak siswa agar siswa dapat menanamkan nilai-nilai yang baik bagi diri siswa (Rahmat, 2018). Full day school merupakan bertambahnya jam belajar serta beragam kegiatan yang bermanfaat yang dilakukan ketika berada di sekolah.

Seiring dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wizma, 2017) dengan hasil penelitian yaitu ada dampak positif dan negatif diterapkannya sistem full day school, yaitu untuk dampak positif pada aspek keagamaan siswa meningkat, mengembangkan bakat dan minat, interaksi sosial siswa berjalan dengan baik, meningkatkan disiplin siswa, meningkatkan prestasi belajar siswa, sedangkan untuk dampak negatif pelaksanaan full day school yaitu kurangnya waktu bersama orangtua dan teman, kurang kemandirian siswa serta adanya rasa jenuh dan kelelahan yang dialami siswa. Penelitian yang dilakukan oleh (Rizky, 2015) berkaitan dengan full day school, ditemukan siswa yang belum mampu menyesuaikan diri dengan jam tambahan yang dilakukan oleh sekolah, serta siswa merasa kelelahan atau bosan karena seharian berada di sekolah.

Kemudian penelitian yang dilakukan (Sari, 2018) tentang pengaruh program full day school, diperoleh 93,2% siswa mengalami bosan karena banyaknya kegiatan di sekolah selama 8 jam sehari. Lamanya waktu di sekolah dan metode mengajar tidak bervariasi menyebabkan siswa merasa bosan, jenuh dan mengantuk ketika proses belajar berlangsung. Seiring dengan pendapat (Afifah, 2019) padatannya jadwal yang dimiliki oleh siswa dapat menyebabkan kelelahan pada diri siswa. Proses belajar yang lama menyebabkan siswa mengalami kejenuhan karena terkurasnya seluruh energi dengan kegiatan yang dilakukan di sekolah. Sedangkan non full day school adalah suatu sekolah yang dilakukan setengah hari, mulai dari pukul 7.30 sampai 14.00 WIB dengan metode pembelajaran banyak dilakukan di kelas. Tujuan non full day school agar tercapainya target kepada siswa dengan cara yang digunakan berupa metode belajar monoton (satu arah) yang telah ditetapkan oleh guru (Chintami, 2007).

Tuntutan dan aktivitas yang banyak sering menyebabkan siswa mengalami stres yang tinggi. Stres yang berkepanjangan pada siswa dapat menyebabkan terjadinya kejenuhan belajar (Ningsih, 2016). Seiring dengan pendapat (Katariina Salmela-Aro, 2014) tuntutan studi dapat menyebabkan perasaan kelelahan, tuntutan studi merupakan faktor penentu kejenuhan belajar di sekolah. Seiring dengan hasil penelitian (Zhang et al., 2013) bahwa salah satu aspek kejenuhan belajar yaitu tuntutan belajar yang terlalu banyak. Kejenuhan di sekolah juga telah dikaitkan dengan kebosanan. Kejenuhan belajar merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tidak optimalnya proses pembelajaran. Kejenuhan belajar merupakan hal yang sering terjadi pada setiap diri siswa. Ketika siswa merasa jenuh maka siswa tidak siap untuk menerima materi yang disampaikan oleh guru ketika proses pembelajaran (Slivar, 2001). Kejenuhan yang dialami siswa membuat proses belajar siswa menjadi terganggu karena siswa tidak dapat berpikir dan memahami segala macam pengetahuan yang diperolehnya dengan baik (Mailita et al., 2016).

Kejenuhan belajar merupakan kondisi emosional seseorang yang merasa dirinya lelah dan jenuh baik secara fisik maupun mental sebagai akibat tuntutan pekerjaan terkait dengan belajar yang meningkat (Slivar, 2001). Seiring dengan pendapat (Hakim, 2004) bahwa kejenuhan belajar merupakan kondisi mental seseorang yang mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga menimbulkan rasa lesu, malas serta tidak bersemangat dalam proses pembelajaran. Kejenuhan belajar merupakan kondisi dimana siswa menjadi lelah dalam proses belajar karena tekanan belajar, pekerjaan rumah yang berlebihan, atau faktor psikologis individu lainnya seperti kelelahan emosional, sikap negatif, dan fenomena pencapaian pribadi yang rendah (Shu-Hui Liu, 2012). Kondisi seperti ini akan mengakibatkan timbulnya rasa bosan dan tidak bersemangat untuk melakukan aktivitas belajar.

Menurut (Slivar, 2001) ada 6 penyebab kejenuhan (burnout) belajar di sekolah, yaitu tuntutan tugas yang terlalu banyak dari sekolah sehingga siswa sering merasa terbebani, metode pembelajaran yang kurang menarik dan partisipasi siswa yang terbatas sehingga siswa cepat jenuh, kurangnya pujian untuk siswa atas pekerjaan yang dilakukan dengan baik, hubungan interpersonal kurang terjalin dengan baik, antara guru dan siswa maupun antara siswa dengan siswa, harapan atau tuntutan yang tinggi dari keluarga. Seiring dengan itu, (Yang, 2004) mengemukakan faktor yang mempengaruhi kejenuhan belajar yaitu, dukungan sosial, beban belajar, keadilan dan self-efficacy. Selanjutnya (Syah, 2019) menjelaskan faktor yang menyebabkan kejenuhan belajar diantaranya: terlalu lama waktu belajar, lingkungan yang

buruk dan tidak mendukung, terjadinya konflik dalam belajar, dan tidak adanya umpan balik positif dalam belajar. Burnout belajar dapat mengganggu proses belajar mengajar dan hasil belajar individu serta kehidupan individu

Ada 3 aspek kejenuhan belajar, (Slivar, 2001) yaitu, (1) Kelelahan Emosional (Emotional Exhaustion), (2) Depersonalisasi/sinis (Deperzonalization/cynism), (3) Pencapaian individu (personal accomplishment). Menurut (Ambarwati, 2020) kurang semangat, malas mengikuti pelajaran, bosan, dan adanya rasa malas dapat disebabkan oleh kelelahan yang dialami siswa. Kemudian (Ni Kdk Widari, I Ketut Dharsan, 2014) mengemukakan bahwa aspek kejenuhan belajar yaitu kelelahan emosional, kelelahan yang bersumber dari ketegangan yang berlebihan dan belajar tidak mendatangkan hasil. Penelitian ini akan menganalisis (1) kejenuhan belajar siswa full day school (2) kejenuhan belajar siswa non full day school (3) perbedaan kejenuhan belajar siswa full day school dan non full day school”.

Metode

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif (Smith, 2003) dan komparatif (Qomari, 2009). Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII dan IX SMP Negeri 7 Padang dan SMP Negeri 22 Padang yang berjumlah 1,021 siswa. Sampel penelitian berjumlah 250 siswa dengan teknik Purposive Sampling (Sugiyono, 2010). Instrumen penelitian menggunakan Rahmi & Ifdil Kejenuhan Belajar Inventori (RI-KBI) dengan α 0,942. Pengadministrasian instrumen dilakukan secara online melalui google formulir kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif (Yusuf, 2017) dan teknik Independent Sampel Test melalui program statistik S PSS versi 21.

Results and Discussion

Berdasarkan hasil pengolahan data, maka hasil penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut.

Kejenuhan belajar siswa full day school

Berdasarkan kriteria pengolahan data yang digunakan, dapat digambarkan kejenuhan belajar siswa full day school sebagai berikut.

Tabel 1. Deskripsi kejenuhan belajar siswa *full day school* SMP Negeri 7 Padang (n=127)

| Kategori | Interval | Frekuensi | % |
|---------------|------------|-----------|-------|
| Sangat Tinggi | ≥ 167 | 0 | 0 |
| Tinggi | 135-166 | 8 | 6,30 |
| Sedang | 103-134 | 66 | 51,97 |
| Rendah | 71-102 | 48 | 37,80 |
| Sangat Rendah | ≤ 39 | 5 | 3,93 |
| Jumlah | | 127 | 100 |

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa kondisi kejenuhan belajar siswa full day school pada umumnya berada pada kategori sedang dengan frekuensi 66 dan persentase 51,97%. (6,30), kategori rendah sebanyak 48 orang (37,80) dan kategori sangat rendah sebanyak 5 orang (3,93). Hal ini mengungkapkan bahwa kejenuhan belajar siswa full day school di SMP Negeri 7 Padang umumnya berada pada kategori sedang.

Kejenuhan belajar siswa non full day school

Berdasarkan kriteria pengolahan data yang digunakan, dapat digambarkan kejenuhan belajar siswa non full day school sebagai berikut.

Tabel 2. Deskripsi kejenuhan belajar siswa *nonfull day school* SMP Negeri 22 Padang (n=123)

| Kategori | Interval | Frekuensi | % |
|---------------|------------|-----------|-------|
| Sangat Tinggi | ≥ 167 | 0 | 0 |
| Tinggi | 135-166 | 4 | 3,25 |
| Sedang | 103-134 | 55 | 44,71 |
| Rendah | 71-102 | 62 | 50,41 |
| Sangat Rendah | ≤ 39 | 2 | 1,63 |
| Jumlah | | 123 | 100 |

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa kondisi kejenuhan belajar siswa non full day school pada umumnya berada pada kategori rendah dengan frekuensi 62 orang dengan persentase (50,41%), kategori tinggi sebanyak 4 orang (3,25%). Kategori sedang sebanyak 55 orang (44,71), dan kategori sangat rendah sebanyak 2 orang (1,63). Hal ini mengungkapkan bahwa kejenuhan belajar siswa non full day school di SMP Negeri 22 Padang umumnya berada pada kategori rendah.

Perbedaan Kejenuhan Belajar Siswa ditinjau dari Sistem Belajar Full Day School dan Non Full Day School

Temuan penelitian memperlihatkan terdapat perbedaan yang signifikan antara kejenuhan belajar siswa full day school dan non full day school. Dapat dilihat bahwa koefisien t hitung sebesar 4.180 dengan probabilitas 0.000 apabila dibandingkan dengan 0.05 maka nilai probabilitasnya lebih kecil yang berarti terdapat perbedaan kejenuhan belajar siswa full day school dan non full day school. Dengan demikian dapat disimpulkan terdapat perbedaan kejenuhan belajar siswa full day school dan non full day school.

Hal tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima, dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Hasil Uji Perbedaan Kejenuhan Belajar Siswa *Full Day School* dan *Non Full Day School* (n=250)

| | Independent Sample Test | F | Sig | T | Df | Sig (2-tailed) |
|-------------------|-----------------------------|-------|------|-------|---------|----------------|
| Kejenuhan Belajar | Equal variances assumed | 2.988 | .085 | 4.180 | 248 | .000 |
| | Equal variances not assumed | | | 4.192 | 241.383 | .000 |

Tabel 3 menyatakan bahwa terdapat perbedaan kejenuhan belajar siswa full day school di SMP Negeri 7 Padang dan non full day school di SMP Negeri 22 Padang. Yang mana tingkat kejenuhan belajar siswa full day school lebih tinggi dibandingkan kejenuhan belajar siswa non full day school. Seiring dengan pendapat (Harjaningrum, 2007) bahwa kekurangan sistem full day school yang diperoleh siswa adalah kelelahan. Sekolah yang menerapkan program belajar full day school menyebabkan adanya kelelahan emosional yang terjadi pada siswa, seperti kelelahan yang berkepanjangan yang dialami siswa mulai dari fisik, mental maupun emosional. Selanjutnya, burnout didefinisikan sebagai gangguan yang disebabkan oleh aktivitas individu yang menggabungkan kelelahan emosional, depresi serta perasaan tidak percaya diri terhadap prestasi yang dimiliki (Renzo Bianchi, Irvin Schonfeld, 2019).

Kejenuhan belajar juga dapat disebabkan oleh waktu belajar yang terlalu padat (Wahyuni, 2018). Seiring dengan pendapat (Ambarwati, 2020) padatnya kegiatan belajar juga merupakan salah satu penyebab siswa mengalami kejenuhan belajar, yang dapat menimbulkan rasa bosan dan lelah sehingga rendahnya motivasi belajar pada siswa. Faktor yang menyebabkan burnout belajar adalah hubungan yang buruk antara siswa dan guru, tidak ada umpan balik dari teman sebaya, daya saing serta adanya konflik yang terjadi di kelas (Shu-Hui Liu, 2012), sehingga akan berdampak buruk pada proses maupun hasil belajar (Keunchul Lee, Sangwook Kang, 2017).

Dampak dari kejenuhan belajar yaitu siswa tidak produktif dalam mengikuti pembelajaran sehingga potensi yang dimilikinya terhambat dikarenakan siswa merasa kelelahan baik fisik, kognitif, mental maupun emosional. Siswa yang mengalami kelelahan kognitif cenderung mendapat beban yang terlalu berat pada otak sehingga mudah hilang konsentrasi, mudah lupa, serta sulit mengambil suatu keputusan (Vitasari, 2016). Kurang semangat, malas mengikuti pelajaran, bosan, dan rasa malas dapat disebabkan oleh kelelahan yang dialami siswa (Ambarwati, 2020). Hal itu juga disebabkan oleh metode yang digunakan oleh guru dalam memberikan pembelajaran monoton, kebisingan pada saat belajar, tugas terlalu banyak, tekanan yang tinggi, dan deadline tugas sehingga siswa sulit untuk memahami pelajaran yang diberikan dan mudah bosan (Poppy Agustina, Syaiful Bahri, 2019). Metode belajar yang digunakan guru secara efektif akan menciptakan suasana kelas yang menyenangkan sehingga siswa semangat dan adanya motivasi untuk mengikuti proses pembelajaran (Fauziyah, 2013).

Seiring dengan itu, (Syah, 2019) menjelaskan salah satu faktor penyebab kejenuhan belajar yaitu tidak adanya umpan balik positif ketika proses belajar berlangsung, metode monoton yang diberikan oleh guru dalam proses belajar, serta tidak memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajar sehingga siswa mudah merasa jenuh. Kemudian menurut (Yougen Lou, Liansong Wu, 2016) penyebab terjadinya kejenuhan belajar yang dialami siswa yaitu tekanan akademik. Kejenuhan belajar dapat menyebabkan rendahnya motivasi belajar siswa. Seiring dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mahfud, 2016) dengan hasil penelitian bahwa kejenuhan belajar yang dialami siswa akan menjadi penghambat kegiatan proses belajar yang dilakukan siswa (Piergiorgio Argentero, Bianca Dell'Olivo, 2008).

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 7 Padang dan SMP Negeri 22 Padang dengan judul perbedaan kejenuhan belajar siswa full day school dan non full day school, dapat disimpulkan bahwa (1) kejenuhan belajar siswa full day school di SMP Negeri 7 Padang pada umumnya berada pada kategori sedang, (2) kejenuhan belajar siswa non full day school di SMP Negeri 22 Padang pada umumnya berada pada kategori rendah (3) terdapat perbedaan yang signifikan antara kejenuhan belajar siswa full day school dan non full day school, artinya kejenuhan belajar siswa full day school lebih tinggi dibandingkan kejenuhan belajar siswa non full day school. Perlu upaya untuk mengatasi kejenuhan belajar yang dialami siswa oleh Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor agar adanya motivasi dan semangat siswa dalam belajar secara optimal agar memperoleh prestasi yang baik untuk masa depan, serta diperlukan penelitian lanjut pada aspek kejenuhan belajar (Burnout).

Referensi

- Affah, S. (2019). Pengaruh Kejenuhan Belajar dan Interaksi Sosial Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa dengan Sistem Pesantren Modern di Samarinda. *Psikoborneo*, 7(4), 965–972.
- Ambarwati, N. A. (2020). Kejenuhan Belajar dan Cara Mengatasinya Agar Tidur Nyenyak. *Jurnal Psikologi Pendidikan Islam*, 6(1), 9–16.
- Baharuddin. (2009). *Pendidikan dan Psikologi Perkembangan*. Ar-Ruzz Media.
- Barseli, M., & Ifdil, I. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143. <https://doi.org/10.29210/119800>
- Chintami, I. (2007). *Perbedaan Tingkat Motivasi Belajar Siswa pada Sekolah Full Day School dan No Full Day School*. UIN Malang.
- Fauziyah, N. (2013). Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar Sejarah Kebudayaan Islam (Ski) Pada Siswa Kelas Xi Jurusan Keagamaan Di Man Tempel Sleman. *Jurnal Pendidikan Agama Islam UIN Sunan Kalijaga*, 14(1), 99–108. <https://doi.org/10.14421/jpai>
- Hakim, T. (2004). *Belajar Secara Efektif*. Puspa Swara.
- Harjaningrum, M. (2007). *Half Day School dan Full Day School Tinjauan Psikologi*. Puspa Swara.

-
- Katariina Salmela-Aro, K. U. (2014). School Burnout and Engagement in the Context of Demands-Resources Model. *British Journal of Educational Psychology*, 84 (1).
- Keunchul Lee, Sangwook Kang, I. K. (2017). Relationships Among Stress, Burnout, athletic identity, and Athlete Satisfaction in Student at Korea's Physical education high school: Validating Differences Between Pathways. *Psychological Reports*, 120(4).
- Mahfud, E. R. (2016). *Strategi Guru dalam mengatasi rasa Jenuh siswa kelas 2A di Full day School SD Islam Tompokersan Lumajang*. UIN Maulana Malik.
- Mailita, Basyir, M. N., & Abd, D. (2016). Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam mencegah kejenuhan Belajar siswa di SMP Negeri Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 1(November), 14–26.
- Ni Kdk Widari, I Ketut Dharsan, K. S. (2014). Penerapan teori konseling rasional emotif behavioral dengan teknik relaksasi untuk menurunkan kejenuhan belajar siswa kelas x mia 2 SMA Negeri 2 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan ...*, 1. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/3711>
- Ningsih, F. (2016). Efektifitas Teknik Relaksasi Untuk Mengurangi Kejenuhan. *E-Journal Bimbingan Dan Konseling Edisi 7 Tahun Ke-5*, 7(5), 50–59.
- Nopianda, I. (2018). *mplementasi System Full Day School dan Problematika dalam Pembelajaran PAI di SMP N 24 Bandar Lampung*. UIN Raden Intan Lampung.
- Piergiorgio Argentero, Bianca Dell'Olive, M. S. F. (2008). Staff Burnout and Patient Satisfaction with the quality of dialysis care. *American Journal of Kidney Diseases*, 51 (1).
- Poppy Agustina, Syaiful Bahri, A. B. (2019). Analisis Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar pada Siswa dan Usaha Guru BK untuk mengatasinya. *Junal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(1).
- Qomari, R. (2009). Teknik Penelusuran Analisis Data Kuantitatif dalam Penelitian Kependidikan. *INSANIA*, 14(3).
- Rahmat, M. A. (2018). *Kejenuhan Belajar pada Siswa di Sekolah Dasar Full Day School*. UIN Sunan Ampel.
- Renzo Bianchi, Irvin Schonfeld, E. L. (2019). Burnout: Moving Beyond the status quo. *International Journal of Stress Managemen*, 26(1).
- Rizky, A. A. (2015). *Problematika Pembelajaran System Full Day School Siswa*. UIN Walisongo.
- Sari, D. M. (2018). *Pengaruh Program Full Day School terhadap Prestasi Belajar Siswa*. Fakultas dan Ilmu Politik Lampung.
- Shu-Hui Liu, Y.-C. H. (2012). Investigating the Relationships. *Active Learning in Higher Education*, 13(3).
- Slivar, B. (2001). The syndrome of burnout, self-image, and anxiety with grammar school students Sindrom izgorelosti, samopodoba in anksioznost pri gimnazijcih. *Psiholo ka Obzorja / Horizons of Psychology*, 10(2), 21–32.
- Smith, J. A. (2003). *Qualitative Psychology: A Pratical Guide to Research Metods*. Sage Publications.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Alfabeta.
- Syah, M. (2019). *Psikologi Belajar*. Rajawali Press.
- Vitasari, I. (2016). Kejenuhan Belajar Ditinjau Dari Kesenian Dan Kontrol Diri Siswa Kelas Xi Sman 9 Yogyakarta. *E-Journal Bimbingan Dan Konseling Edisi 7 Tahun Ke-5 2016 Masalah*, 60–75.
- Wahyuni, E. D. (2018). Faktor-faktor Penyebab Tingkat Kejenuhan Belajar Pendidikan Agama Islam (PAI) Pada Jurusan PGSD di Universitas Islam Balitar. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 10(2).
- Wizma. (2017). *Dampak pelaksanaan Sitem F ull Day School di SMA 1 Pasaman*. STKIP PGRI.

Yang, H.-J. (2004). Factors Affecting Student Burnout and Academic Achievement in Multiple Enrollment Program in Taiwans. *Factors Affecting Student Burnout and Academic Achievement in Multiple Enrollment Program in Taiwans*, 24(3).

Yougen Lou, Liansong Wu, H. L. (2016). A Study of Non-English-Majored Graduates' Learning Burnout in a Local Comprehensive University In China. *Creative Educayion*, 7(7).

Yusuf, A. M. (2017). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.

Zhang, X., Klassen, R. M., & Wang, Y. (2013). Academic Burnout and Motivation of Chinese Secondary Students. *International Journal of Social Science and Humanity*, 3(2), 134–138. <https://doi.org/10.7763/ijssh.2013.v3.212>