

ABSTRAK

Diharja, Nurlina Dwi. 2022. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Realita Untuk Mereduksi *Academic Burnout* Peserta Didik SMA N 22 Surabaya Di Masa Peralihan Pandemi. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Pedagogi Dan Psikologi, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing: Maghfirotul Lathifah, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci: *Academic Burnout, Konseling Kelompok Realita*

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan fenomena yang ada di kelas XI Jurusan IPS SMA N 22 Surabaya yang menunjukkan tingkat *academic burnout* kategori tinggi. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah mengetahui efektivitas pemberian layanan konseling kelompok realita untuk mereduksi *academic burnout* peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh bukti empiris mengenai efektivitas layanan konseling kelompok realita untuk mereduksi *academic burnout* peserta didik.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian pre-eksperimental bentuk *one group pretest-posttest design*. Populasi penelitian adalah peserta didik kelas XI Jurusan IPS SMA N 22 Surabaya dengan sampel 6 peserta didik yang terindikasi *academic burnout* tinggi. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala pengukuran *academic burnout*. Teknik analisis data yang digunakan yakni analisis statistik dengan menggunakan Uji Paired Sample T-Test.

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan *academic burnout* pada peserta didik. Hal tersebut diperkuat dengan menggunakan Uji Paired Samples T-Test yang menunjukkan hasil bahwa nilai signifikansi yang diperoleh adalah $0,001 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh signifikan dalam penggunaan layanan konseling kelompok realita untuk mereduksi

tingkat academic burnout peserta didik kelas XI Jurusan IPS SMA N
22 Surabaya.

ABSTRACT

Diharja, Nurlina Dwi. 2022. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Realita Untuk Mereduksi *Academic Burnout* Peserta Didik SMA N 22 Surabaya Di Masa Peralihan Pandemi. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Pedagogi Dan Psikologi, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing: Maghfirotul Lathifah, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci: *Academic Burnout, Konseling Kelompok Realita*

This research was conducted based on the phenomenon that existed in class XI Social Sciences Department at SMA N 22 Surabaya which showed a high level of academic burnout. The formulation of the problem in this study is to determine the effectiveness of providing reality group counseling services to reduce student academic burnout. This study aims to obtain empirical evidence regarding the effectiveness of reality group counseling services to reduce student academic burnout.

This study uses a quantitative approach with the type of pre-experimental research in the form of one group pretest-posttest design. The study population was students of class XI Social Sciences Department at SMA N 22 Surabaya with a sample of 6 students who indicated high academic burnout. The sampling technique used purposive sampling technique. The data collection method uses a burnout study questionnaire. The data analysis technique used is statistical analysis using the Paired Sample T-Test.

The results of the study show that there is a decrease in academic burnout in students. This is reinforced by using the Paired Samples T-Test which shows the result that the significance value obtained is $0.001 < 0.05$, so it can be concluded that there is a significant influence in the use of reality group counseling services to reduce the level of academic burnout in class XI Social Sciences students. SMA N 22 Surabaya.