### DAFTAR PUSTAKA

- Arirahmanto, Sutam Bayu. 2018. Pengembangan Aplikasi Penurunan Kejenuhan Belajar Berbasis Android untuk Siswa SMPN 3 Babat. UNESA Surabaya.
- Bahrer-Kohler, S. 2012. Burnout for Expert: Prevention in the context of living and working. London: Springer Science & Business Media.
- Bianchi, R., Schonfeld, I. S., & Laurent, E. 2019. Burnout: Moving beyond the status quo. International Journal of Stress Management, 26 (1), 36.
- BPS (Badan Pusat Statistik). 2019. *Presentase rumah tangga yang memiliki telepon selular aktif 2012- 2016*. https://bps.go.id. diakses pada 16 Mei 2020.
- Sutarjo, Edi., Arum, Dewi WMP., & Ni.Kt. Suarni. 2014. *Efektivitas Teori Behavioral Teknik Relaksasi dan Brain Gym untuk Menurunkan Burnout Belajar pada siswa Kleas VIII SMP Laboratorium UNDIKSHA Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014*. Diakses darihttp://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/3740/2995. pada tanggal 23 februari, jam 00.59 WIB.
- Firman & Sari. 2020. Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19. Indonesian Journal Of Educational Science (IJES), Volume 02 No 02.
- Hasanah, dkk. 2020. Analisis Aktivitas Belajar Daring Mahasiswa Pada Pandemi COVID-19. Jurnal Pendidikan. Volume 1 No 1
- Hatiningsih, Nuligar. 2013. Play Therapy untuk Meningkatkan Konsentrasi pada Anak Attention Deficit Hyperactive Disorder (ADHD). Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan Vol. 01 No. 2, Agustus 2013 Hal 324-342 ISSN: 2301-8267.
- Hidayat, Yusuf, Muhammad. 2016. Pengaruh Slow Learner dan Kejenuhan Belajar terhadap Kesulitan Belajar Fisika Siswa MTs Madani Alauddin Kabupaten Gowa. UIN Alauddin Makassar. Vol. 5, No. 2, hal. 332-341.
- Howell, D. C. 2011. Fundamental Statistics for the Behavioral Sciences. USA: Wadsworth.

- $\frac{http://rimaalifiarahmi.blogspot.com/2014/03/normal-0-false-false-false-false-en-us-x-none.html.\\$
- Indriyani, Iin. 2011. Play Therapy: *Pembelajaran Mitigasi Bencana Tanah Longsor untuk ABK. Bulletin Vulkanologi dan Bencana Geologi* Volume 6 Nomor 3 Desember 2011: 7-15.
- Lin, S. H., & Huang, Y. C. 2012. Investigating the relationships between loneliness and learning burnout. Active Learning in Higher Education, 13(3), 231–243. https://doi.org/10.1177/1469787412452983.
- Monks, F. J. dkk. 2014. *Psikologi perkembangan, pengantar dalam berbagai bagiannya cetakan ketujuh belas*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Muna, Naeila Rifatil. 2013. Efektivitas Teknik Self Regulation Learning dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa di SMA Insan Cendekia Sekarkemunging Cirebon. Jurnal Holistik. Vol. 14, No. 02, hal. 57-78.
- Santrock, J. W. 2012. Life-span Development. 13 th Edition. University of Texas, Dallas: Mc Graw-Hill.
- Schaufeli, W. B., Maslach, C., & Marek, T. 2017. Professional burnout: Recent developments in theory and research (Vol. 33). Taylor & Francis.
- Sugiyono. 2012. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Alfabeta.
- Suryabrata, Sumandi. 2011. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Susamto, Ahmad. *Teori Belajar Dan Pembelajaran Di Sekolah Dasar*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 2011.
- Suwarjo & Diana Septi Purnama. 2014. Model Bimbingan Pengembangan Kompetensi Pribadi Sosial Bagi Siswa SMA yang Mengalami Kejenuhan Belajar (Burnout). Universitas Negeri Yogyakarta. Tidak Diterbitkan.
- Suwarjo & Eliasa, E. I. 2013. 55 permainan dalam bimbingan dan konseling cetakan keenam. Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Trianto. 2010. *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif-Progresif.*Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

- Vitasari, Ita. 2016. Kejenuhan (Burnout) Belajar di Tinjau dari Tingkat Kesepian dan Kontrol Diri pada Siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wibowo, S. B. 2016. *Benarkah Self-esteem Mempengaruhi Prestasi Akademik?*. Jurnal Humanitas. Vol. 13, No. 1. Hlm. 72-83.
- Wulandari. 2018. Peningkatan Kompetensi Profesional Guru Kewirausahaan melalui Lesson Study Berbasis Pantai dan Laut. JPE (Jurnal Pendidikan Edutama), Vol. 5 No. 2.



### FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I: Jl. Ngagel Dadi III-8/37 Telp. (033) 5053327, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60234

Kampus III: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281183 Surabaya 60234

### FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa

: Fatur Rahman Al Isfahani

NIM

: 175000056

Program Studi

: Bimbingan dan Konseling

Tanggal Ujian Skripsi

: 11 Februari 2021

Judul Skripsi

: Pengaruh Play Therapy Dengan Permainan

Tradisional "Bancakan" Dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Kejenuhan Belajar Daring Siswa Pada Saat Pandemi Covid-19

Di Sma Negeri 1 Sangkapura

No	Materi Revisi	Penguji I
1	Format tulisan DOV (kecil) dan penulisan	74
2	Bab V kesimpulan	1
3	Dokumentasi	Tr

Batas waktu skripsi: 2 (dua) minggu terhitung dari waktu ujian skripsi.

Dosen Penguji I,

Drs. H. Sutijono, M.M. NIDN, 88070220016



#### FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA Kampus I: II. Ngagel Dadi III-8/37 Telp. (031) 5053127. 5041097 Fax. (031) 5462804 Surabaya 60234

Kampus III: Ji. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281183, 8281183 Surabaya 60234

### FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa

: Fatur Rahman Al Isfahani

NIM

: 175000056

Program Studi

: Bimbingan dan Konseling

Tanggal Ujian Skripsi

: 11 Februari 2021

Judul Skripsi

: Pengaruh Play Therapy Dengan Permainan Tradisional "Bancakan" Dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Kejenuhan Belajar Daring Siswa Pada Saat Pandemi Covid-19

Di Sma Negeri 1 Sangkapura

No	Materi Revisi	Penguji II
1	Bab II pembahasan play therapy diperdalam lagi	Mi
2	Bab IV pembahasan per konseli juga harus lebih mendetail,karena pembahasan masih secara umum, kurang mendalam	M
3	Menggunakan daftar Pustaka termutakhir, setidaknya 10 tahun terakhir	M

Batas waktu skripsi: 2 (dua) minggu terhitung dari waktu ujian skripsi.

Dosen Penguji II,

Dimas Ardika, S.Pd., M.Pd.

NIDN. 0701079003



#### FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA ampus 1: Jl. Ngagel Dadi III-8/37 Telp. (031) 5053127. 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60234

Kampus III: Jl, Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281183 Surabaya 60234

### FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa

: Fatur Rahman Al Isfahani

NIM

: 175000056

Program Studi

: Bimbingan dan Konseling

Tanggal Ujian Skripsi

: 11 Februari 2021

Judul Skripsi

: Pengaruh *Play Therapy* Dengan Permainan Tradisional "Bancakan" Dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Kejenuhan Belajar Daring Siswa Pada Saat Pandemi Covid-19

Di Sma Negeri 1 Sangkapura

No	Materi Revisi	Penguji III
1	Rumusan masalah	Ju
2	Pengukuran kejenuhan belajar	de
3	Indikator	1

Batas waktu skripsi: 2 (dua) minggu terhitung dari waktu ujian

skripsi.

Dosen Penguji III,

Dra. Kusbandiami, S.Psi., M.Pd.

NIP. 194812311988032001

### LAMPIRAN

# Lampiran 4



### FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

August E. D. Xigago Code (B. B. 17 Taly) 101 (1 R031) T. Pet 107 Tag., vil 13 302304 Southey 40 Sangari H. B. Hobels Monagaget 28 7 day (91) 478 181, 478 192, 479 197 September 40234.

Nomor : 278/Ak.1/FPP/I/2021

Lampiran : -

Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.Bapak/Ibu Kepala/Ketua

SMA NEGERI 1 SANGKAPURA

jl. Wiyatamandala No. 10, Sungairujing, Kec. Sangkapura, Kabupaten Gresik, Jawa Timur 61174 di Gresik

#### Dengan hormat,

Sesuai dengan kurikulum Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, untuk penyelesaian akhir masa studi, mahasiswa diwajibkan menulis skripsi. Berkaitan dengan ini, mohon dengan hormat Bapak/Ibu Kepala/Ketua UPT SMA NEGERI 1 SANGKAPURA berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa:

Nama : Fatur Rahman Al Isfahani

NIM : 175000056

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Fakultas : Pedagogi dan Psikologi

Judul Penelitian : PENGARUH PLAY THERAPY DENGAN PERMAINAN TRADISIONAL

"BANCAKAN" DALAM BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP

KEJENUHAN BELAJAR DARING SISWA PADA SAAT PANDEMI COVID-

19 DI SMA NEGERI 1 SANGKAPURA KELAS XI IPA 1

Demikian permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasama diucapkan terima kasih.

Surabaya, 4 Januari 2021

196702001092051002

Tembusan

1. Wakil Dekar I

2. Kaprodi



### PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR

DINAS PENDIDIKAN CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH KABUPATEN GRESIK UPT SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 SANGKAPURA JI Wiyatamandala No. 10 Telp / Fax (0325) 421026 Sangkapura www.sman1sangkapura.sch.id email:sman1.sangkapura@gm

GRESIK

61181

### SURAT KETERANGAN

omor: 421.3/010/101.6.24.10/2021

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama

: AFANDI, S.Pd, M.Pd.

NIP

: 19640327 199203 1 011

Jabatan

Pangkat/Gol. Ruang : Pembina Tingkat I, IV/b : Kepula Sekolah

Unit Kerja

: SMAN 1 Sangkapura

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

Nama

: FATUR RAHMAN AL ISFAHANI

: Univeritas PGRI Adi Buana Surabaya

NIM

: 175000056

Program Studi

: Bimbingan dan Konseling

Fakultas Universitas : Pedagogi dan Psikologi

Benar-benar telah melakukan penelitian dalam rangka penulisan skripi yang berjudul: Pengaruh Play Therapy Dengan Permainan Tradisional "Bancakan" Dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Kejenuhan Belajar Daring Siswa Pada Saat Pandemi Covid-19 Di SMA Negeri 1 Ssangkapura Kelas XI-MIA 1, dari tanggal 16 Januari 2021 sampai dengan 30 Januari 2021 di SMAN I Sangkapura.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Sangkapura, 01 Februari 2021

# Lampiran 6 UJI Validitas

# **Item-Total Statistics**

Mean if Item Deleted         Scale Variance if Item Deleted         Corrected Item-Total Correlation         Cronbach's Alpha if Item Deleted           X01         115.3226         588.159         .652         .952           X02         115.2903         582.946         .677         .952           X03         115.2258         581.647         .720         .952           X04         115.2258         575.247         .807         .951           X05         115.2258         592.181         .419         .953           X06         115.2903         577.213         .720         .952           X07         115.2258         580.914         .783         .952           X08         115.2903         579.746         .690         .952           X09         115.4516         581.123         .689         .952           X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712			Tiem Total S	tutistics	
Item Deleted         Scale Variance if Item Deleted         Item-Total Correlation         Alpha if Item Deleted           X01         115.3226         588.159         .652         .952           X02         115.2903         582.946         .677         .952           X03         115.2258         581.647         .720         .952           X04         115.2258         575.247         .807         .951           X05         115.2258         592.181         .419         .953           X06         115.2903         577.213         .720         .952           X07         115.2258         580.914         .783         .952           X08         115.2903         579.746         .690         .952           X09         115.4516         581.123         .689         .952           X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712         .696         .952           X13         115.4944         577.665         .712 <t< td=""><td></td><td>Scale</td><td></td><td></td><td></td></t<>		Scale			
Deleted         if Item Deleted         Correlation         Deleted           X01         115.3226         588.159         .652         .952           X02         115.2903         582.946         .677         .952           X03         115.2258         581.647         .720         .952           X04         115.2258         575.247         .807         .951           X05         115.2258         592.181         .419         .953           X06         115.2903         577.213         .720         .952           X07         115.2258         580.914         .783         .952           X08         115.2903         579.746         .690         .952           X09         115.4516         581.123         .689         .952           X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712         .696         .952           X13         115.5484         579.523         .650         .952           X14         115.2581         577.665         .712         .952           X1					
X01         115.3226         588.159         .652         .952           X02         115.2903         582.946         .677         .952           X03         115.2258         581.647         .720         .952           X04         115.2258         575.247         .807         .951           X05         115.2258         592.181         .419         .953           X06         115.2903         577.213         .720         .952           X07         115.2258         580.914         .783         .952           X08         115.2903         579.746         .690         .952           X09         115.4516         581.123         .689         .952           X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712         .696         .952           X13         115.4544         579.523         .650         .952           X14         115.2581         577.665         .712         .952           X15         115.4516         585.789         .546         .953 <t< td=""><td></td><td>Item</td><td></td><td>Item-Total</td><td>Alpha if Item</td></t<>		Item		Item-Total	Alpha if Item
X02         115.2903         582.946         .677         .952           X03         115.2258         581.647         .720         .952           X04         115.2258         575.247         .807         .951           X05         115.2258         592.181         .419         .953           X06         115.2903         577.213         .720         .952           X07         115.2258         580.914         .783         .952           X08         115.2903         579.746         .690         .952           X09         115.4516         581.123         .689         .952           X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712         .696         .952           X13         115.2903         581.880         .670         .952           X14         115.2581         577.665         .712         .952           X15         115.4516         585.789         .546         .953           X16         115.4839         584.191         .561         .953 <t< td=""><td></td><td>Deleted</td><td>if Item Deleted</td><td>Correlation</td><td>Deleted</td></t<>		Deleted	if Item Deleted	Correlation	Deleted
X03         115.2258         581.647         .720         .952           X04         115.2258         575.247         .807         .951           X05         115.2258         592.181         .419         .953           X06         115.2903         577.213         .720         .952           X07         115.2258         580.914         .783         .952           X08         115.2903         579.746         .690         .952           X09         115.4516         581.123         .689         .952           X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712         .696         .952           X13         115.2581         577.665         .712         .952           X14         115.2581         577.665         .712         .952           X15         115.4516         585.789         .546         .953           X16         115.4839         584.191         .561         .953           X17         115.4516         579.989         .684         .952 <t< td=""><td>X01</td><td>115.3226</td><td>588.159</td><td>.652</td><td>.952</td></t<>	X01	115.3226	588.159	.652	.952
X04         115.2258         575.247         .807         .951           X05         115.2258         592.181         .419         .953           X06         115.2903         577.213         .720         .952           X07         115.2258         580.914         .783         .952           X08         115.2903         579.746         .690         .952           X09         115.4516         581.123         .689         .952           X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712         .696         .952           X13         115.5484         579.523         .650         .952           X14         115.2581         577.665         .712         .952           X15         115.4516         585.789         .546         .953           X16         115.4839         584.191         .561         .953           X17         115.4516         579.989         .684         .952           X18         115.494         577.385         .745         .952 <th< td=""><td>X02</td><td>115.2903</td><td>582.946</td><td>.677</td><td>.952</td></th<>	X02	115.2903	582.946	.677	.952
X05         115.2258         592.181         .419         .953           X06         115.2903         577.213         .720         .952           X07         115.2258         580.914         .783         .952           X08         115.2903         579.746         .690         .952           X09         115.4516         581.123         .689         .952           X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712         .696         .952           X13         115.5484         579.523         .650         .952           X14         115.2581         577.665         .712         .952           X15         115.4516         585.789         .546         .953           X16         115.4839         584.191         .561         .953           X17         115.4516         579.989         .684         .952           X18         115.4194         577.385         .745         .952           X19         115.4516         590.523         .455         .953 <t< td=""><td>X03</td><td>115.2258</td><td>581.647</td><td>.720</td><td>.952</td></t<>	X03	115.2258	581.647	.720	.952
X06         115.2903         577.213         .720         .952           X07         115.2258         580.914         .783         .952           X08         115.2903         579.746         .690         .952           X09         115.4516         581.123         .689         .952           X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712         .696         .952           X13         115.5484         579.523         .650         .952           X14         115.2581         577.665         .712         .952           X15         115.4516         585.789         .546         .953           X16         115.4839         584.191         .561         .953           X17         115.4516         579.989         .684         .952           X18         115.4194         577.385         .745         .953           X20         115.6774         595.626         .319         .954           X21         115.5161         589.725         .506         .953 <t< td=""><td>X04</td><td>115.2258</td><td>575.247</td><td>.807</td><td>.951</td></t<>	X04	115.2258	575.247	.807	.951
X07         115.2258         580.914         .783         .952           X08         115.2903         579.746         .690         .952           X09         115.4516         581.123         .689         .952           X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712         .696         .952           X13         115.5484         579.523         .650         .952           X14         115.2581         577.665         .712         .952           X15         115.4516         585.789         .546         .953           X16         115.4839         584.191         .561         .953           X17         115.4516         579.989         .684         .952           X18         115.4194         577.385         .745         .952           X19         115.4516         590.523         .455         .953           X20         115.6774         595.626         .319         .954           X21         115.3871         591.045         .440         .953 <t< td=""><td>X05</td><td>115.2258</td><td>592.181</td><td>.419</td><td>.953</td></t<>	X05	115.2258	592.181	.419	.953
X08         115.2903         579.746         .690         .952           X09         115.4516         581.123         .689         .952           X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712         .696         .952           X13         115.5484         579.523         .650         .952           X14         115.2581         577.665         .712         .952           X15         115.4516         585.789         .546         .953           X16         115.4839         584.191         .561         .953           X17         115.4516         579.989         .684         .952           X18         115.4194         577.385         .745         .952           X19         115.4516         590.523         .455         .953           X20         115.6774         595.626         .319         .954           X21         115.3871         591.045         .440         .953           X22         115.3871         591.045         .440         .953 <t< td=""><td>X06</td><td>115.2903</td><td>577.213</td><td>.720</td><td>.952</td></t<>	X06	115.2903	577.213	.720	.952
X09         115.4516         581.123         .689         .952           X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712         .696         .952           X13         115.5484         579.523         .650         .952           X14         115.2581         577.665         .712         .952           X15         115.4516         585.789         .546         .953           X16         115.4839         584.191         .561         .953           X17         115.4516         579.989         .684         .952           X18         115.4194         577.385         .745         .952           X19         115.4516         590.523         .455         .953           X20         115.6774         595.626         .319         .954           X21         115.3871         591.045         .440         .953           X22         115.3871         591.045         .440         .953           X23         115.2581         585.131         .425         .954 <t< td=""><td>X07</td><td>115.2258</td><td>580.914</td><td>.783</td><td>.952</td></t<>	X07	115.2258	580.914	.783	.952
X10         115.3548         582.303         .690         .952           X11         115.2903         581.880         .670         .952           X12         115.3871         580.712         .696         .952           X13         115.5484         579.523         .650         .952           X14         115.2581         577.665         .712         .952           X15         115.4516         585.789         .546         .953           X16         115.4839         584.191         .561         .953           X17         115.4516         579.989         .684         .952           X18         115.4194         577.385         .745         .952           X19         115.4516         590.523         .455         .953           X20         115.6774         595.626         .319         .954           X21         115.5161         589.725         .506         .953           X22         115.3871         591.045         .440         .953           X23         115.2903         584.346         .465         .953           X24         115.4516         589.323         .424         .953 <t< td=""><td>X08</td><td>115.2903</td><td>579.746</td><td>.690</td><td>.952</td></t<>	X08	115.2903	579.746	.690	.952
X11       115.2903       581.880       .670       .952         X12       115.3871       580.712       .696       .952         X13       115.5484       579.523       .650       .952         X14       115.2581       577.665       .712       .952         X15       115.4516       585.789       .546       .953         X16       115.4839       584.191       .561       .953         X17       115.4516       579.989       .684       .952         X18       115.4194       577.385       .745       .952         X19       115.4516       590.523       .455       .953         X20       115.6774       595.626       .319       .954         X21       115.5161       589.725       .506       .953         X22       115.3871       591.045       .440       .953         X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X09	115.4516	581.123	.689	.952
X12       115.3871       580.712       .696       .952         X13       115.5484       579.523       .650       .952         X14       115.2581       577.665       .712       .952         X15       115.4516       585.789       .546       .953         X16       115.4839       584.191       .561       .953         X17       115.4516       579.989       .684       .952         X18       115.4194       577.385       .745       .952         X19       115.4516       590.523       .455       .953         X20       115.6774       595.626       .319       .954         X21       115.5161       589.725       .506       .953         X22       115.3871       591.045       .440       .953         X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X10	115.3548	582.303	.690	.952
X13       115.5484       579.523       .650       .952         X14       115.2581       577.665       .712       .952         X15       115.4516       585.789       .546       .953         X16       115.4839       584.191       .561       .953         X17       115.4516       579.989       .684       .952         X18       115.4194       577.385       .745       .952         X19       115.4516       590.523       .455       .953         X20       115.6774       595.626       .319       .954         X21       115.5161       589.725       .506       .953         X22       115.3871       591.045       .440       .953         X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X11	115.2903	581.880	.670	.952
X14       115.2581       577.665       .712       .952         X15       115.4516       585.789       .546       .953         X16       115.4839       584.191       .561       .953         X17       115.4516       579.989       .684       .952         X18       115.4194       577.385       .745       .952         X19       115.4516       590.523       .455       .953         X20       115.6774       595.626       .319       .954         X21       115.5161       589.725       .506       .953         X22       115.3871       591.045       .440       .953         X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X12	115.3871	580.712	.696	.952
X15       115.4516       585.789       .546       .953         X16       115.4839       584.191       .561       .953         X17       115.4516       579.989       .684       .952         X18       115.4194       577.385       .745       .952         X19       115.4516       590.523       .455       .953         X20       115.6774       595.626       .319       .954         X21       115.5161       589.725       .506       .953         X22       115.3871       591.045       .440       .953         X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X13	115.5484	579.523	.650	.952
X16       115.4839       584.191       .561       .953         X17       115.4516       579.989       .684       .952         X18       115.4194       577.385       .745       .952         X19       115.4516       590.523       .455       .953         X20       115.6774       595.626       .319       .954         X21       115.5161       589.725       .506       .953         X22       115.3871       591.045       .440       .953         X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X14	115.2581	577.665	.712	.952
X17       115.4516       579.989       .684       .952         X18       115.4194       577.385       .745       .952         X19       115.4516       590.523       .455       .953         X20       115.6774       595.626       .319       .954         X21       115.5161       589.725       .506       .953         X22       115.3871       591.045       .440       .953         X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X15	115.4516	585.789	.546	.953
X18       115.4194       577.385       .745       .952         X19       115.4516       590.523       .455       .953         X20       115.6774       595.626       .319       .954         X21       115.5161       589.725       .506       .953         X22       115.3871       591.045       .440       .953         X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X16	115.4839	584.191	.561	.953
X19       115.4516       590.523       .455       .953         X20       115.6774       595.626       .319       .954         X21       115.5161       589.725       .506       .953         X22       115.3871       591.045       .440       .953         X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X17	115.4516	579.989	.684	.952
X20       115.6774       595.626       .319       .954         X21       115.5161       589.725       .506       .953         X22       115.3871       591.045       .440       .953         X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X18	115.4194	577.385	.745	.952
X21       115.5161       589.725       .506       .953         X22       115.3871       591.045       .440       .953         X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X19	115.4516	590.523	.455	.953
X22       115.3871       591.045       .440       .953         X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X20	115.6774	595.626	.319	.954
X23       115.2903       584.346       .465       .953         X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X21	115.5161	589.725	.506	.953
X24       115.2581       585.131       .425       .954         X25       115.4516       589.323       .424       .953	X22	115.3871	591.045	.440	.953
X25 115.4516 589.323 .424 .953	X23	115.2903	584.346	.465	.953
	X24	115.2581	585.131	.425	.954
	X25	115.4516	589.323	.424	.953
X26         115.3871         586.978         .426         .953	X26	115.3871	586.978	.426	.953

X27	115.0968	586.957	.443	.953
X28	115.2581	581.731	.502	.953
X29	115.2903	575.080	.610	.952
X30	115.0323	596.366	.257	.954
X31	115.1290	577.249	.661	.952
X32	115.0645	593.262	.343	.954
X33	114.9677	587.099	.417	.954
X34	115.1613	575.073	.679	.952
X35	114.8710	587.916	.419	.953
X36	115.0323	577.299	.657	.952
X37	115.2581	581.731	.502	.953
X38	115.2903	575.080	.610	.952
X39	115.0323	596.366	.257	.954
X40	115.1290	577.249	.661	.952
X41	115.0645	593.262	.343	.954
X42	114.9677	587.099	.417	.954
X43	115.1613	575.073	.679	.952
X44	114.8710	587.916	.419	.953
X45	115.0323	577.299	.657	.952

# Lampiran 7

# INSTRUMEN PENGUKURAN KEJENUHAN BELAJAR SISWA

# **Petunjuk Penelitian:**

- 1. Sebelum mengisi angket, isilah identitas anda dengan lengkap.
- 2. Isilah semua pertayaan dengan lengkap dan sejujur-jujurnya.
- 3. Tidak diperbolehkan melihat jawaban orang lain.
- 4. Berilah tanda (V) untuk mengisi jawaban anda.

Keterangan

SS	Sangat setuju
S	Setuju
TS	Tidak setuju
STS	Sangat tidak setuju

Nama : Usia : Jenis Kelamin : Tanggal :

No	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
	Saya membaca materi ulangan				
1	berulang-ulang kali membuat saya				
	bosan				
	Materi pelajaran yang sudah dijelaskan				
2	kemarin perlu diulang pada pertemuan				
	berikutnya				
3	Saya suka bila setiap hari harus belajar				
4	Saya harus belajar dengan keras				
5	Saya selalu merasa bosan ketika belajar				
3	dirumah				
	Saya suka mengulang kembali				
6	mempelajari materi yang diberikan				
	disekolah ketika sampai dirumah				
	Saya setuju bila materi pelajaran				
7	kemarin diulang lagi pada pertemuan				
	berikutnya				

	C1	I		
0	Saya akan membaca materi ulangan			
8	berulang-ulang untuk memperoleh hasil			
	yang maksimal			
9	Saya tidak harus belajar dengan giat			
	untuk mendapat nilai yang bagus			
	Saya tidak selalu membuat suasana			
10	tempat saya belajar lebih nyaman			
	supaya tidak membosankan			
	Saya tidak akan membaca materi			
11	ulangan berulang-ulang kali untuk			
	mendapat nilai yang maksimal			
12	Belajar didalam kamar tiap hari			
12	membuat saya merasa bosan			
	Saya kalau belajar dikamar biasanya			
13	sambal mendengarkan lagu biar gak			
	bosan			
14	Saya selalu berpindah-pindah tempat			
14	ketika belajar supaya selalu fokus			
15	Saya tetap belajar meskipun sedang			
13	sakit			
16	Setiap kali belajar saya merasakan rasa			
10	ngantuk yang amat sangat			
17	Saya lebih nyaman sembari tidur di			
17	kasur atau sofa			
18	Sering kali saya tertidur Ketika belajar			
19	Saya merasa lelah setelah belajar			
20	Saya merasa bersemangat saat belajar			
	Saya minum kopi untuk menghindari			
21	rasa ngantuk Ketika harus belajar			
	sampai larut malam			
	Saya berusaha menggunakan waktu			
22	yang ada disiang hari untuk tidur,			
22	sehingga bisa belajar maksimal pada			
	malam hari			
23	Saya selalu fokus pada saat belajar			
24	Saya merasa tidak bertenaga saat			
24	belajar dirumah			
			 1	

	Saya merasa lelah sedikitpun ketika			
25	belajar untuk mendapat nilai yang			
	bagus			
26	Saya tidak bersemangat belajar ketika			
26	materi yang disampaikan tidak menarik			
27	tubuh saya merasa lemas setelah belajar			
28	Saya belajar saat badan sedang merasa			
26	sehat			
29	Saya sangat semangat ketika hasil			
	ulangan akan dibagikan			
	Saya merasa sangat senang ketika			
30	mendapat nilai yang bagus ketika			
	ulangan			
	Saya lebih memilih pergi bersama			
31	teman atau bermain permainan			
	kesukaan saya dari pada belajar untuk			
	ulangan esok hari			
32	Saya harus menguasai materi pelajaran			
	seperti teman-teman saya			
33	Ketika belajar saya mudah terganggu			
	konsentrasinya			
34	Saya belajar untuk meningkatkan			
	pengetahuan saya			
35	Saya belajar ditempat yang berbeda-			
	beda supaya lebih bersemangat			
36	Saya mempunyai tempat khusus untuk belajar yang jauh dari keramaian			
	Saya lebih sering melihat pekerjaan			
37	rumah milik teman dari pada berusaha			
31	membuat sendiri			
38	Saya akan belajar ketika ada ulangan			
	Saya merasa membuang waktu untuk			
39	belajar			
	Saya harus belajar untuk mendapat nilai			
40	yang bagus pada pelajaran yang saya			
70	sukai			
	DOI:MI	l		

41	Saya harus tetap semangat belajar untuk mendapat nilai yang lebih bagus dari teman-teman kelas meskipun pada mata pelajaran yang tidak saya sukai		
42	Saya merasa nyaman ketika belajar dirumah		
43	Saya sering bermalas-malasan ketika belajar		
44	Bila ada materi pelajaran yang kurang dimengerti, maka saya akan berusaha mencari orang yang bisa membuat saya lebih memahami dan mengerti materi pelajaran tersebut		
45	Bila ada pekerjaan rumah maka akan segera saya selesaikan sesampai dirumah		

# Lampiran 8

Hasil Data *Pre-test* dan *Post-test* Siswa kelas XI IPA 4 SMA

Negeri 1 Sangkapura

N	responde	Pre		8 1	Post-	Perbanding
0	n	-tes			test	an Skor
		Sko	Kategor	Sko	Katego	
		r	i	r	ri	
1.	F5	91	TINGGI	67	Rendah	24
2.	F7	78	SEDAN	69	Rendah	9
			G			
3.	F13	89	TINGGI	62	Rendah	27
4.	F22	91	TINGGI	72	Sedang	19
5.	F23	78	SEDAN	70	Rendah	8
			G			
6.	F25	84	TINGGI	75	Sedang	9
7.	F26	92	TINGGI	73	Sedang	19
8.	F30	92	TINGGI	68	Rendah	24

# Lampiran 9

Hasil SPSS Uji Wilcoxon

# **Reliability Statistics**

Cronbach's

Alpha	N of Items
.743	28

# Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post test -	Negative Ranks	8 <sup>a</sup>	4.50	36.00
Pre Test	Positive Ranks	$O_p$	.00	.00
	Ties	0°		
	Total	8		

- a. Post test < Pre Test
- b. Post test > Pre Test
- c. Post test = Pre Test

### Post test PreTest

	TICICSC
Z	-2.521 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-	.012
tailed)	

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

# Lampiran 10 Dokumentasi













# BUKU PANDUAN

PENGARUH PLAY THERAPY DENGAN PERMAINAN TRADISIONAL "BANCAKAN" DALAM BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP KEJENUHAN BELAJAR DARING SISWA PADA SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMA NEGERI 1 SANGKAPURA KELAS XII IPA 1



# Fatur Rahman Al Isfahani 175000056

UNIVERSITAS PGRI ADIBUANA SURABAYA FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

### KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan YME karena atas karunia, berkat, serta rahmatnya, makalah ini bisa terselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Dengan terbuatnya buku pedoman ini.

Tentunya pedoman ini tidak akan berjalan dengan sesuai kaidahnya tanpa ada dukungan dari dosen terkait, yaitu Bapak Drs. Sutijono, M. M, dan Bapak Dimas Ardika M., M.Pd. yang senantiasa membimbing kami dan mengarahkan kami. Terimakasih juga kepada orang tua yang selalu mendoakan kami, teman-teman lain di luar kelompok yang sudah memberikan masukan dan pendapat.

Akhir kata, manusia tidak ada yang sempurna, begitu juga karyanya. Untuk itulah kami selaku penyusun memohon maaf sebesar-besarnya atas kekurangan tersebut. Harapannya, tulisan kami ini kedepannya bisa membuka dan memberikan wawasan kepada sesama.

Surabaya, 21 Desember 2020

Penyusun

KAT	A PEN	GANTAR			ii
DAF	TAR IS	i			iii
BAB	I PENI	DAHULU.	AN		1
	A. Ras	ional			1
	B. Tuj	uan			3
	-				3
	D. Ten	npat dan K	Carakteristik Pe	serta	3
			ksanaan Bimb		
					al bancakan 4
BAB	II PEN	<b>IBENTUI</b>	KAN KELOM	POK PERTE	<b>EMUAN I</b> 7
	A. Tuj	uan			7
	B. Keg	giatan			7
BAB					<b>PERMAINAN</b>
	TRAD	ISIONAI	BANCAKA	<b>V</b>	11
	A. Per	temuan II .			11
	B. Peri	temuan III			14
	C. Peri	temuan IV			17
	D. Per	temuan V.			18
Dafta	ır Ruju	kan			22

### BAB I PENDAHULUAN

### A. RASIONAL

Kejenuhan belajar adalah kondisi dimana seseorang lelah secara fisik dan emosi karena banyaknya tanggung jawab dan tugas-tugas yang harus diselesaikan dalam kurun waktu yang telah ditetapkan sehingga seseorang tersebut tidak dapat menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik.

Suwarjo & Diana Septi Purnama (2014: 12) mengartikan Burnout sebagai suatu keadaan keletihan (exhaustion) fisik, emosional dan mental dimana cirinya sering disebut physical depletion, yaitu dicirikan dengan perasaan tidak berdaya dan putus harapan, keringnya perasaan, konsep diri yang negatif dan sikapyang negatif dan perasaan gagal untuk mencapai tujuan diri yang ideal.

Dari fenomena yang terjadi di SMA Negeri 1 Sangkapura kelas XI IPA 1, pembelajaran daring ini sangat berpengaruh terhadap kejenuhan belajar siswa karena proses pembelajarannya yang berbeda. Ada kemungkinan besar siswa menjadi jenuh dalam mengikuti pembelajaran daring yang sudah dijadwalkan oleh pihak sekolah, karena keinginan untuk bermain. Siswa SMA Negeri 1 Sangkapura kelas XI IPA 1 juga sering mengalami kebosanan dikarenakan bertemu dengan teman-teman dan guru hanya melalui media virtual atau biasanya menggunakan *google meeting* tidak bertemu secara langsung sehingga siswa mengalami kejenuhan dalam belajarnya yang mengakibatkan prestasi siswa tersebut menurun.

Bimbingan Kelompok adalah suatu kegiatan kelompok yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, saran, dan sebagainya, dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi yang bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal.

Dalam Bimbingan Kelompok memiliki aturan-aturan yang melipui asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kekinian, kenrmatifan dan keahlian. Dalam hal ini asas-asas tersebut harus dilakukan, karena jika tidak dilakukan pelaksanaan bimbingan kelompok tidak akan berjalan dengan sebagaimana mestinya.

menurut (Sukardi, 2003) Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber (terutama guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat.

Wibowo (2005) Menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih social atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.

Dari beberapa pengertian bimbingan kelompok di atas, maka dapat disimpulkan bahwa Bimbingan Kelompok adalah suatu kegiatan kelompok yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, saran, dan sebagainya, dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi yang bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal.

# Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

# a. Tujuan Umum

Tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasisiswa, khususnya kemampuan komunikasi pesertalayanan.Dalam kaitanya ini, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisai/komunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang tidak objektif, sempit dan terkukung, serta tidak efektif.

# b. Tujuan Khusus Layanan Bimbingan kelompok

Bimbingan kelompok membahas topik-topik tertentu yang mengandung perasaan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkahlaku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non verbal, ditingkatkan.

### B. TUJUAN

Tujuan dilaksanakannya dilaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *play therapy* permainan tradisional bancakan yaitu:

- 1. Membantu siswa dalam mengurangi kejenuhan dalam belajarnya, sehingga siswa dapat belajar lebih efektif.
- 2. Meningkatkan keefektifan siswa dalam belajar.
- 3. Mengetahui keefektifan *play therapy* dengan permainan tradisional bancakan dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa SMA Negeri 1 Sangkapura.

### C. SASARAN

Sasaran dari kegiatan layanan konseling kelompok adalah siswa SMA Negeri 1 Sangkapura kelas XI IPA 1 yang mengalami kejenuhan dalam belajarnya.

### D. TEMPAT DAN KARAKTERISTIK PESERTA

- 1. Tempat dan sarana prasarana Tempat untuk melaksanakan bimbingan kelompok ini adalah dilapangan atau lahan datar yang berkapasitas sekitar 7-15 orang.
- Karaktersitik peserta Siswa kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Sangkapura berjumlah 8 siswa yang terdentifikasi mengalami kejenuhan belajar

# E. PROSEDUR PELAKSANAAN PERMAINAN TRADISIONAL BANCAKAN

NO	PERTE	TOPIK		TUJUAN		INTI	WAKTU
	MUAN				K	EGIATAN	
1	Peremua	Perkenal	a.	Membangun	a.	Perkenalan	50 menit
	n I	an diri		keakraban		antara	
		antar		dari masing-		konselor	
		peserta		masing		dengan	
				peserta.		seluruh	
			b.	Menciptakan		peserta, dan	
				keakraban		antar	
				antara		peserta.	
				konselor	b.	Konselor	
				dengan		menjelaska	
				peserta.		n tujuan	
			c.	Konselor		kegiatan.	
				memberikan	c.	Konselor	
				penjelasan		menjelaska	
				kepada		n tentang	

2	Pertemu	Strategi	d.	peserta tentang bimbingan kelompok. Konselor memberikan penjelasan kepada peserta tentang kejenuhan belajar. Konselor memberikan gambaran kepada peserta langkah- langkah- langkah- langkah yang akan dilakakukan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok teknik play therapy dengan permainan tradisional bancakan. Konselor	d. e.	prosedur pelaksanaan bimbingan kelompok teknik play therapy dengan permainan tradisional bancakan. Konselor menjelaska n kejenuhan belajar siswa. Konselor meminta konseli untuk mengisi lembar kesediaan. Konselor menutup pertemuan dengan doa dan salam.	50 menit
2	Pertemu an II	Strategi swapant au	b.	Konselor membimbing konseli dalam pelaksanaan bimbingan kelompok strategi play therapy dengan permainan tradisional bancakan Konselor membantu konseli	a. b.	Rapport Setelah memahami play therapy dengan permainan tradisional bancakan, konseli diharapkan memahami langkah- langkah dalam melaksanak	50 menit

			mengidentifik asi penyebab terjadinya kejenuhan belajar siswa saat pandemi c. Konselor membantu konseli dalam mengaplikasi kan play therapy dengan permainan tradisional bancakan d. Konselor membantu konseli untuk mencapai tujuan yang dicapai dalam pertemuan kedua ini. e. Konselor membantu konseli dalam mempraktekk an strategi play therapy dengan permainan tradisional bancakan.	an kegiatan tersebut. c. Konselor memberika n tugas kepada konseli untuk mencatat respon yang dilakukan. d. Konselor meminta konseli untuk mengisi lembar refleksi diri. e. Konselor menutup pertemuan dengan doa dan salam	
3.	Pertemu an III	Treatme nt Play Therapy dengan permain an tradision al bancaka n	a. Konselor membimbing peserta dalam persiapan pelaksanaan treatment play therapy dengan permainan tradisional bancakan	a. Setelah memahami persiapan pelaksanaan, peserta diharap dapat mempersiapk an diri dalam melaksanakan play therapy dengan	50 Menit

			b. Konselor membantu peserta memahami cara bermain permainan tradisional bancakan c. Konselor membantu peserta untuk mencapai tujuan yang dicapai	permainan tradisional bancakan b. Konselor memberikan kesempatan peserta untuk mulai memainkan permainan tradisional bancakan. c. Konselor	
			dalam pertemuan ketiga ini.	meminta mengisi lembar refleksi diri	
				d. Konselor menutup pertemuan dengan doa dan salam	
4.	Pertemu an IV	Evaluasi	a. Konselor membimbing peserta untuk melakukan evaluasi dari pelaksanaan treatmen play therapy dengan permainan tradisional bancakan b. Konselor membantu peserta mengidentifik asi treatmen play therapy dengan permainan tradisional bancakan terhadap kejenuhan belajar.	a. Rapport b. Konselor memberikan tugas peserta untuk membuat lembar evaluasi dari pelaksanaan treatmen play therapy dengan permainan tradisional bancakan c. Konselor meminta peserta untuk mengisi kuisioner setelah diberi treatmen play therapy dengan	45 Menit

	-
c. Konselor	permainan
membantu	tradisional
peserta untuk	bancakan
mencapai tujuan	d. Konselor
yang dicapai	menutup
dalam	pertemuan
pertemuan	dengan doa
ketiga ini.	dan salam

# BAB II PEMBENTUKAN KELOMPOK SECARA DARING PERTEMUAN I

### A. TUJUAN

- 1. Membangun keakraban dari masing-masing peserta pelatihan.
- 2. Menciptakan keakraban antara konselor dengan peserta pelatihan.
- 3. Konselor memberikan penjelasan kepada peserta pelatihan tentang bimbingan kelompok.
- 4. Konselor memberikan penjelasan kepada peserta pelatihan tentang kejenuhan belajar.
- 5. Konselor memberikan gambaran kepada peserta pelatihan langkah-langkah yang akan dilakakukan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok teknik *play therapy* dengan permainan tradisional bancakan.

### **B. KEGIATAN**

No		Kegiatan	Waktu
1	Pem	10 Menit	
	a.		
		salam	
	b.	Konselor bertanya kabar dan	
		memperkenalkan diri	
	c.	Konselor membentuk kelompok	
	d.	Perkenalan antar peserta pelatihan dengan	
		menggunakan ice breaking "BERCERMIN".	
2	Keg	iatan inti	30 Menit
	a.	Konselor menjelaskan tujuan dibentuk	
		kelompok	
	b.	Konselor menjelaskan tentang prosedur	
		pelaksanaan bimbingan kelompok	
	c.	Konselor menjelaskan tentang play therapy	
		dengan permainan tradisional bancakan	
	secara umum		
	d. Konselor menjelaskan tentang kejenuhan		
		belajar	
3	Penu	ıtup	10 Menit

- a. Konselor menyimpulkan hasil kegiatan hari ini
- b. Peserta mengisi kontrak lembar kesediaan dalam pelaksanaan pelatihan *play therapy* dengan permainan tardisional bancakan
- c. Konselor dan peserta menjadwalkan pertemuan selajutnya
- d. Konselor menutup dengan doa dan salam

Di bawah ini adalah ice breaking pertemuan ke I

### **BERCERMIN**

Langkah – langkah:

Konselor meminta setiap peserta untuk berpasangan, 1 orang menjadi bayangan di cermin dan 1 orang menjadi seseorang yang sedang berdandan di depan cermin.

Bayangan harus mengikuti gerak – gerik orang yang berdandan.

Keduanya harus bekerja sama agar bisa bergerak secara kompak dengan kecepatan yang sama.

Konselor meminta peserta untuk mendiskusikan apa pesan dalam permainan ini.

# LEMBAR KESEDIAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:
Nama :
Kelas :
Nis :
Alamat :
No HP :
Dengan ini saya bersedia mengikuti seluruh rangkaian
pelatihan dalam bimbingan kelompok teknik play therapy
dengan permainan tradisional bancakan dari awal hingga

akhir.

Surabaya, ....Januari 2021

# SURAT PERSETUJUAN ORANG TUA

Yang bertanda tangan dibawah ini kami:	
Tang bertanda tangan dibawan ini kann.	
Nama :	
Alamat :	
No HP :	
Adalah orang tua/ wali dari siswa:	
Nama :	
Kelas :	
Dengan ini saya beritahukan bahwa, saya sebagai orang tua menyet diberikannya layanan bimbingan kelompok kepada Ananda (	•
Atas perhatian dan layanan bimbingan kelompok yang diberikan ole Bapak/Ibu kami ucapkan terimakasih dan mohn informasi lebih lan	
Surabaya,Janu	uari 2021
Orang Tua/ W	ali Siswa
(	)

# BAB III TREATMENT PERETEMUAN II

# PLAY THERAPY PERMAINAN TRADISIONAL BANCAKAN

### A. Tujuan

- 1. Konselor membimbing konseli dalam pelaksanaan bimbingan kelompok teknik *play therapy* dengan permainan tradisional bancakan.
- 2. Konselor membantu konseli mengidentifikasi penyebab terjadinya kejenuhan belajar.
- 3. Konselor membantu konseli dalam mengaplikasikan *play therapy* dengan permainan tradisional bancakan.
- 4. Konselor membantu konseli untuk mencapai tujuan yang dicapai dalam pertemuan kedua ini.
- 5. Konselor membantu konseli dalam mempraktekkan Teknik *play therapy* dengan permainan tradisional bancakan.

### **B. KEGIATAN**

No	Kegiatan	Waktu
1	Pembukaan	10 Menit
	a. Konselor membuka pertemuan dengan salam dan bertanya kabar.	
	b. Konseli melakukan <i>ice breaking</i> "BERDIRILAH JIKA" dengan	
	arahan konselor.	20.14
2	Kegiatan inti	30 Menit
	a. Konselor menjelaskan tentang	
	pengertian <i>play therapy</i>	
	b. Konselor menjelaskan tentang berperan dengan permainan tradisional	
	c. Konselor menjelaskan tujuan <i>play</i> therapy dengan permainan tradisional	
	bancakan jika diaplikasikan dengan	
	kejenuhan belajar	
	d. Konselor mempraktekkan permainan	
	tradisional bancakan	

	e. Memberi kesempatan peserta untuk	
	mencoba permainan tradisional	
	bancakan	
3	penutup	10 menit
	a. Konselor menyimpulkan hasil kegiatan	l
	hari ini	
	b. Peserta diminta untuk mengisi lembar	
	"Refleksi Diri"	
	c. Konselor dan peserta menjadwalkan	
	pertemuan selajutnya	
	d. Konselor menutup dengan doa dan	
	salam	

Di bawah ini adalah ice breaking pertemuan ke II

### BERDIRILAH JIKA ...

### Petunjuk:

Konselor meminta semua peserta untuk duduk membentuk lingkaran, lalu pemandu berdiri di tengah.

Konselor menjelaskan kepada peserta bentuk permainannya, yaitu setiap pemandu mengucapkan kalimat, peserta mengucapkan kalimat, peserta diminta berdiri apabila kalimat itu sesuai dengan dirinya; misal: "Keluarga saya adalah keluarga pedagang...."; "Saya seorang perempuan yang berani bicara di depan publik......" dsb.

Ucapkan kalimat-kalimat yang relevan dengan keadaan peserta (jangan sampai ada peserta yang tidak pernah berdiri), contoh kalimat misalnya:

- Saya adalah petugas lapangan.
- Saya lahir di pedesaan.
- Saya lahir di kota besar.
- Saya memiliki hobby membaca, dsb.

Setelah selesai, konselor meminta seluruh peserta untuk memperkenalkan nama, asal, dan hal lain yang berkenaan dengan dirinya secara singkat.

# REFLEKSI DIRI Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti pertemuan 1. ini? 2. Apakah yang anda dapat setelah mengikuti pertemuan ini? 3. Apakah yang akan anda lakukan setelah pertemuan ini? Adakah ide-ide yang ada dalam pikiran anda setelah 4. pertemuan ini?

# PERTEMUAN III TREATMENT PLAY THERAPY DENGAN PERMAINAN TRADISIONAL BANCAKAN

# A. Tujuan

- 1. Konselor membimbing peserta dalam persiapan pelaksanaan *treatment play therapy* dengan permainan tradisional bancakan.
- 2. Konselor membantu peserta memahami cara bermain permainan tradisional bancakan.
- 3. Konselor membantu peserta untuk mencapai tujuan yang dicapai dalam pertemuan ketiga ini.

B. Kegiatan

No	Kegiatan	Waktu
1	Pembukaan	
	a. Konselor membuka pertemuan dengan salam dan	
	bertanya kabar.	10 Menit
	b. Konselor melakukan ice breaking "LEMPAR	
	SPIDOL" dengan arahan konselor.	
2	Kegiatan Inti	
	a. Konselor bersama peserta mempersiapkan tempat	
	permainan tradisional bancakan.	
	b. Konselor meminta peserta mempersiapan diri	
	untuk melaksanakan <i>play therapy</i> dengan	30 Menit
	permainan tradisional bancakan.	
	c. Konselor memberikan kesempatan peserta untuk	
	mulai memainkan permainan tradisional	
	bancakan.	
3	Penutup	
	a. Konselor menyimpulkan hasil kegiatan hari ini	
	b. Peserta diminta untuk mengisi lembar "Refleksi	
	Diri"	10 Menit
	c. Konselor dan peserta menjadwalkan pertemuan	
	selajutnya	
	d. Konselor menutup dengan doa dan salam	

#### LEMPAR SPIDOL

Langkah – langkah:

Konselor meminta semua peserta berdiri bebas di depan tempat duduk masing-masing.

Konselor meminta peserta bertepuk tangan ketika anda melemparkan spidol ke udara, dan pada saat spidol anda tangkap lagi dengan tangan, semua peserta serta merta diminta berhenti bertepuk tangan. Ulangi sampai beberapa kali.

Ulangi proses ke-2 dengan tambahan selain bertepuk tangan juga bersenandung. (bergumam): "Mmmmm....!".

Ulangi proses ke – 3 ini beberapa kali, dan setiap kali semakin cepat gerakannya, kemudian akhiri dengan satu anti klimaks : spidol anda tidak dilambungkan, tapi hanya melambungkan tangan seperti akan melambungkannya ke atas (gerak tipu yang cepat). Amati : apakah peserta masih bertepuk tangan dan bergumam atau tidak ?Konselor meminta tanggapan dan kesan, lalu diskusikan dan analisa bersama kemudian simpulkan.

# REFLEKSI DIRI

Apakah yang anda dapat setelah mengikuti pertemua ini?  Adakah ide-ide yang ada dalam pikiran anda setelah pertemuan ini?	ini?	a perasaan anda set	elah mengikuti pertemua
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	-	ang anda dapat sete	lah mengikuti pertemuan
		• •	ım pikiran anda setelah

# PERTEMUAN IV TREATMENT PLAY THERAPY DENGAN PERMAINAN TRADISIONAL BANCAKAN

# A. Tujuan

- 1. Konselor membimbing peserta dalam persiapan pelaksanaan *treatment play therapy* dengan permainan tradisional bancakan.
- 2. Konselor membantu peserta untuk mencapai tujuan yang dicapai dalam pertemuan keempat ini.

B. Kegiatan

	Kegiatan			
No	Kegiatan	Waktu		
1	Pembukaan			
	c. Konselor membuka pertemuan dengan salam dan bertanya kabar.	10 Menit		
	d. Konselor melakukan <i>ice breaking</i> dengan arahan konselor.			
2	Kegiatan Inti			
	d. Konselor bersama peserta mempersiapkan tempat permainan tradisional bancakan.			
	e. Konselor meminta peserta mempersiapan diri untuk melaksanakan <i>play therapy</i> dengan permainan tradisional bancakan.	30 Menit		
	f. Konselor memberikan kesempatan peserta untuk mulai memainkan permainan tradisional bancakan seperti yang telah dilakukan dipertemuan sebelumnya.			
3	Penutup			
	e. Konselor menyimpulkan hasil kegiatan hari ini			
	f. Peserta diminta untuk mengisi lembar "Refleksi Diri"	10 Menit		
	g. Konselor dan peserta menjadwalkan pertemuan selajutnya			
	h. Konselor menutup dengan doa dan salam			

# PERTEMUAN KE V EVALUASI

# A. Tujuan

- 1. Konselor membimbing peserta untuk melakukan evaluasi dari pelaksanaan *treatmen play therapy* dengan permainan tradisional bancakan.
- 2. Konselor membantu peserta mengidentifikasi *treatmen play therapy* dengan permainan tradisional bancakan terhadap kejenuhan belajar.
- 3. Konselor membantu peserta untuk mencapai tujuan yang dicapai dalam pertemuan keempat ini.

# B. Kegiatan

	D. Regiatan	
No	Kegiatan	Waktu
1	Pembukaan	
	a. Konselor membuka pertemuan dengan salam dan	
	bertanya kabar.	10 Menit
	b. Konselor melakukan ice breaking " EKOR	
	NAGA" dengan arahan konselor.	
2	Kegiatan Inti	
	<ul> <li>a. Konselor memberikan tugas peserta untuk membuat lembar evaluasi dari pelaksanaan treatmen play therapy dengan permainan tradisional bancakan.</li> <li>b. Konselor memberikan waktu untuk peserta dapat menyampaiakn hasil evaluasi dari pelaksanaan treatmen play therapy dengan permainan tradisional bancakan.</li> <li>c. Konselor membuka diskusi untuk menjabarkan hasil evaluasi dari pelaksanaan treatmen play therapy dengan permainan tradisional bancakan.</li> <li>d. Konselor membuka sesi tanya jawab terkait treatment play therapy dengan permainan tradisional bancakan.</li> <li>e. Konselor memberikan kesempatan untuk peserta dapat menyampaikan pendapatnya dari</li> </ul>	25 Menit

		pelaksanaan <i>treatmen play therapy</i> dengan permainan tradisional bancakan.	
3	Pe	enutup	
	a. b.	Konselor menyimpulkan hasil kegiatan hari ini Peserta diminta untuk mengisi kuisioner setelah diberi <i>treatmen play therapy</i> dengan permainan tradisional bancakan Konselor dan peserta menjadwalkan pertemuan selajutnya Konselor menutup dengan doa dan salam	10 Menit

Di bawah ini adalah ice breaking pertemuan ke IV

### EKOR NAGA

Petunjuk:

Konselor meminta peserta membuat dua kelompok.

Setiap kelompok harus membuat barisan Panjang dan satu sama lain saling menyatu.

Setiap peserta harus saling berhadapan.

Peserta paling belakang sebagai ekor naga dan peserta terdepan sebagai kepala naga.

Kepala naga harus mengincar ekor naga, dan ekor naga harus menghindar dari kepala naga.

Saat permainan dimulai, peserta harus bergegas untuk menunaikan misinya.

### TAHAPAN BIMBINGAN KELOMPOK

Suatu proses layanan sangat ditentukan pada tahapan-tahapan yang harus dilalui sehingga akan terarah, runtut, dan tepat pada sasaran. Dari awal sampai akhir akan saya jabarkan disini sehingga diharapkan tidak ada kesalahan dalam proses pemberian Layanan Bimbingan Kelompok. Tahap pelaksanaan bimbingan kelompok menurut Prayitno (1995: 40) ada empat tahapan, yaitu:

# Tahap I Pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan ataupun harapan-harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian, maupun seluruh anggota. Memberikan penjelasan tentang bimbingan kelompok sehingga masing-masing anggota akan tahu apa arti dari bimbingan kelompok dan mengapa bimbingan kelompok harus dilaksanakan serta menjelaskan aturan main yang akan diterapkan dalam bimbingan kelompok ini. Jika ada masalah dalam proses pelaksanaannya, mereka akan mengerti bagaimana cara menyelesaikannya. Asas kerahasiaan juga disampaikan kepada seluruh anggota agar orang lain tidak mengetahui permasalahan yang terjadi pada mereka.

# Tahap II Peralihan

Tahap kedua merupakan "jembatan" antara tahap pertama dan ketiga. Ada kalanya jembatan ditempuh dengan amat mudah dan lancar, artinya para anggota kelompok dapat segera memasuki kegiatan tahap ketiga dengan penuh kemauan dan kesukarelaan. Ada kalanya juga jembatan itu ditempuh dengan susah payah, artinya para anggota kelompok enggan memasuki tahap kegiatan keompok yang sebenarnya, yaitu tahap ketiga. Dalam keadaan seperti ini pemimpin kelompok, dengan gaya kepemimpinannya yang khas, membawa para anggota meniti jembatan itu dengan selamat. Adapun yang dilaksanakan dalam tahap ini yaitu: 1) Menjelaskan kegiaatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya; 2) menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya; 3) membahas suasana yang terjadi; 4) meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota; 5) Bila perlu kembali kepada beberapa aspek tahap pertama.

Ada beberapa hal penting yang harus diperhatikan oleh seorang pemimpin, yaitu:

- 1. Menerima suasana yang ada secara sabar dan terbuka
- 2. Tidak mempergunakan cara-cara yang bersifat langsung atau mengambil alih kekuasaannya.
- 3. Mendorong dibahasnya suasana perasaan.
- 4. Membuka diri, sebagai contoh dan penuh empati.

# Tahap III Kegiatan

Tahap ini merupakan inti dari kegiatan kelompok, maka aspekaspek yang menjadi isi dan pengiringnya cukup banyak, dan masingmasing aspek tersebut perlu mendapat perhatian yang seksama dari pemimpin kelompok. ada beberapa yang harus dilakukan oleh pemimpin dalam tahap ini, yaitu sebagai pengatur proses kegiatan yang sabar dan terbuka, aktif akan tetapi tidak banyak bicara, dan memberikan dorongan dan penguatan serta penuh empati. Tahap ini ada berbagai kegiatan yang dilaksanakan, yaitu:

- 1. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah atau topik bahasan.
- 2. Menetapkan masalah atau topik yang akan dibahas terlebih dahulu
- 3. Anggota membahas masing-masing topik secara mendalam dan tuntas.
- 4. Kegiatan selingan.

Kegiatan tersebut dilakukan dengan tujuan agar dapat terungkapnya masalah atau topik yang dirasakan, dipikirkan dan dialami oleh anggota kelompok. Selain itu dapat terbahasnya masalah yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas serta ikut sertanya seluruh anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan baik yang menyangkut unsur tingkah laku, pemikiran ataupun perasaan.

# Tahap IV Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran bimbingan kelompok, pokok perhatian utama bukanlah pada berapa kali kelompok itu harus bertemu, tetapi pada hasil yang telah dicapai oleh kelompok itu. Kegiatan kelompok sebelumnya dan hasil-hasil yang dicapai seyogyanya mendorong kelompok itu harus melakukan kegiatan sehingga tujuan bersama tercapai secara penuh. Dalam hal ini ada kelompok yang menetapkan sendiri kapan kelompok itu akan berhenti melakukan kegiatan, dan

kemudian bertemu kembali untuk melakukan kegiatan. Ada beberapa hal yang dilakukan pada tahap ini, yaitu:

- 1. Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri.
- 2. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan.
- 3. Membahas kegiatan lanjutan.
- 4. Mengemukakan pesan dan harapan.

Setelah kegiatan kelompok memasuki pada tahap pengakhiran, kegiatan kelompok hendaknya dipusatkan pada pembahasan dan penjelajahan tentang apakah para anggota kelompok mampu menerapkan hal-hal yang mereka pelajari (dalam suasana kelompok), pada kehidupan nyata mereka sehari-hari.