

ABSTRAK

Winsya Putri, Sherly Amanda. 2022. *Efektifitas Teknik Self-Instruction dalam Konseling Kelompok Untuk Mereduksi Kejenuhan Belajar Di Masa Pandemi Pada Siswa SMP NEGERI 9 GRESIK*. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Pedagogik dan Psikologi. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing Muwakhidah, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci : Teknik *self-instruction* dalam Konseling Kelompok, Kejenuhan Belajar.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena yang terjadi saat ini yaitu pandemic COVID-19 yang menyebabkan sector pendidikan melemah dan mengharuskan anak-anak untuk sekolah dari rumah yang mengakibatkan anak-anak mengalami kejenuhan belajar. Kejenuhan belajar adalah suatu kondisi emosional dan mental yang mengalami kelelahan fisik dan emosi pada saat belajar, sehingga siswa merasa lesu dan tidak mampu untuk menampung materi atau informasi yang baru, serta siswa merasa tidak ada minat dan motivasi dalam belajar. Tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini untuk mengetahui efektifitas teknik *self-instruction* dalam konseling kelompok untuk mereduksi kejenuhan belajar di masa pandemic

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode rancangan penelitian pra-eksperimental menggunakan *one group pre-test post-test design*. Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu, variabel terikat (X) kejenuhan belajar dan variabel bebas (Y) teknik *self-instruction* dalam konseling kelompok. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VII C dan VII H di SMP Negeri 9 Gresik. Sampel dalam penelitian ini yaitu 8 siswa yang memiliki skor kejenuhan belajar tinggi. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket atau kuesioner berupa *pre-test* dan *post-test*. Menggunakan teknik analisis data uji Wilcoxon dengan judul penelitian yaitu Efektifitas Teknik *self-instruction* dalam Konseling Kelompok Untuk Mereduksi Kejenuhan Belajar Di Masa Pandemi Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 9 Gresik.

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji Wilcoxon yang dibantu oleh SPSS *for windows versi 25* dan mendapatkan hasil uji *test statistic* bernilai 0,012. Karena nilai 0,012 lebih kecil dari $< 0,050$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima. Berarti dapat disimpulkan bahwa ada efektifitas teknik *self-instruction* dalam konseling kelompok untuk mereduksi kejenuhan belajar di masa pandemic pada siswa kelas VII SMP Negeri 9 Gresik.