

## DAFTAR PUSTAKA

- A.Muri Yusuf. 2005. *Metodologi Penelitian (Dasar-Dasar Penyelidikan Ilmiah)*. Padang: UNP Press
- Arikunto, S. 2010. *Proseur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Baker, Stanley B. & James N. Butler 1984. *Effect of Preventife Cognitive Self-Instruction Training on Adolescent Attitudes, Experiences, and Stat e Anxiety*. Journal of Premary Prevention
- Creswell, John W. 2012. *Reserch Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Corey,G. 2013. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Corey, G. 1995. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung : PT Eresco.
- Faridah, Ulfa, dkk. 2020. *Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-Instruction Dalam Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa kelas VIII di SMP Negeri 04 Kota Bengkulu*. Skripsi. Universitas Bengkulu.
- Gibson. R. 2011. *Bimbigan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Hasan, Moch. Sya'roni. 2020. *Implikasi Kejenuhan (Burnout) Belajar Terhadap Minat Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMP Negeri 2 Diwek Jombang*. Jurnal Studi Islami. Vol.10, No.1.
- Hakim, Thursan. 2000. *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Pupsa Swara.
- Hakim, Thursan. 2004. *Belajar Secra Efektif*. Jakarta:Puspa Swara.
- Hidayatullah, Sarif. 2018. *Efektivitas Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Self-Instruction Dalam Mereduksikan Kejenuhan Belajar Santri Kelas 1 Awaliyah Madrasah Diniyah Pondok Pesantren Al-Hikmah Way Halim Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017-2018*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Kemendikbud, 2020. *Surat Edaran Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi: Masa Belajar Peyelenggaraan Program Pendidikan*. Tersedia pada <https://bersamahadapikorona.kemendikbud.go.id/surat-edaran-direktorat-jenderal-pendidikan-tinggi-masa-belajar-penyelenggaraan-program-pendidikan/> Diakses tanggal 24 Mei 2021 Pukul 12.21.
- Khaira, Nia Alfi. 2018. *Penerapan Teknik Self-Instruction Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas II Pada MAS Darul Ulum Banda Aceh*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. 2020. *Survei KPAI: Ada 246 Aduan di KPAI soal Belajar Daring, Siswa Keluhkan Tugas Menumpuk*. Tersedia pada <https://www.kpai.go.id/berita/ada-246-adua-di-kpai-soal-belajar-daring-siswa-keluhkan-tugas-menumpuk-kuota> Diakses pada tanggal 05 Juni 2021 pukul 18.26.
- Kurnanto, M. Edi. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Lin, S. H., & Huang, Y. C. 2012. *Investigating The Relationships Between Loneliness and Learning Burnout*. *Active Learning in Higher Education*. Vol 13 (3), 231-243.

- Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The Truth about Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to do about It*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Miechenbaum, D. 1977. *Cognitive-Behavior Modification: An Integrative Approach*. New York : Plenum Press.
- Myrick, Robert D. 2011. *Developmental Guidance and Counseling : A Practical Approach Fifth edition*. Minneapolis :Educational Media Corporation.
- Mubarok, Ilham. 2018. *Upaya Menurunkan Kejenuhan Belajar Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Games Pada Siswa Kelas XI Akuntansi SMK YPKK 2 Sleman*. Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling.
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Rinawati, dkk. 2020. *Survei Tingkat Kejenuhan Siswa SMK Belajar Di Rumah Pada Mata Pelajaran Produktif Kreatif dan Kewirausahaan Selama Masa Pandemi Covid-19*. Jurnal of Science and Education. Vol.1, No.1
- Rooke, P. D., & Rehm, L. P. 2001. *Self Management Therapies. Dalam Keith S. Dobson. Handbook of Cognitive Behavioral Therapies*. New York : Guilford Press.
- Santrock, John W. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta : Erlangga.
- Sayekti, Enggar. 2017. *Eefektivitas Teknik Self-Instruction Dalam Mereduksi Stress Akademik Pada Siswa Kelas XI MA Yarobi Kec. Grobogan Kab. Grobogan*. Institut Agama Islam Negeri Salatiga
- Schaufeli, W. B., Maslach, C., & Marek, T. 2017. *Professional Burnout : Recent Developments in Theory and Reserch*. Vol 33. Taylor & Francis.
- Shapiro, E. S & Christine L. C. 1994. *Behavior Change in The Classroom: Self-Management Interventions*. New York: The Guilford Press.
- Sharf, R. S. (2004). *Theories of Pscyhotherapy and Counseling: Concepts and cases (5<sup>th</sup> ed)*. California: Brooks/Cole
- Sukardi, Dewa Ketut. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Syah, Muhibbin. 2003. *Psikologi Belajar*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Syah, Muhibbin. 2005. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Raya Grafindo Perkasa.
- Syah, Muhibbin. 2013. *Psikologi Pendidikan*. Bandung:Remaja Rosdakarya.
- Syah, Muhibbin. 1999. *Psikologi Belajar*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Tang, C. J. 2006. *The Effects of Self-Instruction Strategy on the Thime Spent on Putting on Shoes Behavior in on One Student with Cerebral Palsy*. Journal of Chang Gung Institute of Technology. Vol. 6, 75-84.
- Vitasari, I. 2016. *Kejenuhan Belajar Ditinjau dari Kesepian dan Kontrol Diri Siswa Kelas XI SMAN 9 Yogyakarta*. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*. 7 (5), 60-75.

Wibowo, Eddy Mungin. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*.  
Semarang:UPT UNNES.