

## IMPLEMENTASI LAYANAN KONSULTASI DALAM MENGURANGI KEJENUHAN BELAJAR PESERTA DIDIK

Risma Dina

STKIP Budidaya Binjai

[rismadina817@gmail.com](mailto:rismadina817@gmail.com)

**Abstrak.** Kejenuhan belajar dapat melanda peserta didik apabila telah kehilangan motivasi dan konsolidasi salah satu tingkat keterampilan tertentu sebelum peserta didik tersebut sampai pada tingkat keterampilan berikutnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana implementasi layanan konsultasi dalam mengurangi kejenuhan belajar peserta didik.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode diskriptif kualitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VII sebanyak 36 peserta didik. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik yang mengalami kejenuhan dalam belajar berdasarkan rekomendasi dari guru BK di sekolah tersebut. Penelitian ini, menggunakan pengumpulan data yaitu observasi dan wawancara. Keabsahan data dengan tipe dasar triangulasi: triangulasi sumber, triangulasi data, triangulasi metode. Teknik analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, penarikan data.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Guru BK dalam hal ini dapat membantu dengan memberikan layanan kepada peserta didik, salah satunya dengan menggunakan layanan konsultasi untuk mengurangi kejenuhan belajar peserta didik. Layanan konsultasi yaitu suatu layanan yang membantu peserta didik atau pihak lain dalam memperoleh wawasan, pemahaman serta cara-cara yang perlu dilaksanakan dalam menangani kondisi dan masalah peserta didik. Implementasi layanan konsultasi terbukti efektif dalam mengurangi kejenuhan belajar peserta didik di SMP Negeri 2 Binjai T.P. 2021/2022.

**Kata kunci:** Implementasi, Layanan Konsultasi, Kejenuhan Belajar

***Abstract.** Learning saturation can hit students if they have lost motivation and have consolidated one particular skill level before the student reaches the next skill level. This study aims to determine how the implementation of consulting services in reducing student learning saturation.*

*The research method used in this study is a qualitative descriptive method. The population in this study were 36 students in class VII. The sample in this study were students who experienced boredom in learning based on the recommendations of the BK teacher at the school. This research uses data collection, namely observation and interviews. The validity of the data with the basic types of triangulation: source triangulation, data triangulation, method triangulation. The data analysis technique uses data reduction, data presentation, and data retrieval.*

*The results of the study indicate that BK teachers in this case can help by providing services to students, one of which is by using consulting services to reduce student learning saturation. Consulting service is a service that helps students or other parties*

*in gaining insight, understanding and ways that need to be implemented in dealing with the conditions and problems of students. The implementation of consulting services has proven to be effective in reducing student learning saturation at SMP Negeri 2 Binjai T.P. 2021/2022.*

**Keywords:** *Implementation, consulting services, learning saturation*

## PENDAHULUAN

Implementasi pendidikan di berbagai level sebenarnya merupakan media bagi setiap peserta didik dalam mengembangkan diri. Sekolah-sekolah di Indonesia sejauh ini telah berkembang ke arah yang lebih baik, sebagai upaya dalam mengikuti tuntutan global mempersiapkan peserta didik menjadi insan yang cerdas dan kompeten. Dalam rangka pendidikan juga sekolah menjadi media tempat peserta didik belajar berbagai hal. Keberhasilan dalam belajar yang dicapai peserta didik merupakan prestasi belajar yang diwujudkan dalam nilai prestasi yang berstandar tertentu. Pada hakekatnya, prestasi belajar merupakan pencerminan dari usaha belajar. Semakin baik usaha belajar yang dilakukan individu, maka maka semakin baik pula prestasi yang dicapai.<sup>1</sup>

Pada pembelajaran online peserta didik dapat menjadi kurang aktif dalam menyampaikan aspirasi dan pemikirannya, sehingga dapat mengakibatkan pembelajaran yang menjenuhkan. Seorang peserta didik yang mengalami kejenuhan dalam belajar akan memperoleh ketidakhadiran dalam hasil belajar, oleh karena itu diperlukan pendorong untuk menggerakkan peserta didik agar semangat belajar sehingga dapat memiliki prestasi belajar.

Masih banyak peserta didik yang duduk, diam, mendengarkan dan menulis karena pembelajaran yang monoton dan tidak bervariasi, serta beberapa faktor seperti: mata pelajaran yang tidak disukai, metode yang digunakan tidak sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Hal ini sering sekali menjadi faktor penyebab kejenuhan belajar pada peserta didik. Kejenuhan adalah tekanan yang dirasakan oleh individu dan untuk terlepas dari tekanan itu, individu mencari jalan untuk menghilangkan kejenuhan dengan cara yang dianggapnya baik positif maupun negatif.

Kejenuhan belajar adalah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Proses belajar yang terus menerus yang dilakukan para peserta didik serta tekanan-tekanan, baik dari dalam diri maupun lingkungannya untuk

---

<sup>1</sup> Djamarah. S. B., Psikologi Belajar. (Jakarta: Rineka Cipta. 2002). Hal. 142

mencapai prestasi belajar yang maksimal membawa peserta didik pada batas kemampuan jasmaniahnya. Peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar akan enggan memperhatikan guru, mengerjakan tugas, banyak mangkir atau malas-malasan, dan prestasi belajar menurun.<sup>2</sup>

Kejenuhan belajar dapat melanda peserta didik apabila telah kehilangan motivasi dan konsolidasi salah satu tingkat keterampilan tertentu sebelum peserta didik tersebut sampai pada tingkat keterampilan berikutnya. Selain itu, kejenuhan juga dapat terjadi karena proses belajar peserta didik telah sampai pada batas kemampuan jasmaniahnya karena bosan (*boring*) dan letih, kurangnya penghargaan dari sekolah dan banyaknya tugas belajar biasanya menjadi faktor penyebab kejenuhan belajar.

Berdasarkan hasil observasi di SMP Negeri 2 Binjai kenyataan yang terjadi dilapangan, peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar yaitu : merasa putus asa, suka marah, gelisah dan bosan, sehingga peserta didik sering kali menghukum dirinya sendiri atas ketidak mampuannya. Disamping itu juga ditemukan faktor-faktor yang menyebabkan kejenuhan belajar peserta didik adalah peserta didik malas mengerjakan tugas, ada mata pembelajaran yang tidak disukai. Disinilah pentingnya peran orang tua dan guru BK untuk melakukan upaya mengurangi kejenuhan belajar.

Guru BK dalam hal ini dapat membantu dengan memberikan berbagai layanan, salah satunya dengan menggunakan layanan konsultasi untuk mengurangi kejenuhan belajar peserta didik. Layanan konsultasi yaitu suatu layanan yang membantu peserta didik atau pihak lain dalam memperoleh wawasan, pemahaman serta cara cara yang perlu dilaksanakan dalam menangani kondisi dan masalah peserta didik. Menurut Prayitno layanan konsultasi adalah layanan konseling oleh konselor terhadap pelanggan (konsulti) yang memungkinkan konsulti memperoleh wawasan, pemahaman dan cara yang perlu dilaksanakan untuk menangani masalah pihak ketiga. Konsultasi pada dasarnya dilaksanakan secara perorangan dalam format tatap muka antara konselor (sebagai konsultan) dengan konsulti (sebagai pelanggan). Konsultasi dapat juga dilakukan terhadap dua orang konsulti atau lebih kalau konsulti-konsulti itu menghendakinya.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Syah, Muhibbin. Psikologi Belajar. (Jakarta: Rajawali Pers, 2008). Hal. 181

<sup>3</sup> Prayitno. Layanan Konseling. (Padang: Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan. 2004). Hal. 1

Layanan konsultasi dalam rangka program bimbingan memberikan eksistensi profesional kepada guru, orang tua, konselor dan lainnya dengan tujuan mengidentifikasi dan mengatasi permasalahan yang menimbulkan hambatan hambatan dalam komunikasi. Layanan konsultasi pada hakekatnya muncul sebagai buah dari berkembangnya pelayanan bimbingan dan konseling yang memasuki era baru dengan paradigma baru yang lebih jelas dan terarah sesuai dengan harapan dunia pendidikan. Paradigma baru tersebut terkait dengan landasan-landasan filosofis bimbingan dan konseling yang meliputi pedagogis, potensial, humanistik-religius, dan professional.<sup>4</sup>

Paradigma baru tersebut telah mengarahkan pemberian layanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik untuk lebih mengedepankan dan mengutamakan pengembangan dan pencegahan. Sedangkan upaya kuratif yang bersifat klinis-terapiutik yakni hanya berupaya menangani para peserta didik yang bermasalah saja tidak diutamakan atau dengan kata lain menjadi sasaran kedua.<sup>5</sup> Orientasi baru penyelenggaraan layanan bimbingan konseling tersebut juga telah mendorong pendekatan yang lebih humanis dan mengedepankan konsep positif dalam penanganan peserta didik. Oleh sebab itu, pelayanan bimbingan dan konseling bagi peserta didik lebih banyak dipusatkan pada tugas-tugas perkembangannya sebagai fokus pengembangan diri agar mereka tidak lagi mengalami kejenuhan belajar ketika berada di sekolah maupun di rumah.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode diskriptif kualitatif. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana implementasi layanan konsultasi dalam mengurangi kejenuhan belajar pada peserta didik di SMP Negeri 2 T.P. 2021/2022. Metode kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivesme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat

---

<sup>4</sup> Willis, S. S., *Konseling Individual, Teori dan Praktek*. (Cet. Kelima. Bandung: Avabeta. 2010). hal. 28

<sup>5</sup> Willis. S. S., *Op.Cit.*, hal. 2

induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.<sup>6</sup>

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 2 Binjai, dengan pertimbangan berdasarkan hasil observasi sekolah ini peserta didiknya cenderung mengalami kejenuhan dalam belajar, baik di sekolah maupun di rumah. Adapun penelitian ini dilaksanakan pada bulan maret sampai mei 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VII sebanyak 36 peserta didik. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik yang mengalami kejenuhan dalam belajar berdasarkan rekomendasi dari guru BK di sekolah tersebut.

Penelitian ini mengangkat variabel penelitian yaitu variabel bebas implementasi layanan konsultasi serta variabel terikat yaitu kejenuhan belajar. Penelitian ini, menggunakan pengumpulan data yaitu observasi dan wawancara. Keabsahan data dengan tipe dasar triangulasi: triangulasi sumber, triangulasi data, triangulasi metode. Teknik analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, penarikan data.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil temuan peneliti di lapangan diinterpretasikan bahwa implementasi layanan konsultasi dalam mengurangi kejenuhan belajar peserta didik di SMP Negeri 2 Binjai sudah berjalan dengan baik. Dibuktikan dengan adanya kegiatan rutin setiap minggunya berupa layanan bimbingan klasikal dengan *setting* kelas dengan durasi waktu 45 menit disetiap pertemuannya. Pemberian layanan secara tatap muka di kelas membuat para peserta didik bisa bertemu langsung dengan guru BK dan memberikan ruang agar para peserta didik yang dianggap perlu diberikan layanan konsultasi agar segera mendapatkan pelayanan tersebut secara langsung untuk mengurangi kejenuhan belajar peserta didik. (hasil wawancara, dengan guru BK SMP Negeri 2 Binjai)

Belajar merupakan inti dari pendidikan. Tanpa belajar tidak akan ada pendidikan. Karena belajar adalah proses untuk berubah dan berkembang. Setiap manusia sepanjang hidupnya baik sadar maupun tidak sadar harus selalu belajar. Karena hanya dengan belajar manusia dapat bertahan dalam persaingan hidup di dunia ini.

Sebagaimana yang di ketahui prioritas utama bagi peserta didik di SMP yang rata-rata berusia 12-14 tahun, adalah menyalurkan keinginannya untuk dapat mengembangkan

---

<sup>6</sup> Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. (Bandung: Alfabeta, 2014). hal. 9

seluruh potensi yang dimilikinya dengan cara mengaktualisasikan diri, memperluas hubungan sosialnya, dan diakui keberadaannya oleh orang lain. Mereka akan melakukan berbagai cara agar keinginan utamanya itu dapat terwujud. Misalnya dengan meningkatkan prestasi akademik maupun non akademik, menata penampilannya, aktif dalam berbagai kegiatan di sekolah maupun di luar sekolah, dan sebagainya.

Sesuai dengan program bimbingan dan konseling yang ada di SMP Negeri 2 Binjai, biasanya pemberian materi mengenai kejenuhan belajar untuk peserta didik dilakukan dalam *setting* tatap muka di kelas diantaranya:

### **Pengertian Kejenuhan Belajar**

Kejenuhan belajar adalah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Seorang peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar merasa seakan-akan pengetahuan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, sedikit peserta didik yang mengalami rentang waktu yang membawa kejenuhan itu berkali-kali dalam satu periode belajar tertentu.<sup>7</sup>

Kejenuhan belajar dapat melanda peserta didik apabila telah kehilangan motivasi dan konsolidasi salah satu tingkat keterampilan tertentu sebelum peserta didik tersebut sampai pada tingkat keterampilan berikutnya.

Kejenuhan belajar merupakan suatu bentuk kesulitan belajar yang menyebabkan peserta didik tidak dapat berkonsentrasi belajar dengan baik. Gejala-gejala yang sering dialami adalah timbulnya rasa bosan, gelisah, malas mengerjakan tugas-tugas, tidak bersemangat dan tidak bergairah saat belajar.

### **Faktor-faktor Penyebab Kejenuhan Belajar**

Kejenuhan belajar dapat melanda peserta didik apabila ia telah kehilangan motivasi dan kehilangan konsolidasi salah satu tingkat keterampilan tertentu sebelum peserta didik tertentu sampai pada tingkat keterampilan berikutnya. Selain itu, kejenuhan juga dapat terjadi karena proses belajar peserta didik telah sampai pada batas kemampuan jasmaniahnya karena bosan dan keletihan.<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup> Syah, Muhibbin. Psikologi Belajar. (Jakarta: Rajawali Pers, 2008). hal. 181

<sup>8</sup> Syah, Muhibbin. Psikologi Belajar. (Jakarta: Rajawali Pers, 2008). hal. 181

Penyebab kejenuhan belajar pada umumnya disebabkan karena adanya proses yang monoton (tidak bervariasi) dan telah berlangsung sejak lama. Adapun faktor umum yang menyebabkan kejenuhan belajar adalah sebagai berikut :<sup>9</sup>

a. Cara atau Metode Belajar yang tidak Bervariasi.

Seringkali siswa tidak menyadari bahwa cara belajar mereka sejak sekolah dasar hingga perguruan tinggi tidak berubah-ubah.

b. Belajar hanya di tempat tertentu.

Belajar hanya di tempat tertentu dengan kondisi ruang, seperti letak meja, kursi kondisi ruang yang tidak berubah-ubah dapat menimbulkan kejenuhan belajar.

c. Suasana belajar yang tidak berubah-ubah.

Suasana yang diperlukan oleh siswa tentu saja suasana yang menimbulkan ketenakngan berfikir. Sangat perlu diketahui bahwa setenang apapun lingkungan tempat belajar, bila suasananya tidak berubah-ubah sejak lama, mungkin saja dapat menimbulkan kejenuhan belajar. Jadi setenang apapun ruang belajarnya, belum tentu dapat selalu menunjang keberhasilan belajar.

d. Kurang aktivitas rekreasi atau hiburan

Sebagaimana halnya dengan aktivitas fisik, proses berfikir yang merupakan aktifitas mental kita dapat menimbulkan kelelahan, dan kelelahan tersebut membutuhkan juga istirahat dan penyegaran (*refreshing*).

e. Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut pada saat belajar.

Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut dapat menimbulkan kelelahan mental berlebihan. Selanjutnya kelelahan tersebut dapat menimbulkan kejenuhan belajar dengan intensitas yang sangat kuat.

### **Dampak-dampak kejenuhan belajar**

Kejenuhan sangat berpengaruh seperti melemahkan semangat. Kejenuhan banyak menimbulkan dampak negatif yang selama ini banyak dirasakan, diantaranya:

1. Sebagai penyakit. Kejenuhan dapat menghalang peserta didik untuk melanjutkan belajarnya, tidak memiliki cukup tekad untuk menuntaskan pelajarannya.

---

<sup>9</sup> Hakim, T. Belajar secara efektif. (Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara, 2004). hal. 63

2. Produktifitas menurun. Ketika peserta didik merasa jenuh, saat itu aktivitas belajarnya menurun, malas belajar, semangat belajar berkurang, dan ingin melakukan hal-hal lain untuk menghilangkan kejenuhan.
3. Peserta didik yang jenuh namun tidak berdaya melawan kejenuhan itu, maka dalam kondisi seperti ini, peserta didik sering mencari pelarian dan melakukan apa saja untuk menghilangkan kejenuhannya.
4. Muncul sikap usil. Seseorang merasa jenuh dengan keadaan yang ada, kemudian dia mencari hiburan-hiburan dengan berbuat usil kepada orang-orang yang berada disekitarnya.
5. Mencari pelarian. Berbeda dengan sikap antipati, orang yang jenuh namun tidak berdaya melawan kejenuhan itu, maka dalam kondisi seperti itu, apa yang sering orang lakukan adalah mencari pelarian. Mereka akan melakukan apa saja untuk menghibur diri.
6. Menimbulkan frustrasi. Dampak paling serius dari kejenuhan adalah frustrasi. Tekanan kejenuhan yang sangat berat tidak mampu diatasi dengan cara apapun. Dalam keadaan demikian orang kehilangan kepercayaan hidup yang dijalani.
7. Rencana gagal. Kejenuhan bisa mengacaukan rencana yang sudah disusun. Sebuah rencana mungkin sudah dipersiapkan dengan sangat baik, namun kejenuhan yang tiba-tiba muncul ditengah jalan, bisa menjadi musibah yang sangat menyakitkan.

### Ciri-Ciri Kejenuhan Belajar

Menurut Muhibbin (2008: 182) mendefenisikan kejenuhan yang paling umum adalah keletihan yang melanda peserta didik seperti keletihan indera peserta didik, keletihan fisik peserta didik, dan keletihan mental peserta didik.<sup>10</sup>

#### 1. Keletihan indera peserta didik

Keletihan (*fatigue*) merupakan suatu perasaan yang bersifat subjektif. istilah keletihan mengarah pada kondisi melemahnya indera untuk melakukan suatu kegiatan. Keletihan indera pada peserta didik seperti melemahnya penglihatan pada mata dan pendengaran pada telinga yang dapat melanda pada peserta didik, karena keletihan yang melanda peserta didik dapat menyebabkan munculnya perasaan bosan pada peserta didik.

#### 2. Keletihan Fisik

---

<sup>10</sup> Syah, Muhibbin. Psikologi Belajar. (Jakarta: Rajawali Pers, 2008). hal. 182



Keletihan (*fatigue*) merupakan suatu perasaan yang bersifat subjektif. istilah keletihan mengarah pada kondisi melemahnya untuk melakukan suatu kegiatan. Suplai darah yang mencukupi dan darah yang lancar, aliran darah yang lancar ke otot sangat penting, dikarenakan ditemukan kemampuan proses metabolisme dan memungkinkan kontraksi otot tetap berjalan, kontraksi otot yang kuat menghasilkan tekanan didalam otot dan dapat menghentikan aliran darah sehingga kontraksi maksimal hanya akan berlangsung beberapa detik. Gangguan pada aliran darah mengakibatkan keletihan otot yang berakibat otot tidak dapat berkontraksi meskipun rangsangan saraf motorik masih berjalan. Dengan ciri sebagai berikut:

- a) menjadi lebih mudah sakit
- b) mudah bosan dengan kegiatan belajar
- c) sering gelisah
- d) dan tidak peduli dengan tugas-tugas sekolah

### 3. Keletihan mental

Keletihan mental disebabkan karena faktor psikis, memiliki persoalan kejiwaan yang belum terselesaikan dan menyebabkan stress psikis. Contohnya sedang belajar anggota keluarga sakit sehingga peserta didik tersebut tidak berkonsentrasi dalam belajarnya. Gejala-gejala mental yang tampak yaitu ketidak berdayaan, merasa tidak mampu mengerjakan tugas-tugas sekolah, perasaan rendah diri, tidak mampu bersosialisasi dengan teman.

### Cara Mengatasi Kejenuhan Belajar

Syah mengemukakan kiat-kiat untuk mengatasi keletihan mental yang menyebabkan munculnya kejenuhan belajar itu antara lain sebagai berikut:<sup>11</sup>

1. Melakukan istirahat dan mengkonsumsi makanan dan minuman yang bergizi dengan takaran yang cukup banyak
2. Perubahan atau penjadwalan kembali jam-jam dari hari-hari belajar yang dianggap lebih memungkinkan peserta didik merasa lebih giat
3. Perubahan dan penataan kembali lingkungan belajar peserta didik yang meliputi perubahan posisi meja tulis, lemari, rak buku, alat-alat perlengkapan belajar dan sebagainya sampai memungkinkan peserta didik merasa berada disebuah kamar baru yang lebih menyenangkan untuk belajar

---

<sup>11</sup> Syah, Muhibbin. Psikologi Belajar. (Jakarta: Rajawali Pers, 2008). hal. 183

4. Memberikan motivasi dan stimulasi baru agar peserta didik merasa terdorong untuk belajar lebih giat daripada sebelumnya
5. Peserta didik harus berbuat nyata (tidak menyerah atau tinggal diam) dengan cara mencoba belajar dan belajar lagi.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa Guru BK dalam hal ini dapat membantu dengan memberikan layanan kepada peserta didik, salah satunya dengan menggunakan layanan konsultasi untuk mengurangi kejenuhan belajar peserta didik. Layanan konsultasi yaitu suatu layanan yang membantu peserta didik atau pihak lain dalam memperoleh wawasan, pemahaman serta cara-cara yang perlu dilaksanakan dalam menangani kondisi dan masalah peserta didik.

Adanya kegiatan rutin setiap minggunya berupa layanan bimbingan klasikal dengan setting kelas dengan durasi waktu 45 menit disetiap pertemuannya. Pemberian layanan secara tatap muka di kelas membuat para peserta didik bisa bertemu langsung dengan guru BK dan memberikan ruang agar para peserta didik yang dianggap perlu diberikan layanan konsultasi agar segera mendapatkan pelayanan tersebut secara langsung untuk mengurangi kejenuhan belajar peserta didik. Implementasi layanan konsultasi terbukti efektif dalam mengurangi kejenuhan belajar peserta didik di SMP Negeri 2 Binjai T.P. 2021/2022.

### **Saran**

Diharapkan kepada Guru BK di SMP Negeri 2 Binjai untuk lebih meningkatkan lagi dalam memberikan pelayanan terhadap peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar melalui perencanaan program layanan bimbingan konseling yang ada di sekolah tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Djamarah. S. B., *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta, 2002
- Hakim, T. *Belajar secara efektif*. Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara, 2004.
- Prayitno. *Layanan Konseling*. Padang: Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan. 2004.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2014.
- Syah, Muhibbin. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali Pers, 2008.
- Willis, S. S., *Konseling Individual, Teori dan Praktek*. Cet. Kelima. Bandung: Avabeta, 2010.