

ABSTRAK

Aricka Bunga Meirinda, NIM 126306202056, Teknik Sociodrama Untuk Mereduksi *Learning Burnout* Pada Siswa Kelas XI SMA Queen Al Falah Kediri. Skripsi, Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Program Sarjana Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung Pembimbing Febranti Putri Navion, M. Pd.

Kata Kunci : Teknik Sociodrama, *Learning Burnout*, Siswa

Learning Burnout adalah salah satu hambatan pembelajaran bagi siswa yang berdampak negatif dari masa sekarang maupun yang akan datang. *Learning burnout* adalah keadaan kelelahan yang terjadi pada seseorang karena menghadapi tekanan yang berlebihan saat belajar. Dari hal tersebut yang menjadi masalah penelitian ini “apakah teknik sociodrama efektif untuk mereduksi *learning burnout* pada siswa kelas XI SMA Queen Al Falah Kediri”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik sociodrama untuk mereduksi *learning burnout* pada siswa kelas XI SMA Queen Al Falah Kediri. Penelitian ini merupakan penelitian *pre-eksperimental* dengan desain *the one group pretest posttest design*. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Queen Al Falah Kediri. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* sehingga ditemukan 7 siswa yang memiliki tingkat *learning burnout* tinggi.

Pengukuran tingkat *learning burnout* dengan menggunakan uji T bahwa hasil signifikansi uji T sebesar 0,000. Nilai signifikansi menunjukkan $0,00 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak. Selain itu berdasarkan analisis dari tabel diatas, diketahui mean pretest sebesar 121.29 lebih besar dari pada mean post-test sebesar 83.00. kemudian berdasarkan dari uji *N-Gain Score* dapat dilihat rata-rata nya sebesar 1,9732, maka nilai tersebut $1,9732 > 0,7$. Sehingga masuk dalam kategori efektif.

Dengan demikian dapat diketahui berdasarkan uji T dan uji *N-Gain Score* memiliki pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik sociodrama untuk mereduksi *learning burnout* pada siswa kelas XI SMA Queen Al Falah Kediri.

ABSTRACT

Aricka Bunga Meirinda, NIM 126306202056, Sociodrama Techniques for Reducing Learning Burnout in Class XI Students at Queen Al Falah High School, Kediri. Thesis, Islamic Counseling Guidance, Faculty of Ushuluddin, Adab and Da'wah, Undergraduate Program at Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University Tulungagung Supervisor Febranti Putri Navion, M. Pd.

Keywords: Sociodrama Techniques, Learning Burnout, Students

Learning Burnout is a learning obstacle for students that has a negative impact on the present and the future. Learning burnout is a state of exhaustion that occurs in a person due to facing excessive pressure when studying. From this, the problem of this research is "are sociodrama techniques effective in reducing learning burnout in class XI students at SMA Queen Al Falah Kediri". This research aims to determine the effectiveness of sociodrama techniques in reducing learning burnout in class XI students at SMA Queen Al Falah Kediri. This research is a pre-experimental research with a one group pretest posttest design. The population in this study were class XI students at SMA Queen Al Falah Kediri. Sampling used a purposive sampling technique so that 7 students were found who had high levels of learning burnout.

Measuring the level of learning burnout using the T test shows that the significance of the T test is 0.000. The significance value shows $0.00 < 0.05$ so H_0 is rejected. Apart from that, based on the analysis of the table above, it is known that the pretest mean of 121.29 is greater than the post-test mean of 83.00. then based on the N-Gain Score test it can be seen that the average is 1,9732, so the value is $1,9732 > 0.7$. So it falls into the effective category.

Thus, it can be seen based on the T test and N-Gain Score test that the sociodrama technique group guidance service has an effect on reducing learning burnout in students and the sociodrama technique group guidance service is effective in reducing learning burnout in class XI students of Queen Al Falah High School Kediri.

المخلص

أريكا بونجا ميريندا، نيم ٦٥٠٢٠٢٦٠٣٦٢١ تقنيات الدراما الاجتماعية لتقليل الاحتراق التعليمي لدى طلاب الصف الحادي عشر في مدرسة الملكة الفلاح الثانوية، كديري. أطروحة، الإرشاد الإسلامي، كلية أصول الدين والأدب والدعوة، برنامج البكالوريوس في جامعة السيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية. تولونج أجونج مشرف فيبرانتي بوتري نافيون، ماجستير

يعد الإرهاق التعليمي أحد عوائق التعلم لدى الطلاب، وهو أحد عوائق التعلم التي تؤثر سلبًا على الحاضر والمستقبل. الإرهاق التعليمي هو حالة من الإرهاق تحدث لدى الشخص بسبب مواجهة ضغوط مفرطة أثناء التعلم. ومن هذا المنطلق، فإن مشكلة هذا البحث هي "ما إذا كانت تقنية الدراما الاجتماعية فعالة في الحد من الإرهاق التعليمي لدى طالبات الصف الحادي عشر في مدرسة الملكة الفلاح كديري الثانوية". يهدف هذا البحث إلى معرفة مدى فاعلية تقنية الدراما الاجتماعية في الحد من احتراق التعلم لدى طالبات الصف الحادي عشر في مدرسة ملكة الفلاح كديري الثانوية. هذا البحث عبارة عن بحث ما قبل تجريبي بتصميم المجموعة الواحدة قبل الاختبار وبعده. وكان مجتمع الدراسة في هذه الدراسة هم طلبة الصف الحادي عشر في مدرسة ملكة الفلاح كديري. تم أخذ العينات باستخدام أسلوب أخذ العينات الانتقائي بحيث تم العثور على سبعة طلاب لديهم مستوى عالٍ من الإرهاق التعليمي

وبقياس مستوى الاحتراق التعليمي باستخدام اختبارات تبين أن أهمية اختبارات هي $0,000$. تظهر قيمة الأهمية $0,00 > 0,05$ لذا تم رفض $0,05$. عدا عن ذلك، ومن خلال تحليل الجدول أعلاه، فإنه من المعروف أن المتوسط القبلي $121,29$ أكبر من المتوسط البعدي البالغ $83,00$ ثم بناءً على اختبار الحصول على النتيجة، يمكن ملاحظة أن المتوسط هو $1,9732$ ، وبالتالي فإن القيمة هي $1,9732 < 0,07$. لذلك يقع في الفئة الفعالة. مع حد أدنى لقيمة الحصول على النتيجة يبلغ $96,05\%$ وبحد أقصى $353,85\%$. ويبين قياس مستوى الاحتراق التعليمي باستخدام اختبارات أن أهمية اختبارات هي $0,000$. تظهر قيمة الأهمية خلال تحليل الجدول أعلاه، فإنه من المعروف أن المتوسط القبلي $121,29$ $0,000$. عدا عن ذلك، ومن أكبر من المتوسط البعدي البالغ $83,00$. ثم بناءً على اختبار الحصول على النتيجة، يمكن ملاحظة أن المتوسط هو $1,9732$. وبالتالي فإن القيمة هي $1,9732 < 0,07$. لذلك يقع في الفئة الفعالة.

وبالتالي، يمكن ملاحظة بناءً على اختبارات واختبار الحصول على النتيجة أن خدمة التوجيه الجماعي لتقنية الدراما الاجتماعية لها تأثير على تقليل احتراق التعلم لدى الطلاب وأن خدمة التوجيه الجماعي لتقنية الدراما الاجتماعية فعالة في تقليل احتراق التعلم لدى طلاب الصف الحادي عشر في مدرسة الملكة الفلاح الثانوية كديري