

DAFTAR PUSTAKA

- Ahadi, Giatma Dwijuna, and Neni Nur Laili Ersela Zain. "Pemeriksaan Uji Kenormalan Dengan Kolmogorov-Smirnov, Anderson-Darling Dan Shapiro-Wilk." *Eigen Mathematics Journal* 6, no. 1 (2023): 11–19. <https://doi.org/10.29303/emj.v6i1.131>.
- Al-Muqbil, Umar bin Abdullah. "Surat Al-Insyirah Ayat 6," n.d. <https://tafsirweb.com/12838-surat-al-insyirah-ayat-6.html>.
- Alamri, Nurdjana. "Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-Mamagement Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Tahun 2014/2015)." *Jurnal Konseling Gusjigang* 1, no. 1 (2015). <https://doi.org/10.24176/jkg.v1i1.259>.
- Alwi, Idrus. "Kriteria Empirik Dalam Menentukan Ukuran Sampel." *Jurnal Formatif* 2, no. 2 (2015): 140–48.
- Amin, Zakki Nurul. "Portofolio Teknik-Teknik Konseling (Teori Dan Contoh Aplikasi Penerapan)." *Unnes*, no. July (2017): 1–57.
- Anjani, Wulan Saputri, Cucu Arumsari, and Aam Imanuddin. "Pelatihan Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa." *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research* 4, no. 1 (2020): 41–56. <https://doi.org/10.36636/psikodinamika.v3i2.2189>.
- Arroisi, Jarman, and Husnida Afifah. "Sindrom Burnout Perspektif Herbert J. Freudenberger." *Cakrawala Repositori IMWI* 5, no. 2 (2022): 290–302. <https://doi.org/10.52851/cakrawala.v5i2.114>.
- Dyah Budiastuti, Agustinus Bandur. *Validitas Dan Reliabilitas Penelitian: Dengan Analisis NVIVO, SPSS Dan AMOS*. Mitra Wacana Media, 2018.
- Farid Ilhamuddin, Muhammad, Farah Nikmatus Sania, Wasilatur Rahmah, Siftia Rusydi, Tria Putri, and Ayu Arisona. "Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy Dalam Konseling Kelompok," March 2024.

<http://ejurnal.uij.ac.id/index.php/CONS>.

- Gunarsa, S. D. *Konseling Dan Psikoterapi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1996.
- Hijrah, Rika. “Gambaran Academic Burnout Pada Siswa Madrasah Aliyah Swasta Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsudduha” 2, no. 1 (2024): 161–68.
- Hikmah, Nurul. “Perkembangan Peserta Didik Sekolah Menengah” 1, no. 3 (2019): vii+184.
- Jamaluddin, Muhammad, Anggita Candrani Dewi Kartika, and Rofi Naufal Suryawan. “Efektivitas Konseling Individu Dalam Menurunkan Burnout Akademik Pada Mahasiswa.” *Jurnal Psikologi* 1, no. 4 (2024): 8. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.3078>.
- Janna, Nilda Miftahul, and Herianto. “Artikel Statistik Yang Benar.” *Jurnal Darul Dakwah Wal-Irsyad (DDI)*, no. 18210047 (2021): 1–12.
- Japar, Muhammad. “Menurunkan Academic Burnout Melalui Konseling Kelompok Teknik Dispute Kognitif Dan Dispute Imajinasi Abstrak Reduce Academic Burnout Through Group Counseling Dispute Cognitive and Dispute Imaginational Techniques Abstract Insight : Jurnal Bimbingan Dan Ko,” n.d., 18–24.
- Khairani, Yunita, and Ifdil Ifdil. “Konsep Burnoutpada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling.” *Konselor* 4, no. 4 (2015): 208. <https://doi.org/10.24036/02015446474-0-00>.
- Kholilah, Emmi Harahap dan, and Sumarto. *Bimbingan Kolseling. Cetakan Kedua*, 2020.
- Madigan, Daniel J., and Thomas Curran. “Does Burnout Affect Academic Achievement? A Meta-Analysis of over 100,000 Students.” *Educational Psychology Review* 33, no. 2 (2021): 387–405. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09533-1>.
- Maysarah, Siti, Cut Ita Zahara, and Rahmia Dewi. “Gambaran Burnout Pada Siswa SMA Modal Bangsa Arun” 2, no. 4 (2024):

730–40.

- Mianti, Rizka. “Penggunaan Rational Emotive Behavioral Therapy Untuk Menurunkan Burnout Belajar Pada Siswa Kelas Xi Di Sma Negeri 1 Bangun Purba.” Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, 2021.
- Muna, Naeila Rifatil. “Efektifitas Teknik Self Regulation Learning” 14, no. 02 (2013): 57–78.
- Nilamsari, Rifca, Afifuddin Tirmidzi, and Tanti Handayani. “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self-Management Untuk Menurunkan Kecemasan Belajar Siswa Smk.” *PD ABKIN JATIM Open Journal System* 3, no. 2 (2023): 117–25.
- Novinta, D. N. Mastuti, E. “Can Rational-Emotive Behavior Therapy (REBT) Reduce Academic Anxiety in High School Students?” *Psikostudia : Jurnal Psikologi* 12, no. 1 (2023): 123. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v12i1.9787>.
- Nur Rahmawati, Ajeng Intan, Leny Latifah, and Ica Saidatun. “Konseling Behavioral Teknik Relaksasi Afirmasi Untuk Menurunkan Academic Burnout, Efektif Tidak?” *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)* 9, no. 1 (2024): 42–50. <https://doi.org/10.21067/jki.v9i1.9587>.
- Puspitarini, Ikke Yuliani Dhian, and Rosalia Dewi Nawantara. “Kelayakan Paket Konseling Kelompok Berbasis Rasional–Emotif–Perilaku Untuk Mereduksi Burnout Siswa Sma.” *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)* 6, no. 1 (2021): 1. <https://doi.org/10.26737/jbki.v6i1.2056>.
- Putri, Stifani Mutiara. “Studi Komparasi Tingkat Burnout Academic Antara Siswa Kelas XI SMAN 2 Kota Kediri, SMKN 1 Kota Kediri, Dan MAN 2 Kota Kediri,” 2024. https://etheses.iainkediri.ac.id/15631/1/20104011_prabab.pdf.
- Rahmawati, Alivia, and Firman Firman. “Hubungan Self-Management Dengan Burnout Akademik Siswa Dalam Pembelajaran Di Era New Normal.” *Counselia; Jurnal*

- Bimbingan Konseling Pendidikan Islam* 5, no. 1 (2024): 1–10.
<https://doi.org/10.31943/counselia.v5i1.157>.
- Rizaldy, Afrizal Rifky, Muhammad Dae Pua Upa, and Katharina E. P. Korohama. “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self-Management Untuk Menurunkan Perilaku Membolos Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 2 Kupang.” *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora* 1, no. 3 (2023): 143–52. <https://doi.org/10.35508/jbkf.v1i3.10782>.
- Roihana, Siti. “Efektivitas Teknik Relaksasi Dalam Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Kejenuhan Siswa Di Sekolah Menengah Atas Negeri I Rimba Melintang,” 2020. <https://repository.uin-suska.ac.id/24767/1/GABUNG.pdf>.
- Romawati, Sumarginingsih Arifah, Khulaimata Zalfa, and Linda Dwi Sholikhah. “130-Article Text-453-1-10-20210818” 2, no. 1 (2021): 11–20.
- Salmela-Aro, Katariina, and Katja Upadyaya. “School Burnout and Engagement in the Context of Demands-Resources Model.” *British Journal of Educational Psychology* 84, no. 1 (2014): 137–51. <https://doi.org/10.1111/bjep.12018>.
- Schaufeli, Wilmar B., Isabel M. Martínez, Alexandra Marques Pinto, Marisa Salanova, and Arnold B. Barker. “Burnout and Engagement in University Students a Cross-National Study.” *Journal of Cross-Cultural Psychology* 33, no. 5 (2002): 464–81. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>.
- Setiawan, Irwandi. “Penerapan Teknik Self Regulated Learning Dalam Mereduksi Tingkat Academic Burnout Siswa Di Sekolah Man 1 Watansoppeng,” 2021. <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/18995>.
- Setyoisanti, Aini Rizki, and Cindy Asli Pravesti. “Efektivitas Strategi Self-Management Untuk Menurunkan Kejenuhan Belajar Pada Siswa Kelas XI-IPS 1 SMA Negeri 1 Kedamean Gresik.” *Jurnal Konseling Indonesia* 7, no. 2 (2022): 60–64. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>.

- Slivar, Branko. "The Syndrome of Burnout, Self-Image, and Anxiety with Grammar School Students Sindrom Izgorelosti." *Horizons of Psychology* 10, no. 2 (2001): 21–32.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Cetakan ke. Bandung: Alfabeta, 2022.
- . *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Cetakan ke. Bandung: Alfabeta, 2022.
- Suryaning, Mimin, and Titin Kholisna. "Efektivitas Pengelolaan Diri (Self Management) Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Smk." *Psikodinamika : Jurnal Literasi Psikologi* 3, no. 2 (2023): 46–58.
- Walters, Lynda Henley, and Gerald Corey. "Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy." *Family Relations* 29, no. 1 (1980): 133. <https://doi.org/10.2307/583738>.
- Widyarto, Wikan Galuh. *Teori Konseling Dan Tekniknya*. Edited by Amrullah Ali Moebin. Cetakan Pe. Tulungagung, 2021.
- Zuhra, Fitri Fatimah. "Hubungan Burn-Out Akademik Dengan Prestasi Belajar Siswa Di Smpn 1 Lembah Seulawah," 2022. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/23463>.