

DAFTAR LITERATUR

- Afifuddin. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Pustaka Setia.
- Agus Purwanto, Erwan dan Dyah Ratih Sulistyastuti (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Untuk Administrasi Publik, Dan Masalah-masalah Sosial. Metode Penelitian Kuantitatif, Untuk Administrasi Publik, Dan Masalah-masalah Sosial*. Yogyakarta: Gaya Media.
- Ahmad Tanzeh. (2014). *Metode Penelitian Praktis*. Jakarta Pusat: PT Bina Ilmu.
- Al-Qur'an dan Terjemahannya. (2018). *Departemen Agama RI*. Jakarta: Diponegoro.
- Arifi, B. S. (2015). *Dinamika Kelompok*. Bandung: CV Pustaka Setia. Hal. 148
- Arikunto. 2016. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Azhar, A. N., Kusnawan, A., & Miharja, S. (2017). *Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa*. 5, 1–20.
- Carolus Borromeus Mulyatno. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling *م ل ع ي م ل ا م ن سن ل ل ق ل ا ب م ل ع ي ل ا م ل ع م*. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 1349–1358.
- Daryanto & Mohammad Farid. 2015. *Bimbingan dan Konseling disekolah. Panduan Guru Bk dan guru Umum*. Yogyakarta: Gava Media
- Desmidar, D., Ritonga, M., & Halim, S. (2021). Efektivitas ice breaking dalam mengurangi kejenuhan peserta didik mempelajari Bahasa Arab. *Humanika*, 21(2), 113–128. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i2.41941>
- Disman, M., & Rudin, A. (2020). FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB KEJENUHAN BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN BAHASA INGGRIS. *Jurnal Ilmiah Bening: Belajar Bimbingan Dan Konseling*, 5(2). <https://doi.org/10.36709/bening.v5i2.13356>
- Fadilah, S. N. (2019). Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 167. <https://doi.org/10.29240/jbk.v3i2.1057>
- Faridah, U., & Mishbahuddin, A. (2020). EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF INSTRUCTION DALAM MENGURANGI KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS VIII 5 DI SMP NEGERI 04 KOTA BENGKULU. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 3(2). <https://doi.org/10.33369/consilia.v3i2.10544>
- Fiorentika, K., Santoso, D., & Simon, I. (2016). Keefektifan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Smp. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(3), 104–111. <https://doi.org/10.17977/um001v1i32016p104>

- Handika, Y., Putri, R. D., & Sari, S. P. (2021). Efektivitas Teknik Self Instruction Dalam Menurunkan Stress Akademik Siswa. *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 2(02), 130–140. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i02.1615>
- Indryastuti, Wulaningsih. 2016, Efektivitas Positive Self Talk Terhadap Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas IX SMPN 3 Banguntapan. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Juraida, J. (2015). *PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KETAKWAAN SISWA TERHADAP TUHAN YANG MAHA ESA DI MTS NEGERI MULAWARMAN BANJARMASIN* (Vol. 1, Issue 1). <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR/article/view/582>
- Khaira, N. A. (2018). *PENERAPAN TEKNIK SELF INSTRUCTION UNTUK MENGURANGI KEJENUHAN BELAJAR SISWA* (Vol. 12, Issue 2, pp. 172–200). <https://jurnalpencerahan.org/index.php/jp/article/view/23>
- Khairinal. 2016. *Menyusun Proposal Skripsi, Tesis, dan Disentrasi*. Jambi : Salim.
- Larasati, D. S., & Nawantara, R. D. (n.d.). *Efektivitas Teknik Self Intruccion Menangani*. 299–307.
- Mardison, S. (2016). Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Sosialisasi Peserta Didik. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 2(2), 29–44.
- Muhibbin, syah. (2013). *Psikologi Belajar Mengajar*. Bandung. Sinar Baru. Algensinda.
- Mutiah, C., Ramadhani, E., & Nurlela, N. (2022). ANALISIS PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK VIRTUAL DI ERA NEW NORMAL DI SMP NEGERI 35 PALEMBANG. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(2), 156. <https://doi.org/10.31604/ristekdik.2022.v7i2.156-164>
- Nawantara, R. D. (2016). Perbedaan Komitmen Tugas Siswa dalam Penerapan Teknik Reframing dan Self Instruction. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, 4(4), 193–199.
- Nawantara, R. D., Arofah, L., & Setyaputri, N. Y. (2019). Penggunaan Panduan Teknik Self Instruction Sebagai Media untuk Meningkatkan Disiplin Diri Siswa SMA. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 6(2), 88–94. <https://doi.org/10.29407/nor.v6i2.13609>
- Ningsih, F. (2016). *EFEKTIFITAS TEKNIK RELAKSASI UNTUK MENGURANGI KEJENUHAN BELAJAR* (Vol. 5, Issue 7). <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/ojs/index.php/fipbk/article/view/4060>
- Niswatin, K., & Naqiyah, N. (2020). Penerapan Kombinasi Antara Teknik Instruksi Diri Dan Film Pendek Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas Xi Tkr

Di Smk Assa'Adah Bungah. *Jurnal Bimbingan Konseling UNESA*, 11(4), 630–640.

Pawicara, R., & Conilie. (2020). Analisis Pembelajaran Daring terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi IAIN Jember di Tengah Pandemi Covid-19. *ALVEOLI: Jurnal Pendidikan Biologi*, 1(1), 29–38. <https://doi.org/10.35719/alveoli.v1i1.7>

Prayitno 2013, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rinika Cipta.

Rasimin, null, & Hamdi, M. (2019). *Bimbingan dan konseling kelompok*. https://catalog.unpkediri.ac.id/index.php/ijophya/issue/view/index.php?p=show_detail&id=2351&keywords=

Resiliensi, M., Masa, D. I., Melalui, P. C.-, & Sfbc, S. B. C. (2021). *Prosiding Seminar & Lokakarya Nasional Bimbingan dan Konseling 2021 PD ABKIN JATIM & UNIPA SBY*. 55–62.

Rostiana, D., Wibowo, M. E., & Purwanto, E. (2019). KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK SELF INSTRUCTION DAN THOUGHT STOPPING UNTUK MENINGKATKAN SELF ESTEEM KORBAN BULLYING. *Empati-Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2), 1–8. <https://doi.org/10.26877/empati.v6i2.4274>

Sedyawati, S. 2021. Hubungan Regulasi Diri Dengan Prokratinasi Akademi. *Jurnal Pembelajarn Bimbingan dan Penyelesaian Pendidikan*. 1(10). 861-866.

Siti Ma'rifah Setiawati, S.P, S. (2018). "HELPER" Jurnal Bimbingan dan Konseling FKIP UNIPA. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling FKIP UNIPA*, 35(1), 31–46.

Situmorang, D. D. B., Wibowo, M. E., & Mulawarman, M. (2018). Konseling Kelompok Active Music Therapy Berbasis Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk Meningkatkan Self-Efficacy Mahasiswa Millennials. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 17–36. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2508>

Sugiono, (2016). "*Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*", Penerbit: Alfabeta Bandung.

Suwarjo, & Purnama, M. P. D. S. (2016). *MODEL BIMBINGAN PENGEMBANGAN KOMPETENSI PRIBADI SOSIALBAGI SISWA SMA YANG MENGALAMI KEJENUHAN BELAJAR (BURNOUT)*. <http://eprints.uny.ac.id/47613/>

Tohirin. 2013. *Bimbingan dan Konseling disekolah dan madrasah* (berbasis Integrasi). Jakarta: PT. Grafinda Persada

Wahyuni, E. D. (2018). FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB TINGKAT KEJENUHAN BELAJAR PENDIDIKAN AGAMA ISLAM (PAI) PADA JURUSAN PGSD DI UNIVERSITAS ISLAM BALITAR. *Konstruktivisme: Jurnal Pendidikan & Pembelajaran*, 10(2), 154–162. <https://doi.org/10.30957/konstruk.v10i2.509>

- Widari, N. K., Dharsana, M. P. I. K., & Suranata, S. P. K. (2014). *PENERAPAN TEORI KONSELING RASIONAL EMOTIF BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK RELAKSASI UNTUK MENURUNKAN KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS X MIA 2 SMA NEGERI 2 SINGARAJA* (Vol. 2, Issue 1, p. 245316). <https://www.neliti.com/publications/245316/penerapan-teori-konseling-rasional-emotif-behavioral-dengan-teknik-relaksasi-unt>
- Winarno. 2013. *Pembelajaran Pendidikan Kewarganegaraan Isi, Strategi, dan Penelitian*. Jakarta : Bumi aksara.
- Wirawan, I. K. A., Suranata, K., Dharsana, K., & Konseling, J. B. (2014). Penerapan Konseling Rasional Emotif Behavioral Dengan Teknik Self-Instruction Training Untuk Meningkatkan Academic Self-Efficacy Siswa Kelas Xi B Akuntansi Smk Negeri 1 Singaraja. *E-Journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling*, 2(1).