

## ABSTRAK

Korinta Rosenila Christadila. 2024. Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Art Therapy* untuk Mereduksi Kejenuhan Belajar Pada Siswa Kelas XI di SMAN 4 Madiun Tahun Ajaran 2023.2024. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas PGRI Madiun. Pembimbing (I) Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd., (II) Dr. Noviyanti Kartika .Dewi, M.Pd., Kons.

Kejenuhan belajar adalah kondisi ketika seseorang merasakan kelelahan emosi, kelelahan fisik, depersonalisasi/rasa sinis terhadap aktivitas pembelajaran, dan menurunnya motivasi belajar sehingga tidak dapat menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *art therapy* untuk mereduksi kejenuhan belajar pada siswa kelas XI di SMAN 4 Madiun tahun ajaran 2023/2024.

Jenis penelitian ini menggunakan eksperimen kuantitatif dengan rancangan penelitian *One Group Pretest-Posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 4 Madiun yang berjumlah 260 siswa. Sampel penelitian sebanyak 6 siswa. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner dengan model *skala Likert*. Indikator kejenuhan belajar adalah: 1) kelelahan emosi 2) kelelahan fisik 3) depersonalisasi atau sinisme terhadap aktivitas pembelajaran 4) menurunnya motivasi belajar. Metode pengujian yang digunakan dalam analisis ini adalah uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa skor rata-rata *pretest* sebesar 82% berada pada kategori sangat tinggi dan skor rata-rata *posttest* sebesar 49% berada pada kategori sedang. Dari hasil perbandingan skor rata-rata *pretest* dan *posttest* terdapat perubahan yang signifikan, yaitu terjadinya penurunan skor rata-rata sebesar 33% setelah diberikan layanan. Jadi dapat disimpulkan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *art therapy* efektif dalam mereduksi kejenuhan belajar siswa kelas XI SMAN 4 Madiun Tahun Ajaran 2023/2024.

**Kata kunci:** Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Art Therapy*, Kejenuhan Belajar

## ABSTRACT

Korinta Rosenila Christadila. 2024. Application of Group Guidance with Art Therapy Techniques to Reduce Burnout Academic in Class XI Students at SMAN 4 Madiun in the Academic Year 2023/2024. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas PGRI Madiun. Pembimbing (I) Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd., (II) Dr. Noviyanti Kartika .Dewi, M.Pd., Kons.

Keyword: Group Guidance with Art Therapy Techniques, Burnout Academic

Burnout academic is a condition when a person feels emotional fatigue, physical fatigue, depersonalization/cynicism towards learning activities, and decreased motivation to learn so that they cannot complete their tasks properly. This study aims to determine the effectiveness of the application of group guidance with art therapy techniques to reduce burnout academic in class XI students at SMAN 4 Madiun in the 2023/2024 school year.

This type of research uses a quantitative experiment with a One Group Pretest-Posttest research design. The population in this study was grade XI students of SMAN 4 Madiun which amounted to 260 students. The research sample was 6 students. This study used purposive sampling technique. The research instrument used was a questionnaire with a Likert scale model. Indicators of learning saturation are: 1) emotional fatigue 2) physical fatigue 3) depersonalization or cynicism towards learning activities 4) decreased motivation to learn. The test method used in this analysis is Wilcoxon test.

The results of this study indicate that the pretest average score of 82% is in the very high category and the posttest average score of 49% is in the medium category. From the comparison of the average scores of the pretest and posttest, there was a significant change, namely a decrease in the average score by 33% after the service was provided. So it can be concluded that the application of group guidance with art therapy techniques is effective in reducing burnout academic in class XI SMAN 4 Madiun in the 2023/2024 academic year.