

HUBUNGAN ANTARA *ACADEMIC SELF-CONFIDENCE* DENGAN KEJENUHAN (*BURNOUT*) BELAJAR SISWA SMK NEGERI 1 INDRALAYA UTARA

Riska Purnama Dewi, Yosef, Harlina

Universitas Sriwijaya

ABSTRACT: *The objective of this study was to find out if there was a correlation between academic self-confidence and students' burnout of learning in Vocational School 1 Indralaya Utara. This study used quantitative approach with correlational method. The sample of this study was 69 students who chosen by using Solvin formula with fault level 10% out of 220 students. The sample was taken by using random sampling technique. In collecting the data, academic self-confidence and burnout of learning scale questionnaires were used. In analyzing the data, pearson product moment formula was used. The result of the data analysis showed that there was a negative correlation between academic self-confidence and burnout of learning with correlation coefficient -0.77. Correlation coefficient -0.77 showed that there was a significant correlation between academic self-confidence and burnout in learning. The number of negative correlation coefficient (-) showed that there was a two tailed correlation that the higher an academic self-confidence the students had, the lower the students' burnout of learning, in opposite, the lower an academic self-confidence the students had, the higher the students' burnout of learning.*

Keywords: *academic self-confidence, burnout in learning*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kegiatan pengalihan pengetahuan, pengalaman serta keterampilan yang meliputi semua perbuatan atau semua usaha dari generasi yang tingkat pengetahuan dan pengalamannya lebih tinggi kepada generasi yang tingkat pengetahuannya lebih rendah. Pendidikan mempunyai fungsi sebagai salah satu cara dalam menyiapkan generasi yang lebih muda agar dapat memenuhi fungsi hidupnya baik secara jasmani maupun rohani. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab 1 Ayat 1

menjelaskan pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, ahlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Di Indonesia, pendidikan menjadi suatu hal yang wajib dijalani oleh seluruh penduduk, adapun pemerintah telah mencanangkan pendidikan wajib belajar selama 12

tahun pendidikan formal yang meliputi SD, SMP/ sederajat, SMA/ sederajat. Semakin tinggi tingkat pendidikan semakin mengerucut pula ilmu yang dipelajari. Ketika peserta didik menuju tingkat pendidikan yang lebih tinggi, maka semakin tinggi pula tugas dan tuntutan yang harus dijalani. Era globalisasi yang semakin meluas membuat tuntutan pendidikan saat ini lebih banyak dibanding pendidikan terdahulu. Hal ini dibuktikan dengan perubahan kurikulum yang terjadi serta meningkatnya Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) pada peserta didik yang membuat remaja menjadi lebih dituntut untuk belajar dan memenuhi standar yang ada. Transisi pada masa ini merupakan transisi yang cukup lama, sebab remaja dituntut benar-benar siap untuk terjun bermasyarakat dan memenuhi segala tuntutan lingkungan yang ada.

Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung pada

bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik. Belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (Slameto, 2010).

Usia SMA/SMK merupakan usia remaja madya dimana pencarian jati diri dilakukan. Erickson (Santrock, 2003) menjelaskan bahwa masa remaja merupakan masa pencarian identitas, dimana remaja dalam pencarian identitas dihadapkan pada pertanyaan siapa dirinya, apa peranannya dalam masyarakat dan kemana mereka menuju dalam hidupnya. Remaja yang memiliki tingkat pikiran yang lebih kompleks, secara emosional lebih sensitif, dan lebih sering menghabiskan waktu dengan teman-temannya. Perubahan membuat remaja mengalami konflik diri yang membuat stress dan dituntut untuk dewasa dalam menyikapi setiap permasalahan yang dialaminya.

Banyak faktor pembentuk kepribadian pada remaja, seperti latar belakang keluarga, lingkungan, teman sebaya, bahkan naluri individu yang mempengaruhi karakteristik setiap remaja. Remaja SMA/SMK selalu dituntut dengan banyak aktivitas pengembangan diri, baik akademik maupun nonakademik. Oleh karena itu, proses pembelajaran yang ada di sekolah sering kali membuat remaja mengalami stress karena banyaknya tuntutan dan harapan yang harus dipenuhi baik dari lingkungan sekolah maupun keluarga. Tuntutan yang sangat banyak pada remaja lama-lama akan menjadi beban tersendiri bagi remaja yang menyebabkan terjadinya kejenuhan belajar.

Thursan Hakim (2004) berpendapat bahwa kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa enggan, lesu, tidak bersemangat melakukan aktivitas belajar. Hal tersebut pula yang saat ini memunculkan fenomena membolos, melanggar tata tertib, kurangnya

konsentrasi belajar, malas mengerjakan tugas, menyontek, bahkan malas bersekolah yang mengakibatkan remaja putus sekolah. Proses belajar yang terus-menerus dilakukan para siswa serta tekanan-tekanan (baik dari dalam diri maupun lingkungan) untuk mencapai prestasi belajar yang maksimal dapat membawa siswa pada batas kemampuan jasmaninya. Pada akhirnya siswa mengalami kelelahan fisik dan emosi (mental), meningkatnya sikap depersonalisasi dan menurunnya keyakinan akademis. Jadi kejenuhan belajar yang di alami siswa memiliki pengaruh negatif terhadap proses belajar siswa di sekolah.

Menurut Neils 2006 (Darmiyati, 2010) akibat negatif kejenuhan belajar adalah kerusakan kinerja akademik, berupa kebiasaan buruk dalam belajar, motivasi belajar rendah, kognisi yang tidak rasional, obsesif dan kompulsif, harga diri dan rasa percaya diri rendah. Kejenuhan belajar juga berakibat terhadap afeksi seperti munculnya depresi dan kecemasan yang tinggi. Seperti yang telah di jelaskan Neils, kejenuhan

belajar mengakibatkan kerusakan kinerja akademik, salah satunya berdampak pada tingkat kepercayaan diri yang dimiliki siswa, hal itu tentu saja akan berdampak buruk pada prestasi belajar siswa.

Rasa percaya diri adalah hal yang penting, karena kepercayaan diri adalah modal utama untuk mencapai kesuksesan. Terlebih lagi bagi siswa SMK yang setelah lulus dituntut untuk bisa langsung diterima ke dunia kerja. Untuk bisa memenuhi tuntutan tersebut maka siswa harus mempunyai bekal pengetahuan dan keahlian yang baik dengan terus meningkatkan prestasi terutama dalam bidang akademik, karena untuk bisa menguasai suatu keahlian tertentu harus diiringi dengan penguasaan teori yang baik pula. Tanpa kepercayaan diri peserta didik akan sulit mengembangkan diri serta menunjukkan diri untuk berprestasi dalam bidang akademik, Ketika individu kehilangan suatu kepercayaan diri, maka akan semakin sulit untuk memutuskan hal terbaik yang harus dilakukan pada dirinya. Penelitian oleh Komara (2016) menunjukkan 52,8% keinginan siswa

untuk merencanakan karir disebabkan oleh kepercayaan diri dan prestasi belajar yang diraih siswa.

Siswa yang mempunyai kepercayaan diri rendah cenderung merasa tidak aman, tidak bebas, ragu-ragu dan menyalahkan lingkungan sebagai penyebab ia menghadapi masalah. Tingkat kepercayaan diri seseorang sangat berpengaruh besar, tanpa kepercayaan diri seseorang akan banyak mengalami hambatan dalam menyelesaikan tugasnya sehingga dapat menghambat ketercapaian tujuan yang ia kerjakan. Burns (Iswidharmanjaya, 2005) mengatakan dengan kepercayaan diri cukup, seseorang individu akan dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya dengan yakin dan mantap.

Tentu hal tersebut dapat menjadi pendorong dan mempermudah dalam proses belajarnya. Dengan rasa percaya diri yang dimiliki, siswa akan sangat mudah dapat berinteraksi di dalam lingkungan belajar. Peningkatan mutu pendidikan pada dasarnya dapat dilihat dari meningkatnya

prestasi belajar yang merupakan wujud dari hasil belajar siswa yang optimal, maka dari itu kepercayaan diri siswa diperlukan untuk mencapai tujuan yang dimaksud. Kepercayaan diri juga merupakan hal penting yang harus dimiliki setiap individu sebagai modal meraih tujuan hidup, terutama kepercayaan diri dalam bidang akademik.

Dari hasil pengamatan peneliti di SMK Negeri 1 Indralaya Utara saat melaksanakan P4 (Pengembangan dan Penerapan Perangkat Pembelajaran), ada beberapa siswa yang menunjukkan ciri-ciri sedang mengalami kejenuhan belajar, seperti banyak siswa yang bolos sekolah setiap harinya dan saat proses belajar mengajar berlangsung siswa tidak betah di kelas dengan keluar masuk kelas, ke kantin saat proses belajar mengajar berlangsung, pura-pura ke Wc, tidak memperhatikan pelajaran dengan bermain hp, tidur di kelas, mengobrol, tidak mengerjakan tugas dan sebagainya. Oleh karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian ini di SMK Negeri 1 Indralaya Utara.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi, karena bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *academic self-confidence* dengan kejenuhan belajar siswa SMK Negeri 1 Indralaya Utara. Analisis data dilakukan dengan angka yang diolah dengan metode statistik, kemudian kesimpulan akan di deskripsikan berdasarkan hasil pengolahan angka dengan metode statistik yang telah dilakukan. Terdapat dua variabel penelitian dalam penelitian ini yaitu variabel X (*academic self-confidence*) sebagai variabel bebas dan variabel Y (kejenuhan belajar) sebagai variabel bebas.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Negeri 1 Indralaya Utara berjumlah 220 siswa. Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan rumus solvin dengan kesalahan maksimal yang dapat di tolerir sebesar 10% sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel
N = jumlah populasi

e = kesalahan maksimal yang dapat di tolerir (10%)

setelah dilakukan penghitungan dengan rumus di atas diperoleh jumlah sampel penelitian sebesar 69 siswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *random sampling* (sampel acak). Menurut Arikunto pengambilan sampel dengan teknik ini hanya dapat dilakukan jika keadaan populasi homogen, dalam penelitian ini populasi homogen adalah siswa kelas XI SMKN 1 Indralaya Utara.

pengumpulan data penelitian dilakukan dengan cara membagikan skala *academic self-confidence* dan skala kejenuhan belajar yang dikembangkan dari aspek masing-masing variabel. Skala *academic self-confidence* dan kejenuhan belajar pada penelitian ini dibuat dengan menggunakan model skala likert dengan lima alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), kurang sesuai (KS), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS).

Analisis data penelitian dilakukan menggunakan perhitungan statistik dengan cara menghitung data yang telah terkumpul dan

kemudian melihat korelasi dari kedua variabel dengan menggunakan rumus *Product Moment Person* sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} = koefisien korelasi antara variabel X dan Y

N = jumlah responden

$\sum x$ = jumlah skor variabel X

$\sum y$ = jumlah skor variabel Y

$\sum xy$ = jumlah hasil kali skor variabel X dan Y setiap responden

$\sum x^2$ = jumlah skor kuadrat variabel X

$\sum y^2$ = jumlah skor kuadrat variabel Y

DESKRIPS DATA

Deskriptif hasil penelitian dilakukan untuk menggambarkan data yang diperoleh dari skala *academic self-confidence* dan skala kejenuhan belajar yang telah dibagikan kepada sampel penelitian yang berjumlah 69 siswa kelas XI SMK Negeri 1 Indralaya Utara. Agar data dapat dimaknai, maka data dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Skor untuk menentukan kategori diperoleh dari nilai *mean* ideal dan standar deviasi ideal. Dari skor *mean* dan standar deviasi ideal tersebut dapat dilakukan klasifikasi mengenai

academic self-confidence dan kejenuhan belajar berdasarkan tanggapan responden. Pengelompokan data dilakukan dengan rumus penilaian acuan norma (PAN) berikut:

Kategori variabel

Kategori	Rumus
Tinggi	$(X \geq Mi + 1 SDi)$
Sedang	$(Mi - 1 SDi) \leq X < (Mi + 1 SDi)$
Rendah	$(X < Mi - 1 SDi)$

1. Variabel *academic self-confidence*

Diketahui skor *mean* = 134,91 dan standar deviasi = 15,86. Setelah dilakukan penghitungan dengan rumus PAN diperoleh rantang kategori berikut:

Kategori *Academic self-confidence*

Kategori	Kelas
Tinggi	$X \geq 150,77$
Sedang	$119,05 \leq X < 150,77$
Rendah	$X < 119,05$

Persentase *Academic self-confidence* siswa kelas XI SMK Negeri 1 Indralaya Utara

Kategori	F	Persentase
Tinggi	14	20,3%
Sedang	39	56,5%
Rendah	16	23,2%
	69	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa *academic self-*

confidence siswa kelas XI SMK Negeri 1 Indralaya Utara secara umum berada pada kategori sedang dengan skor total rata-rata 134,4.

2. Variabel kejenuhan belajar

Diketahui skor *mean* = 92,17 dan standar deviasi = 14,84. Setelah dilakukan penghitungan dengan rumus PAN diperoleh rantang kategori berikut:

Kategori Kejenuhan belajar

Kategori	Kelas
Tinggi	$X \geq 107,01$
Sedang	$77,33 \leq X < 107,01$
Rendah	$X < 77,33$

Persentase Kejenuhan Belajar siswa kelas XI SMK Negeri 1 Indralaya Utara

Kategori	F	Persentase
Tinggi	12	17,4%
Sedang	47	68,1%
Rendah	10	14,5%
	69	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa kejenuhan belajar siswa kelas XI SMK Negeri 1 Indralaya Utara secara umum berada pada kategori sedang dengan skor total rata-rata 92,17.

Uji Normalitas Data

Uji normalitas data dilakukan untuk melihat apakah data

berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan secara manual dengan menggunakan rumus Chi kuadrat. Berdasarkan penghitungan yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa variabel *academic self-confidence* dan kejenuhan belajar berdistribusi normal.

Hasil pengujian normalitas

Variabel	t_{hitung}	<	t_{tabel}	Ket
Variabel X	8,20	<	88,25	Normal
Variabel Y	18,38	<	88,25	Normal

Uji Homogenitas Data

Uji homogenitas dilakukan untuk melihat sama tidaknya varian-varian dua buah atau lebih. Jika varian antar kelompok tidak sama maka analisis tidak boleh dilakukan karena hampir pasti sudah berbeda. Uji homogenitas data dilakukan secara manual dengan langkah-langkah berikut: Mencari standar deviasi variabel X dan Y, Mencari F_{hitung} dari varians X dan Y, Membandingkan F_{hitung} dengan F_{tabel} . Setelah dilakukan penghitungan diperoleh nilai $F_{hitung} = 1,05$ dan $F_{tabel} = 3,98$, karena $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka

dapat diinterpretasikan varian antar kelompok data adalah sama (homogen).

Analisis Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan rumus *product moment person*. Metode Korelasi Pearson bertujuan untuk mengetahui seberapa besar keterkaitan antara variabel X (*academic self-confidence*) dan variabel Y (kejenuhan belajar) dimana nilai keterkaitannya disebut sebagai nilai signifikansi seperti yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Interval taraf signifikansi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat kuat

Jika nilai dari komponen-komponen *academic self-confidence* dan kejenuhan belajar disubstitusikan ke persamaan korelasi Pearson maka akan diperoleh harga Korelasi Pearson sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n\sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{\{n(\sum x^2) - (\sum x)^2\} \{n(\sum y^2) - (\sum y)^2\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{69.840886 - (9277)(6350)}{\sqrt{\{69.1264621 - (9277)^2\} \{69.600092 - (6350)^2\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{58021134 - 58908950}{\sqrt{(87258849 - 86062729)(41406348 - 40322500)}}$$

$$r_{xy} = \frac{-887816}{\sqrt{(1196120)(1083848)}}$$

$$r_{xy} = \frac{-887816}{\sqrt{1296412269760}} = \frac{-887816}{1138601,01} = -0,77$$

Dari penghitungan di atas diperoleh koefisien korelasi -0,77 yang artinya terdapat hubungan negatif antara *academic self-confidence* dan kejenuhan belajar dengan tingkat hubungan kuat pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Indralaya Utara.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan diperoleh data sebagai berikut:

Setelah dilakukan analisis uji hipotesis dengan rumus Korelasi Pearson (moment product) diperoleh koefisien korelasi sebesar -0,77 dengan koefisien determinasi 59,29%. Koefesien korelasi -0,77 menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara *academic self-confidence* dengan kejenuhan belajar. Angka koefisien korelasi negatif (-) menunjukkan adanya hubungan dengan arah yang negatif yaitu semakin tinggi *academic self-*

confidence yang dimiliki siswa maka semakin rendah kejenuhan belajar yang dialami siswa, sebaliknya semakin rendah *academic self-confidence* yang dimiliki siswa maka semakin tinggi kejenuhan belajar yang dialami siswa. Koefesien determinasi menyatakan bahwa sebesar 59,29% sumbangan *academic self-confidence* ditentukan oleh kejenuhan belajar dan 40,71% ditentukan oleh faktor lain. Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan yaitu terdapat hubungan negatif antara *academic self-confidence* dengan kejenuhan belajar.

Besarnya sumbangan kejenuhan belajar terhadap *academic self-confidence* karena kejenuhan belajar membuat faktor yang mempengaruhi *academic self-confidence* melemah, seperti motivasi belajar rendah, harga diri rendah dan tidak terkecuali langsung berdampak pada *academic self-confidence* itu sendiri. Neils (2006) mengatakan bahwa akibat negatif kejenuhan belajar adalah kerusakan kinerja akademik, berupa kebiasaan buruk dalam belajar, motivasi belajar

rendah, kognisi yang tidak rasional, obsesif dan kompulsif, harga diri dan rasa percaya diri rendah. Selain itu hasil dari beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi *academic self-confidence* juga ikut mempengaruhi kejenuhan belajar. Diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Rahamsari (2016) yang menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara dukungan sosial dan kejenuhan belajar. Selanjutnya hasil penelitian Vitasari (2016) yang menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara kesepian dengan kejenuhan belajar, adanya hubungan negatif signifikan antara kontrol diri dengan kejenuhan belajar, dan adanya hubungan negatif signifikan antara kontrol diri dengan kesepian.

Academic self-confidence siswa kelas XI SMK Negeri 1 Indralaya Utara berada pada kategori sedang. *Academic self-confidence* siswa kelas XI SMK Negeri 1 Indralaya Utara memiliki nilai rata-rata 134,4 yang terletak pada interval $119,05 \leq X < 150,77$ dengan persentase 56,5%. Hal ini

menunjukkan bahwa secara umum siswa kelas XI memiliki *academic self-confidence* dalam kategori rata-rata artinya siswa memiliki *academic self-confidence* cukup baik. Setiap siswa memiliki tingkat *academic self-confidence* yang berbeda-beda. Perbedaan tingkat *academic self-confidence* antar siswa dipengaruhi oleh faktor pembentuk *academic self-confidence* itu sendiri.

Kejenuhan belajar siswa kelas XI SMK Negeri 1 Indralaya Utara berada pada kategori sedang. Kejenuhan belajar siswa kelas XI SMK Negeri 1 Indralaya Utara memiliki nilai rata-rata 92 yang terletak pada interval $77,33 \leq X < 107,01$ dengan persentase 68,1%. Kejenuhan pada kategori sedang ini menunjukkan bahwa secara umum siswa kelas XI SMK Negeri 1 Indralaya utara mengalami kejenuhan yang cukup serius. Dari observasi selama PPL yang dilakukan peneliti di SMK Negeri 1 Indralaya Utara kejenuhan yang dialami siswa ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah metode belajar yang kurang menarik, kurangnya penghargaan yang

diterima siswa dan kurangnya kedekatan antara guru dan murid.

Penelitian ini penting dilakukan, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi sekolah dan para guru untuk menindak lanjuti masalah terkait *academic self-confidence* dan kejenuhan belajar siswa. Setelah diketahui adanya hubungan kuat antara *academic self-confidence* dan kejenuhan belajar diharapkan sekolah dan guru dapat memberikan penanganan yang tepat untuk mengatasi kejenuhan belajar yang dialami siswa karena kejenuhan belajar mengakibatkan rendahnya *academic self-confidence* yang dimiliki siswa dan *academic self-confidence* mempengaruhi prestasi akademik siswa.

Penelitian hubungan *academic self-confidence* dengan kejenuhan belajar sejenis dengan penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2013) menunjukkan adanya hubungan positif dan kuat antara percaya diri dengan prestasi belajar dengan koefisien korelasi 0,602. Selanjutnya penelitian dari Rahmasari (2016) menunjukkan ada hubungan negatif antara dukungan

sosial dengan burnout belajar dengan koefisien korelasi -0,417. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah variabel penelitian yang dihubungkan berbeda yaitu dalam penelitian ini variabel yang diteliti adalah *academic self-confidence* dengan kejenuhan belajar. Variabel bebas dan variabel terikat dalam penelitian ini juga berbeda dengan penelitian sebelumnya. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah kejenuhan belajar dan variabel terikat adalah *academic self-confidenc*. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2013) yang menjadi variabel bebas adalah percaya diri, variabel terikat adalah prestasi belajar dan dalam penelitian Rahmasari (2016) yang menjadi variabel bebas adalah dukungan sosial, variabel terikat adalah kejenuhan belajar.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah populasi penelitian yang masih sempit yaitu hanya pada kelas XI saja. Instrumen kejenuhan belajar yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen yang dikembangkan sendiri oleh peneliti

bukan menggunakan instrumen yang dikembangkan langsung oleh Maslac & Leiter. Penelitian ini hanya berfokus pada hubungan *academic self-confidence* dengan kejenuhan belajar saja tidak melihat dari faktor-faktor lain.

Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya, peneliti selanjutnya perlu meneliti hubungan *academic self-confidence* maupun kejenuhan belajar dengan faktor lain yang diperkirakan mempunyai hubungan terhadap *academic self-confidence* maupun kejenuhan belajar serta memperluas populasi penelitian dari kelas XI menjadi kelas X, XI, XII sehingga diperoleh penelitian yang beragam dan lebih baik lagi.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif signifikan antara *academic self-confidence* dengan kejenuhan belajar pada siswa SMK Negeri 1 Indralaya Utara dengan koefisien korelasi -0,77 dan koefisien determinasi 59,29%. Koefisien -0,77 menunjukkan hubungan yang kuat antara *academic self-confidence* dengan kejenuhan belajar. Nilai koefisien negatif

menunjukkan adanya hubungan negatif antara *academic self-confidence* dengan kejenuhan belajar, artinya semakin tinggi *academic self-confidence* yang dimiliki siswa maka semakin rendah kejenuhan belajar yang dialami siswa, sebaliknya semakin rendah *academic self-confidence* yang dimiliki siswa maka semakin tinggi kejenuhan belajar yang dialami siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adywibowo. 2010. *Memperkuat Kepercayaan Diri Anak Melalui Percakapan Referensial*. Jurnal Pendidikan Penabur No.15.
- Agustin, Mundir. 2009. *Model Konseling Kognitif Perilaku untuk Menangani Kejenuhan Belajar Mahasiswa*, Disertasi Tidak diterbitkan. Bandung: PPs.UPI.
- Alias, Maizam dan Hafir, Mohd. 2009. *The Relationship between Academic Self confidence and Cognitive Performance among Engineering Students*. *Proceedings of the Research in Engineering Education Symposium*. <http://ress2009.pbworks.com>. Diakses pada tanggal 25 September 2016.
- Amayanti, Siti. 2010. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kemandirian Santri Pesantren Tahfizh Sekolah Daarul Qur'an Internasional*

- Bandung. Skripsi. Jakarta: Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah.
- Andartari dkk. 2013. *Pengaruh Kemampuan Intelektual (IQ) dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Akuntansi SMA Labschool Rawamangun*. Jurnal Pendidikan Ekonomi dan Bisnis Vol.1 No.1.
- Andriani, Lilis. 2013. *Hubungan Rasa Percaya Diri dengan Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Geografi Kelas X Di SMA Negeri 4 Gorontalo*. Skripsi. Gorontalo: F.MIPA Universitas Negeri Gorontalo.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik* Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Syaifudin. 2003. *Reabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Syaifudin. 2008. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fatimah, Enung. 2010. *Psikologi Perkembangan (perkembangan peserta didik)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Fiorentika, Kasa. Dkk. 2016. *Keefektifan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP*. Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Vol.1 No.3.
- Ghufroon, Nur. dan Rismawita, Rini. 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hakim, Thursan. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Hakim, Thursan. 2004. *Belajar Secara Efektif*. Jakarta : Puspa Swara.
- Hardiyanto, Erwin. 2009. *Kejenuhan Belajar dan Cara Mengatasinya*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah. UIN Sunan Kalijaga
- Hurlock, E.B. 1999. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Masa*. Jakarta: Erlangga
- Iswidharmanjaya, A dan Agung, G. (2005). *Satu hari menjadi lebih percaya diri*. Jakarta : PT. Elex Media Komputindo.
- Khusumawati, Zuni. E dan Christiana, Elisabeth. 2014. *Penerapan Kombinasi Antara Teknik Relaksasi dan Self-Instruction Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA 2 SMA Negeri 22 Surabaya*. Jurnal BK UNESA Vol.5 No.1
- Komara, Indra. B. 2016. *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa*. E-Journal Universitas Ahmad Dahlan Vol 5 No 1, 2016.
- Lindenfield, Gael. 1997. *Pedoman Bagi Orang Tua, Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Jakarta: arcan

- Lubis, Syahmardan. 2013. *Perbedaan Kepercayaan Diri Mahasiswa Yang Menggunakan Handphone Blackberry Dengan Mahasiswa Yang Tidak Menggunakan Handphone Blackberry*. Skripsi. Pekanbaru: Fakultas Psikologi. UIN Sultan Syarif Kasim
- Mufarohah. 2013. *Hubungan Antara Percaya Diri Dengan Perilaku Mencontek Pada Siswa Kelas XI di Madrasah Aliyah Salafiyah Bangil Pasuruan*. Skripsi. Malang: Fakultas Psikologi. UIN Maulana Malik Ibrahim
- Muna, Naela. R. *Efektifitas Teknik Self Regulation Learning dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa di SMA Insan Cendekia Sekarkemuning Cirebon*. E-Journal Holistik Vol 14 Number 02, 2013.
- Peter, Lauster. 2006. *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Rahmasari, Fani. 2016. *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Burnout Belajar Pada Siswa Kelas Xi Di SMA Negeri 4 Yogyakarta*. E-Journal. Yogyakarta: Fkip UNY.
- Santrock, John W. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta : Erlangga.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta : PT. Rineke Cipta.
- Sugiono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Syah, Muhibbin. 2002. *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Syah, Muhibbin. 2003. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Ubaedy, AN. 2011. *Total Confidence: 9 langkah Mendongkrak Pede*. Jakarta: Bee Media Pustaka.
- Vitasari, Ita. 2016. *Kejenuhan Belajar Ditinjau Dari Kesenangan Dan Kontrol Diri Siswa Kelas XI SMAN 9 Yogyakarta*. E-Journal Bimbingan dan Konseling. Yogyakarta: UNY
- Wijawa, Ade. 2014. *Hubungan Antara Tingkat Kecerdasan Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Sma Negeri 7 Kota Bengkulu*. Skripsi. Bengkulu: Fkip Universitas Bengkulu.
- Zuchdi, Darmiyati dkk. 2010. *Model Konseling Kelompok Untuk Mengatasi Masalah Kejenuhan (Burnout) Belajar Bagi Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta 2010*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian UNY