

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Batasan Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah	8
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian	9
 BAB II KAJIAN TEORI	
2.1 Kerangka Teori	11
2.1.1 <i>Burnout</i> Belajar	11
2.1.1.1 <i>Burnout</i>	11
A. Pengertian <i>Burnout</i>	11
B. Jenis-Jenis <i>Burnout</i>	12
C. Karakteristik <i>Burnout</i>	13
D. Faktor yang Mempengaruhi <i>Burnout</i>	15
E. Dampak <i>Burnout</i>	18
2.1.1.2 Belajar.....	19
A. Pengertian Belajar	19
B. Hukum-Hukum Belajar	21
C. Faktor yang Mempengaruhi Belajar	22
2.1.1.3 <i>Burnout</i> Belajar pada Siswa SMP	25
A. Pengertian <i>Burnout</i> Belajar	25
B. Faktor Penyebab <i>Burnout</i> Belajar	26
C. Aspek-Aspek <i>Burnout</i> Belajar	28
D. Cara Mengatasi <i>Burnout</i> Belajar	30

2.1.2	Konseling Kelompok.....	31
	A. Pengertian Konseling Kelompok.....	31
	B. Tujuan Konseling Kelompok.....	32
	C. Asas-Asas Konseling Kelompok	33
	D. Tahap-Tahap Konseling Kelompok.....	35
2.1.3	Teknik Relaksasi	39
	A. Pengertian Teknik Relaksasi	39
	B. Manfaat Teknik Relaksasi	40
	C. Jenis-Jenis Teknik Relaksasi	41
	D. Langkah-Langkah Teknik Relaksasi untuk Mengatasi <i>Burnout</i> Belajar pada Siswa SMP	44
	F. Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Relaksasi Terhadap <i>Burnout</i> Belajar pada Siswa SMP.....	47
2.2	Kerangka Berpikir.....	48
2.3	Hipotesis Penelitian.....	50

BAB III METODE PENELITIAN

3.1	Jenis Penelitian	51
3.2	Desain Penelitian	51
3.3	Kontrol Varian	53
	3.3.1 Validitas Internal	54
	3.3.2 Validitas Eksternal.....	56
3.4	Subjek Penelitian	56
3.5	Operasionalisasi Variabel Penelitian	57
	3.5.1 Variabel Penelitian	57
	3.5.2 Definisi Operasional Penelitian.....	58
3.6	Teknik Pengumpulan Data	59
	3.6.1 Uji Validitas	61
	3.6.1 Uji Reliabilitas.....	62
3.7	Teknik Analisis Data.....	62
	3.7.1 Uji Wilcoxon	63

3.8 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	64
3.8.1 Lokasi Penelitian	64
3.8.2 Waktu Penelitian	64
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	66
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	66
4.2 Persiapan Penelitian	67
4.2.1 Persiapan Administrasi	67
4.2.2 Persiapan Alat Ukur.....	67
4.2.3 Hasil Uji Coba Instrumen	68
4.3 Pelaksanaan Penelitian	70
4.4 Deskripsi Data Hasil Penelitian	72
4.4.1 Kriteria Hasil Data <i>Burnout</i> Belajar	72
4.4.2 Hasil Data <i>Pre-Test Burnout</i> Belajar.....	72
4.4.3 Hasil Data <i>Post-Test Burnout</i> Belajar.....	73
4.4.4 Data Hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test Burnout</i> Belajar	75
4.5 Pengujian Hipotesis.....	84
4.6 Pembahasan Hasil Penelitian.....	85
4.7 Keterbatasan Penelitian	90
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	91
5.1 Kesimpulan.....	91
5.2 Saran.....	92
DAFTAR PUSTAKA.....	94

