



AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies

Journal website: <https://al-afkar.com>

P-ISSN : 2614-4883; E-ISSN : 2614-4905
<https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v7i3.1066>

Vol. 7 No. 3 (2024)
pp. 338-346

Research Article

Peran Dan Fungsi Wali Kelas Dalam Mengatasi Burnout Study

Millatul Maftuhah¹, Mohammad Firdaus²

1. Institut Dirosat Islamiyah Al-Amien Prenduan; milamaftuhah7@gmail.com 
2. Institut Dirosat Islamiyah Al-Amien Prenduan; firdausmohammad404@gmail.com



Copyright © 2024 by Authors, Published by AL-AFKAR: Journal For Islamic Studies. This is an open access article under the CC BY License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>).

Received : January 01, 2024

Revised : May 12, 2024

Accepted : June 07, 2024

Available online : July 02, 2024

How to Cite: Millatul Maftuhah and Mohammad Firdaus (2024) "The Role and Function of Homeroom Teachers in Overcoming Burnout Study", *al-Afkar, Journal For Islamic Studies*, 7(3), pp. 338-346. doi: 10.31943/afkarjournal.v7i3.1066.

The Role and Function of Homeroom Teachers in Overcoming Burnout Study

Abstract. Study burnout is a learning disorder caused by both physical and psychological fatigue or an overload of assignments given at school. The problems raised in this research are described in three focuses, namely: How does burnout occur during the study of female students in the 3rd grade of Intensive TMI Putri Al-Amien Prenduan, What is the role of the homeroom teacher in overcoming burnout in the study of female students in the 3rd grade of Intensive TMI Putri Al-Amien Prenduan, What are the guardian's obstacles class in overcoming burnout study of female students in class 3 Intensive TMI Putri Al-Amien Prenduan. This research uses a qualitative case study approach. Data sources were obtained from homeroom teachers, teachers, academics and female students. The data

collection methods used were observation, interviews and documentation. Data analysis is carried out by reducing data, presenting data, and drawing conclusions. Meanwhile, the technique used to check the validity of the data is technical triangulation. The results of this research are the burnout study that occurs in Intensive Class 3 female students caused by two factors, namely internal and external factors of the child. In this case, the homeroom teacher plays a very active role in overcoming this. The methods used by the homeroom teacher include providing motivation and positive advice, warning, giving rewards, providing adequate rest time for their children and controlling the behavior of female students. The obstacles in overcoming them are internal and external factors.

Keywords: *Burnot study*, role and function of homeroom teacher

Abstrak. *Burnout study* merupakan suatu gangguan belajar yang diakibatkan oleh kelelahan baik fisik dan psikis atau kelebihan beban tugas yang diberikan di sekolah. Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini dijabarkan dalam tiga fokus yaitu: Bagaimana terjadinya *burnout study* santriwati kelas 3 Intensif TMI Putri Al-Amien Prenduan, Bagaimana peran wali kelas dalam mengatasi *burnout study* santriwati kelas 3 Intensif TMI Putri Al-Amien Prenduan, Apa saja kendala wali kelas dalam mengatasi *burnout study* santriwati kelas 3 Intensif TMI Putri Al-Amien Prenduan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif study kasus. Sumber data diperoleh dari wali kelas, pengajar, akademik dan santriwati. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan mereduksi data, menyajikan data, dan menarik kesimpulan. Sedangkan teknik yang digunakan untuk mengecek keabsahan data adalah triangulasi teknik. Hasil penelitian ini adalah *burnout study* yang terjadi pada santriwati kelas 3 Intensif disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal anak. Dalam hal ini wali kelas sangatlah berperan aktif untuk mengatasinya, adapun cara yang dilakukan oleh para wali kelas diantaranya adalah dengan cara memberikan motivasi dan nasehat positif, memperingati, memberikan reward, memberikan waktu istirahat yang cukup bagi anak-anaknya dan mengontrol perilaku santriwati. Adapun kendala dalam mengatasinya adalah faktor internal dan eksternal.

Kata Kunci: *Burnot study*, peran dan fungsi wali kelas

PENDAHULUAN

Melihat perkembangan zaman dan dunia pendidikan yang semakin kompleks dibutuhkan beberapa langkah yang mengarah kepada pendidikan yang harus mampu menjawab tuntutan zaman, maka dari itu sekolah dituntut untuk sigap menghadapi situasi yang ada, tidak boleh minder ataupun kehilangan kepercayaan dan keyakinan diri, serta harus selalu aktif dalam melakukan perubahan. Sekolah sebagai tempat terlaksananya pendidikan yang harus bisa menciptakan suasana yang menyenangkan terutama di dalam kelas karena suasana di dalam kelas merupakan modal utama terciptanya kegiatan belajar mengajar yang nyaman.¹

Peranan seorang guru tidak lain yaitu sebagai pendidik, pengarah, pemimpin, pelatih dan pembimbing yang harus menciptakan suasana belajar yang nyaman dan menarik yang bisa mencairkan suasana yang beku dan jenuh. Karena suasana yang tidak nyaman ketika belajar akan berakibat buruk terhadap proses pembelajaran yang dilakukan anak. Anak akan merasa bosan, stress, jenuh, gelisah dan lainnya akan tetapi sebaliknya jika suasana pembelajaran menyenangkan maka anak akan semangat

¹ Yeni Asmara dan Dina Sri Nindianti, "Urgensi Manajemen Kelas Untuk Mencapai Tujuan Pembelajaran," Sindang: Jurnal Pendidikan Sejarah Dan Kajian Sejarah." Sindang: Jurnal Pendidikan Sejarah Dan Kajian Sejarah," vol.1, No 1 (2019), 12-24.

dalam belajar. Suasana belajar yang menyenangkan dapat ditandai dengan adanya interaksi atau timbal balik antara guru dan anak.² Keberhasilan pembelajaran yang terjadi di dalam kelas tidak lepas dari peran guru terutama wali kelas yang sangat penting dan besar, guru dan wali kelas sangat berperan dalam membantu perkembangan peserta didik untuk mewujudkan tujuan hidupnya secara optimal.³

Dalam sebuah lembaga sekolah pastilah memiliki permasalahan-permasalahan dalam pembelajaran, adapun terjadinya masalah tersebut bisa disebabkan karena beberapa faktor, baik faktor individu anak atau karena kelelahan jasmani anak yang dirasakan oleh beberapa anggota tubuh. Permasalahan-permasalahan tersebut juga akan muncul jika anak mengalami stres dalam waktu yang lama dan dengan intensitas yang cukup tinggi, hal ini biasanya dinamakan dengan *burnout*. Permasalahan *burnout* ini biasanya disebabkan karena adanya kelelahan fisik, mental ataupun emosional anak. *Burnout* yang dialami anak akan sangat mempengaruhi aktifitas belajar yang sedang mereka laksanakan. *Burnout* adalah keadaan lelah baik fisik dan psikis yang dialami oleh seseorang dalam jangka waktu yang lama yang ditandai dengan kelelahan fisik, mental, emosi.⁴

Dalam pembelajaran yang ada di Pondok Pesantren TMI Putri Al-Amien Prenduan ada beberapa kendala yang peneliti temukan khususnya di kelas 3 Intensif, yaitu para peserta didiknya berada dalam keadaan lelah psikis dan juga fisik. Permasalahan *burnout study* ini dirasakan oleh santriwati kelas 3 intensif. Yang mana santriwati kelas 3 intensif ini pembelajarannya berbeda dengan kelas-kelas lainnya. Karena pembelajaran yang mereka lakukan sesuai dengan namanya intensif yaitu secara sungguh-sungguh dan terus-menerus dalam mengerjakan sesuatu hingga memperoleh hasil yang optimal dalam kurun waktu yang singkat.

Menurut observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, santriwati kelas 3 Intensif pada awal masuk tahun pembelajaran baru, berjumlah 107 santriwati namun seiring berjalannya pendidikan jumlah santriwati kelas 3 Intensif berkurang 16 santriwati dan hanya tersisa 91 santriwati. Jumlah ini merupakan jumlah kelas yang paling sedikit diantara kelas-kelas lainnya dan juga paling banyaknya santriwati yang berhenti karena beberapa alasan yang diantaranya karena kurangnya kemampuan mereka dalam memahami pelajaran dan karena faktor lingkungan. Diantara mereka banyak sekali yang mengalami stress kelelahan belajar, mudah sakit, emosional, kebosanan dan kejenuhan pada saat belajar, sehingga sangat berpengaruh terhadap proses belajar mereka. Menurut beberapa pengajar kelas 3 Intensif, banyak dari mereka yang kurang semangat dalam melakukan kegiatan belajar mengajar. Beberapa dari mereka ada yang tidur, tidak mendengarkan apa yang disampaikan guru dan juga bergurau bahkan melamun sehingga pembelajaran yang dilakukan terasa sia-sia. Sedangkan menurut salah satu wali kelas 3 Intensif pula banyak diantara mereka yang sering mengeluh, sakit dan meminta izin untuk pulang tanpa alasan yang jelas. Hal ini terjadi karena emosional anak yang muncul akibat pengaruh lingkungan sekitarnya, seperti

² Halim Purnomo, *Psikologi Pendidikan* (Yogyakarta: LP3M, 2019), 14.

³ Arikunto Suharsimi, *Pengelolaan Kelas Dan Siswa: Sebuah Pendekatan Evaluatif* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1996), 67.

⁴ Dian Octaviani, *Profil Burnout Study Mahasiswa Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa* (Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, t.t.).

terpengaruhi oleh teman, masalah keluarga, kegiatan yang padat dan peraturan yang ketat.

Persoalan ini juga dialami di sekolah lainnya. Seperti dalam penelitian Nunung Agustina Ambarwati di Pondok Pesantren An-Nurr, Al-Hikmah dan Al-Hadid di kecamatan Karangmojo yang mengatakan bahwa terjadi stress dan kejenuhan belajar terhadap santri-santriwati disana yang disebabkan karena padatnya kegiatan, peraturan yang terlalu ketat, sarana yang kurang memadai dan juga permasalahan dengan teman sehingga hal tersebut berpengaruh terhadap semangat belajar santri-santriwati dipondok tersebut. Upaya yang guru-guru lakukan disana untuk mengatasi hal tersebut yaitu dengan menyusun kembali kurikulum yang ada dengan lebih baik lagi.⁵

Dalam hal ini wali kelas harus berperan aktif dan melakukan fungsinya sebagai wali kelas dengan sebaik mungkin agar permasalahan ini dapat diatasi dengan baik. Karena wali kelas merupakan seorang yang harus mengetahui segala sesuatu yang berkaitan dengan anak didiknya serta memberikan pendidikan, arahan juga bimbingan terhadap anaknya. Wali kelas juga harus memotivasi anaknya karena motivasi belajar dapat berimbas pada turunnya nilai akademis dan juga perilaku anak. Wali kelas memiliki kedudukan yang sangat penting dalam membantu kepala sekolah dan guru-guru lainnya dalam melaksanakan pendidikan dan pengajaran, karena wali kelas sering bertemu dan bertatap muka dengan anak didiknya juga wali kelaslah yang paling dekat dengan anak. Kehadiran seorang wali kelas yang mampu menjalankan perannya dengan baik dan cerdas menjadi sebuah kebutuhan dalam menyikapi kebutuhan anak didik dalam pendidikan. Bimbingan, arahan serta dorongan dari wali kelas dapat menjadi motivasi dan semangat juang bagi anak-anaknya. Wali kelas menjadi sosok penentu keberhasilan anak.⁶

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan bentuk pendekatan yang bersifat kualitatif dan ditinjau dari tempatnya merupakan bentuk penelitian lapangan (field reseach). Pendekatan kualitatif merupakan sebuah penelitian yang yang memanfaatkan wawancara terbuka guna menela'ah serta memahami sikap, pandangan, perasaan, dan perilaku individu atau sekompok orang.⁷ Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan mereduksi data, menyajikan data, dan menarik kesimpulan. Sedangkan teknik yang digunakan untuk mengecek keabsahan data adalah triangulasi.⁸

⁵ Nunung Agustina Ambarwati, "Kejenuhan Belajar Dan Cara Mengatasinya (Studi Komparasi Pembelajaran Agama Islam pada Pondok Pesantren An-Nuur, Al-Hikmah dan Al-Hadid, Di Kecamatan Karangmojo Kabupaten Gunungkidul, DIY)" (MSI UMY, 2017), 8.

⁶ Andi Adil dkk., "Strategi Komunikasi Wali Kelas Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Santri Kelas Lima Di Pmdg Sesuai Nilai-Nilai Islam," *Universitas Darussalam Gontor* (2019), 2.

⁷ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2016), 5.

⁸ Sugiyono, "Pengantar Metodologi Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kualitatif," vol.53 (2009), 370-371.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Terjadinya *Burnout Study* pada Santriwati Kelas 3 Intensif TMI Putri Al-Amien Prenduan

Terdapat banyak sekali factor yang menyebabkan terjadinya *burnout study* pada santriwati kelas 3 Intensif. Beberapa hal tersebut dikarenakan kurangnya semangat anak dalam belajar dan cenderung malas belajar sehingga anak dengan mudah mengalami *burnout study*. Mereka dengan mudahnya tidur di kelas, tidak fokus saat belajar dan lemas.

Menurut Herbert Freudenberger dalam penelitian Risna Hayati mengatakan bahwa orang yang mengalami burnout biasanya mengalami kelelahan, mudah tersinggung dan marah tanpa alasan yang jelas, mudah curiga dan mengalami kebosanan.⁹

Adapun ciri-ciri dari seseorang yang mengalami burnout ini adalah:¹⁰

- 1) Terdapat perasaan gagal dalam diri
- 2) Mudah marah dan sering kesal
- 3) Rasa bersalah dan menyalahkan orang lain
- 4) Mudah lelah dan capek
- 5) Tidur ketika jam pelajaran
- 6) Tidak fokus dan sering melamun.

Burnout study ini terjadi karena beberapa hal. Sebagaimana pendapat dari Maslach dalam penelitian Dwi Kencana Wulan dan Nurmala Sari yang kemudian di kelompokkan menjadi beberapa hal:¹¹

- 1) Kelelahan Emosional (emotional exhaustion)

Santriwati kelas 3 Intensif rata-rata usia mereka masih berada di fase yang dikatakan masih belum beranjak dewasa yang artinya mereka masih belum bisa mengontrol emosional mereka dengan baik, sehingga segala hal yang terjadi padanya yang menurutnya kurang baik akan berakibat buruk bagi mental dan fisik mereka. Dan juga mereka mudah marah dan kesal dengan keadaan yang terjadi pada diri mereka.

- 2) Depersonalisasi (depersonalisation)

Akibat dari ketidak mampuan anak dalam mengontrol emosional mereka, anak menjadi mengalami depersonalisasi. Anak menjadi mudah tersinggung, kesal, marah dan sinis juga cenderung tertutup atau mengurung diri.

- 3) Menurunnya Pencapaian Diri (reduced personal accomplishment)

Setelah 2 hal tadi terjadi maka akan berdampak buruk bagi penilaian diri anak itu sendiri. Baik akademik ataupun non akademik anak akan menurun. Anak

⁹ Risna Hayati, "Terapi Tawa Untuk Meurunkan Kecenderungan Burnout Pada Guru Pendamping Anak Berkebutuhan Khusus," *IAIN Pontianak*, vol.12, No 1, Humanitas (2022), 62.

¹⁰ Hengki Yandri dan Dosi Juliawati, "Burnout pada Guru BK/Konselor Sekolah." Institut Agama Islam Negeri Kerinci, " *Institut Agama Islam Negeri Kerinci*, vol.6 No 2, Konselor (12 April 2017), 61.

¹¹ Dwi Kencana Wulan dan Nurmala Sari, "Regulasi Emosi Dan Burnout Pada Guru Honorer Sekolah Dasar Swasta Menengah Ke Bawah," 2 Oktober 2015, vol.4 No 2, Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi Universitas Negeri Jakarta (2015), 75.

juga menjadi kurang yakin terhadap potensi-potensi yang dimilikinya dan juga mudah menilai dirinya negative.

Adapun faktor dari penyebab terjadinya *burnout study* ini adalah:¹²

1) Faktor Internal atau Individu anak itu sendiri

Kurangnya semangat belajar anak, cenderung malas untuk belajar, rendahnya minat untuk memahami materi yang di ajarkan, Faktor perfeksionis, dalam hal ini seseorang biasanya selalu berusaha melakukan pekerjaannya dengan sebaik dan sesempurna mungkin sehingga sangat mudah merasa frustrasi jika pekerjaan tersebut tidak sesuai dengan keinginannya. Sebagaimana yang dialami oleh santriwati kelas 3 Intensif ini pada acara perlombaan. Ketika mereka gagal dalam perlombaan tersebut mereka merasa kesal, menangis dan frustrasi karena keinginan mereka untuk menjadi juara tidak tercapai.

2) Faktor Eksternal

- a. Lingkungan belajar dan pergaulan yang salah. Jika anak berteman dengan seseorang yang sesama mengalami *burnout study* maka permasalahan ini tidak akan mengubah diri mereka menjadi lebih baik bahkan akan menjadi perubahan yang lebih buruk.
- b. Materi pembelajaran yang cukup banyak dan disampaikan ke anak dalam kurun waktu yang sedikit
- c. Kegiatan atau aktivitas yang padat dan melelahkan
- d. Ketidak sukaan anak terhadap materi yang ada bahkan terhadap guru yang mengajar
- e. Faktor keluarga

3) Keterlibatan Emosional.

Sebagaimana yang dikemukakan oleh salah satu wali kelas 3 intensif yang mana beliau juga salah satu pengajar di kelas 3 intensif: "*Sering ditemukan di kelas 3 Intensif terutama di kelas saya itu sering mengantuk ketika belajar, tidak fokus jadi meskipun anak bangun tetapi pikiran tidak tau kemana. Dan anak itu mudah bosan ketika menerima pelajaran karena terlalu banyak dan pelajarannya ngebut sehingga anak sulit menerima pelajaran dan memilih untuk tidur*"

Dari pernyataan tersebut membuktikan bahwa *burnout study* ini benar-benar terjadi pada santriwati kelas 3 Intensif karena beberapa faktor. Kemudian timbullah pertanyaan yang dilakukan dalam penelitian ini yakni "Bagaimana strategi wali kelas untuk mengatasi *burnout study* pada santriwati kelas 3 Intensif?" banyak hal yang bisa dilakukan oleh wali kelas dengan melakukan beberapa upaya, yaitu wali kelas sebagai penasehat, pendorong dan motivator yang dilakukan secara terus menerus tanpa henti.

¹² Andi Zulkifli, "Kajian Burnout Pada Karyawan Perusahaan Pertambangan Di Indonesia" (Fakultas Ekonomi dan Bisnis Makassar, t.t.), 125.

Peran Wali Kelas dalam Mengatasi *Burnout Study* pada Santriwati Kelas 3 Intensif TMI Putri Al-Amien Preduan

Peran wali kelas dalam mengatasi *burnout study* ini sangatlah dibutuhkan. Dalam hal ini para wali kelas memberikan motivasi dan nasehat secara continue yang dengan hal itu anak perlahan akan mengalami perubahan pada yang lebih baik lagi. Dalam hal ini para wali kelas sudah berusaha untuk memposisikan diri mereka sebaik mungkin untuk mengatasi permasalahan *burnout study* ini.

Peranan seorang wali kelas dalam menangani *burnout study* sebenarnya sangatlah dominan, mengingat santriwati lebih terbuka kepada wali kelas dan juga wali kelaslah yang paling dekat dengan santriwati sebagai sosok pengganti orang tua di rumah. Seorang wali kelas sebaiknya memiliki kemampuan untuk memberikan konseling kepada para siswa yang membutuhkan bantuan, termasuk mengatasi santriwati yang mengalami *burnout study*. Sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh Gibson dan Mitchell menyatakan bahwa wali kelas adalah relasi utama guru bimbingan dan konseling dalam menjalankan perannya dalam penyelenggaraan bimbingan dan konseling di sekolah.¹³

Maka dari itu wali kelas kelas 3 Intensif TMI Putri Al-Amien Preduan melakukan beberapa upaya-upaya dalam mengatasi *burnout study* yang terjadi pada santriwati binaannya, yang sesuai dengan kalsifikasi berikut ini:

a. Upaya secara verbal

- 1) Wali kelas selalu memberikan nasehat-nasehat positif seperti memberikan wejangan atau ceramah dan motivasi-motivasi secara lisan dan secara umum kepada santriwati binaannya dimana saja, baik secara umum di depan santriwati binaannya maupun secara khusus kepada santriwati yang mengalami *burnout study* sesuai dengan posisi yang dihadapinya. Wali kelas bisa melakukan pemanggilan personal (konseling) khusus untuk santriwati yang mengalami *burnout study*, jika diperlukan oleh wali kelas.
- 2) Wali kelas mentanbih atau memperingati santriwati yang masih mengalami *burnout study*. Sejauh ini, wali kelas memanggil secara khusus santriwati yang mengalami *burnout study* yang sangat parah dan mengarahkannya secara langsung apa yang harus diperbaiki.

b. Upaya secara tindakan

- 1) Melakukan pemanggilan personal (konseling) secara khusus terhadap korban *burnout study*. Tentunya, subjek perilaku *burnout study* ini memiliki masalah tertentu yang memicu mereka mengalami *burnout study* tersebut. Hal ini merupakan tugas wali kelas untuk mengetahui kondisi santriwati binaannya..
- 2) Wali kelas memberikan reward kepada santriwati untuk memicu semangat anak dalam belajar. Sebagaimana yang di kemukakan oleh salah satu wali kelas 3 intensif: "*Upaya saya sebagai wali kelas adalah mengingatkan dan memberi motivasi setiap pagi ketika tabkier agar apa yang saya ucapkan mudah dicerna kalau pagi-pagi, terus agar mereka terus semangat belajar. Upaya lainnya juga*

¹³ Suri Arfinah, "Peranan Wali Kelas Dalam Pembentukan Kepribadian Siswa di SMA Negeri 15 Bulukumba" (Universitas Muhammadiyah Makassar, 2018), 32.

saya tidak membiarkan mereka begadang untuk menyetor hafalan malam-malam jadi nyetornya di waktu yang telah ditentukan pondok yaitu ketika muwajjah. Agar mereka bisa istirahat dengan cukup dan tidak mengantuk ketika jam pelajaran, karena yang sering saya temukan di kelas anak saya itu suka tidur ketika ada gurunya”

Kendala Wali Kelas dalam Mengatasi *Burnout Study* santriwati Kelas 3 Intensif

Untuk keluar dari permasalahan *burnout study* ini para wali kelas mengalami beberapa kendala yang tentunya membutuhkan cara-cara yang lebih serius lagi dalam mengatasinya. Adapun kendala-kendala yang mereka alami karena banyak hal. Seperti karena faktor lingkungan. Jika lingkungan mereka kurang baik, artinya mereka berteman dengan anak yang sama-sama mengalami *burnout study* maka permasalahan ini tidak akan terselesaikan dengan baik.

Sebagaimana faktor penyebab terjadinya *burnout study*, kendala-kendala dalam mengatasi *burnout study* ini ada dua hal yaitu kendala yang berasal dari internal anak dan eksternal anak.¹⁴

a. Kendala internal

Rasa malas yang tidak terkendali, kurangnya motivasi dan niat anak untuk belajar.

b. Kendala eksternal

Pergaulan teman yang salah, cuaca yang kurang kondusif.

Sebagai contoh kendala yang dialami oleh salah satu wali kelas: *“Sebenarnya juga tergantung lingkungan merekanya sih, kalo mereka berteman dengan anak yang rajin ya pasti nanti keikut rajin juga kan tapi sebaliknya kalo temennya sama yang kurang rajin pasti mereka nanti bakal keikut gak rajin juga. Kan susah ke saya nya juga apalagi kalo temennya bukan di kelas saya, mungkin kalo di kelas saya, saya gampang lah ngatasi tapi kalo di kelas lain temennya kan saya masih harus berkonsultasi sama wali kelasnya itu dan juga saya kan gak tau langsung gimana perkembangan anak itu.”*

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan dapat diambil kesimpulan bahwa terjadinya *burnout study* karena dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Adapun bentuk *burnout study* yang terjadi pada santriwati kelas 3 Intensif ini berupa terdapat perasaan gagal dalam diri, mudah marah dan sering kesal, rasa bersalah dan menyalahkan orang lain, mudah lelah dan capek, tidur ketika jam pelajaran, tidak fokus dan sering melamun.

Peran wali kelas dalam hal ini sangatlah penting untuk mengatasi permasalahan yang terjadi. Adapun cara yang wali kelas lakukan untuk mengatasi *burnout study* ini adalah dengan cara memberikan motivasi, nasehat positif, memperingati, memberikan reward dan punishment, memantau perkembangan anak dan memberikan waktu istirahat yang cukup bagi anak-anaknya.

¹⁴ Zulkifli, “Kajian Burnout Pada Karyawan Perusahaan Pertambangan Di Indonesia,” 126.

Adapun kendala wali kelas dalam mengatasi *burnout study* ini adalah karena faktor internal dan eksternal. Faktor internal yakni rasa malas yang memang ada dalam diri anak serta kurangnya semangat belajar anak. Faktor eksternal yakni karena lingkungan anak atau karena teman yang malas, jadi anak terbawa oleh lingkungan pertemanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adil, Andi, Rila Setyaningsih, dan Pratama Nusantara. "Strategi Komunikasi Wali Kelas Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Santri Kelas Lima Di Pmdg Sesuai Nilai-Nilai Islam." *Universitas Darussalam Gontor* (2019).
- Agustina Ambarwati, Nunung. "Kejenuhan Belajar Dan Cara Mengatasinya (Studi Komparasi Pembelajaran Agama Islam pada Pondok Pesantren An-Nuur, Al-Hikmah dan Al-Hadid, Di Kecamatan Karangmojo Kabupaten Gunungkidul, DIY." *MSI UMY*, 2017.
- Arfinah, Suri. "Peranan Wali Kelas Dalam Pembentukan Kepribadian Siswa di SMA Negeri 15 Bulukumba." *Universitas Muhammadiyah Makassar*, 2018.
- Asmara, Yeni, dan Dina Sri Nindianti. "Urgensi Manajemen Kelas Untuk Mencapai Tujuan Pembelajaran," *Sindang: Jurnal Pendidikan Sejarah Dan Kajian Sejarah.* "Sindang: Jurnal Pendidikan Sejarah Dan Kajian Sejarah." vol.1, No 1 (2019).
- Hayati, Risna. "Terapi Tawa Untuk Meurunkan Kecenderungan Burnout Pada Guru Pendamping Anak Berkebutuhan Khusus." *IAIN Pontianak*, vol.12, No 1. *Humanitas* (2022).
- J. Moleong, Lexy. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2016.
- Kencana Wulan, Dwi, dan Nurmala Sari. "Regulasi Emosi Dan Burnout Pada Guru Honorer Sekolah Dasar Swasta Menengah Ke Bawah." *2 Oktober 2015*, vol.4 No 2. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi Universitas Negeri Jakarta* (2015).
- Octaviani, Dian. *Profil Burnout Study Mahasiswa Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa*. Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, t.t.
- Purnomo, Halim. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: LP3M, 2019.
- Sugiyono. "Pengantar Metodologi Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kualitatif." vol.53 (2009).
- Suharsimi, Arikunto. *Pengelolaan Kelas Dan Siswa: Sebuah Pendekatan Evaluatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1996.
- Yandri, Hengki, dan Dosi Juliawati. "Burnout pada Guru BK/Konselor Sekolah." *Institut Agama Islam Negeri Kerinci.* "Institut Agama Islam Negeri Kerinci," vol.6 No 2. *Konselor* (12 April 2017).
- Zulkifli, Andi. "Kajian Burnout Pada Karyawan Perusahaan Pertambangan Di Indonesia." *Fakultas Ekonomi dan Bisnis Makassar*, t.t.