

ABSTRAK

Muhammad Fajar Abdul Aziz (2220140011): Pengembangan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) Konseling Kelompok Berbasis Art Therapy Islami Untuk Mengatasi Burnout Akademik Siswa Di Madrasah Aliyah Negeri 2 Kabupaten Bandung.

Burnout akademik merupakan kondisi kelelahan belajar yang ditandai dengan kejenuhan, tekanan akademik, serta menurunnya keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Kondisi ini menjadi salah satu permasalahan yang dialami siswa di MAN 2 Bandung akibat tuntutan akademik yang cukup tinggi. Jika tidak ditangani, burnout akademik dapat berdampak pada penurunan motivasi belajar, keterlibatan akademik, serta kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan belajar. Oleh karena itu, diperlukan layanan bimbingan dan konseling yang inovatif dan relevan untuk membantu siswa mengatasi burnout akademik secara lebih adaptif dan bermakna.

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengidentifikasi kondisi burnout akademik siswa di MAN 2 Bandung, (2) mengembangkan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) konseling kelompok berbasis art therapy Islami, serta (3) menguji kelayakan, praktikalitas, dan potensi efektivitas RPL dalam membantu mengatasi burnout akademik siswa.

Penelitian ini didasarkan pada teori burnout akademik dari Maslach yang menjelaskan bahwa burnout terdiri atas academic exhaustion dan disengagement akibat tekanan akademik yang berkepanjangan. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan konsep spiritual dari Ibnu Al-Jauzi mengenai nilai sabar dan syukur sebagai landasan dalam membantu siswa memaknai tekanan akademik secara lebih positif. Integrasi kedua pendekatan tersebut diwujudkan melalui art therapy Islami yang memadukan ekspresi pengalaman belajar melalui seni dengan penguatan nilai-nilai Islami.

Metode penelitian yang digunakan adalah Research and Development (R&D) model Borg & Gall hingga tahap kelima (main product revision), yaitu studi pendahuluan, perencanaan, pengembangan produk awal, uji coba lapangan awal, dan revisi produk utama. Penelitian ini menggunakan pendekatan mixed methods. Subjek penelitian terdiri dari siswa kelas XI MAN 2 Bandung. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui angket, observasi, wawancara, serta instrumen pre-test dan post-test untuk mengukur burnout akademik siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa mengalami burnout akademik pada kategori sedang hingga tinggi. RPL konseling kelompok berbasis art therapy Islami yang dikembangkan memperoleh kategori sangat baik berdasarkan validasi ahli dan uji praktikalitas. Selain itu, hasil pre-test dan post-test menunjukkan penurunan skor burnout akademik siswa dari 61,40 menjadi 47,40, sehingga RPL dinyatakan layak, praktis, dan berpotensi efektif dalam membantu mengatasi burnout akademik siswa di MAN 2 Bandung.

Kata Kunci: Burnout Akademik, Konseling Kelompok, *Art Therapy Islami*, RPL, Siswa Madrasah.

ABSTRACT

Muhammad Fajar Abdul Aziz (2220140011): Development Of A Service Implementation Plan For Group Counselling Based On Islamic Art Therapy To Address Academic Burnout Among Students At State Secondary School 2, Bandung Regency.

Academic burnout is a condition of learning fatigue characterized by boredom, academic pressure, and decreased student engagement in the learning process. This condition has become one of the problems experienced by students at MAN 2 Bandung due to the relatively high academic demands. If left unaddressed, academic burnout can negatively affect students' learning motivation, academic engagement, and their ability to cope with academic pressure. Therefore, innovative and relevant guidance and counseling services are needed to help students overcome academic burnout in a more adaptive and meaningful way.

This study aims to: (1) identify the condition of students' academic burnout at MAN 2 Bandung, (2) develop a Service Implementation Plan (Rencana Pelaksanaan Layanan/RPL) for group counseling based on Islamic art therapy, and (3) examine the feasibility, practicality, and potential effectiveness of the RPL in helping students overcome academic burnout.

This research is based on Maslach's theory of academic burnout, which explains that burnout consists of academic exhaustion and disengagement resulting from prolonged academic pressure. In addition, this study also adopts the spiritual concept of Ibn Al-Jauzi regarding the values of patience (sabr) and gratitude (shukr) as a foundation for helping students interpret academic pressure more positively. The integration of these two approaches is realized through Islamic art therapy, which combines the expression of learning experiences through art with the reinforcement of Islamic values.

The research method used was Research and Development (R&D) based on the Borg & Gall model, simplified up to the fifth stage (main product revision), namely: preliminary study, planning, initial product development, preliminary field testing, and main product revision. The research subjects consisted of eleventh-grade students at MAN 2 Bandung. Data collection techniques included questionnaires, observations, interviews, as well as pre-test and post-test instruments to measure students' levels of academic burnout.

The results of the study indicate that students experienced academic burnout at moderate to high levels. The developed RPL for group counseling based on Islamic art therapy obtained a "very good" category based on expert validation and practicality testing. Furthermore, the pre-test and post-test results showed a decrease in students' academic burnout scores from 61.40 to 47.40. Thus, the RPL was considered feasible, practical, and potentially effective in helping overcome students' academic burnout at MAN 2 Bandung.

Kata Kunci: Academic Burnout, Group Counseling, Islamic Art Therapy, Service Implementation Plan (RPL), Madrasah Students.

الملخص

محمد فجر عبد العزيز (2220140011): وضع خطة تنفيذ خدمات
للاستشارة الجماعية القائمة على العلاج بالفن الإسلامي لمعالجة الإرهاق الأكاديمي لدى (RPL)
الطلاب في المدرسة الألياه الحكومية رقم 2 بمقاطعة باندونغ

يُعَدُّ الاحتراق الأكاديمي حالةً من الإرهاق الدراسي تتمثل في الشعور بالملل والضغط الأكاديمي، وانخفاض اندماج الطلاب في عملية التعلم. وقد أصبحت هذه الحالة إحدى المشكلات التي يعاني منها نتيجةً لارتفاع المتطلبات الأكاديمية. وإذا لم تتم معالجتها، فإنها قد MAN 2 Bandung الطلاب في تؤثر سلبًا في دافعية التعلم، والمشاركة الأكاديمية، وقدرة الطلاب على مواجهة الضغوط الدراسية. ولذلك، تبرز الحاجة إلى خدمات إرشاد وتوجيه مبتكرة وملائمة لمساعدة الطلاب على التغلب على الاحتراق الأكاديمي بصورة أكثر تكيفًا وذات معنى.

تهدف هذه الدراسة إلى: (1) التعرف على مستوى الاحتراق الأكاديمي لدى طلاب (2) تطوير خطة تنفيذ للإرشاد الجماعي القائم على العلاج بالفن الإسلامي، و(3) اختبار مدى (RPL) الخدمة الإرشادية. صلاحية وعملية وفعالية الخطة المقترحة في المساعدة على التخفيف من الاحتراق الأكاديمي لدى الطلاب استندت هذه الدراسة إلى نظرية ماسلاش في الاحتراق الأكاديمي، والتي تفسر الاحتراق بأنه يتكوّن من الإرهاق الأكاديمي والانفصال أو ضعف الاندماج الناتج عن الضغوط الأكاديمية المستمرة. كما اعتمدت الدراسة على المفهوم الروحي لدى ابن الجوزي المتعلق بقيمتي الصبر والشكر، بوصفهما أساسًا لمساعدة الطلاب على تفسير الضغوط الأكاديمية بصورة أكثر إيجابية. وقد تمّ دمج هذين المنهجين من خلال العلاج بالفن الإسلامي، الذي يجمع بين التعبير عن الخبرات التعليمية عبر الفن وتعزيز القيم الإسلامية والذي (Borg & Gall) وفق نموذج بورغ وغال (R&D) استخدمت الدراسة منهج البحث والتطوير، تم تبسيطه حتى المرحلة الخامسة، وهي مرحلة مراجعة المنتج الرئيس، وتشمل: الدراسة التمهيدية والتخطيط، وتطوير المنتج الأولي، والتجربة الميدانية الأولية، ثم مراجعة المنتج الرئيس. وتكوّنت عيّنة وتم جمع البيانات من خلال MAN 2 Bandung الدراسة من طلاب الصف الحادي عشر في الاستبيانات، والملاحظة، والمقابلات، إضافةً إلى أدوات الاختبار القبلي والبعدي لقياس مستوى الاحتراق الأكاديمي لدى الطلاب.

أظهرت نتائج الدراسة أن الطلاب يعانون من الاحتراق الأكاديمي بدرجة متوسطة إلى مرتفعة. كما حصلت خطة تنفيذ الخدمة الإرشادية الجماعية القائمة على العلاج بالفن الإسلامي على تقدير "جيد جدًا" بناءً على نتائج تحكيم الخبراء واختبار العملية التطبيقية. بالإضافة إلى ذلك، أظهرت نتائج الاختبار القبلي والبعدي انخفاضًا في درجات الاحتراق الأكاديمي لدى الطلاب من 61.40 إلى 47.40. وبناءً على ذلك تبين أن الخطة الإرشادية صالحة وعملية وذات فعالية محتملة في المساعدة على التغلب على الاحتراق الأكاديمي لدى طلاب MAN 2 Bandung.

الكلمات المفتاحية: الاحتراق الأكاديمي، الإرشاد الجماعي، العلاج بالفن الإسلامي، خطة تنفيذ الخدمة
طلاب المدارس الإسلامية، الإرشادية