

## ABSTRAK

**Dessi Aulia Safitri** : *Pengaruh Layanan Konseling Individu dengan Pendekatan Teknik Self-Management terhadap Kejenuhan Belajar Peserta Didik Pengguna Media Sosial (Studi Deskriptif di MTS Al-Misbah Cipadung, Bandung)*

Kejenuhan belajar peserta didik pengguna media sosial MTS Al-Misbah Cipadung dengan sampel kelas VII & VII tentunya terpengaruh oleh berbagai hal, misalnya faktor dirinya sendiri, faktor keluarga, faktor lingkungan rumah, & faktor lingkungan di sekolah. Adapun kejenuhan belajar di MTS Al-Misbah yang sering terjadi yaitu kurangnya disiplin dalam belajar dan seringnya asik bermain sosial media tidak adanya pengawasan dari orangtua.

Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh layanan konseling individu dengan teknik *self-management* terhadap kejenuhan belajar peserta didik pengguna media sosial di MTS Al-Misbah Cipadung, Bandung.

Dalam penelitian ini proses layanan konseling individu dengan teknik *self-management* dengan teori memotivasi belajar peserta didik yang merupakan suatu proses konselor dalam membantu memecahkan permasalahan rasa jenuh belajar, emosi, ketidak bisanya mengatur suatu waktu untuk belajar keputusan tertentu juan dengan tujuan ingin mengubah perilaku siswa yang sering bermain hp dan melalaikan tugas dan merasa tidak nyaman belajar.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan teknik analisis regresi linier sederhana. Teknik pengumpulan data yang digunakan melalui observasi, wawancara dan skala. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah 30 responden yaitu peserta didik MTS Al-Misbah Cipadung, kota Bandung yang merasa jenuh dalam proses belajar karena selalu menggunakan media sosial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif dan signifikansi konseling individu terhadap kejenuhan belajar peserta didik pengguna media sosial melalui uji regresi sederhana dengan output nilai korelasi (R) sebesar 0,383 dari output tersebut juga memperoleh nilai koefisien determinasi (R square) sebesar 0,147. Yang berarti dari output uji regresi sederhana ini dapat disimpulkan terdapat pengaruh antara variabel konseling individu terhadap variabel kejenuhan belajar peserta didik pengguna media sosial sebesar -38.5%.

**Kata Kunci** : Konseling Individu, Self-Management, Kejenuhan Belajar Pengguna Media Sosial.