

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

GENOMENA *OVERTHINKING* GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENANGANI MASALAH BELAJAR SISWA DI MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI SE KOTA PEKANBARU

Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai gelar Sarjana S1
pada Program Studi Manajemen Pendidikan Islam



State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Disusun Oleh:

SANTI APITRI

NIM. 11910322298

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
1445 H / 2024 M

- Hak Cipta Mindaungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul Fenomena Overthinking Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Masalah Belajar Siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru, yang ditulis oleh Santi Apitri NIM. 11910322298 dapat diterima dan disetujui untuk dijadikan dalam Sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 19 Rabiul Akhir 1445 H
3 November 2023 M

Menyetujui,

Ketua Jurusan

Manajemen Pendidikan Islam



H. Hj. Yuliharti, M.Ag
197004041996032001

Pembimbing :



Dr. Amirah Diniaty, M. Pd., Kons
196708121992031001

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



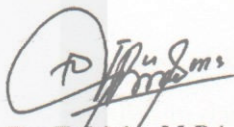
PENGESAHAN

Skripsi dengan judul *Fenomena Overthinking Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menangani Masalah Belajar Siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru*. yang ditulis oleh Santi Apitri, Nim. 11910322298 telah diujikan dalam sidang *Munaqasyah* Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada tanggal 15 Desember 2023. Skripsi ini diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pendidikan (S.Pd) pada Jurusan Manajemen Pendidikan Islam, Konsentrasi Bimbingan Konseling.

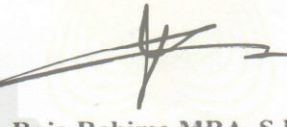
Pekanbaru, 04 Rajab 1445 H
16 Januari 2024 M

**Mengesahkan
Sidang Munaqasyah**


Penguji I


Dr. Tahirin, M.Pd
NIP. 196708121992031001


Penguji II


Raja Rahima MRA, S.Pd. I., M.Pd., Kons
NIP. 198903072023212030

Penguji III



Hasginianti, S.Pd., M.Pd. Kons
NIP. 199108042023212041

Penguji IV


Dr. Mhd. Subhan, S.Pd, M.Ed. chat
NIP. 199005252023211020



Dekan
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan


Dr. H. Kadir, M.Ag
NIP. 196505211994011001

- Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang No. 11/2002 UIN Suska Riau
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Santi Apitri
 NIM : 11910322298
 Tempat/Tgl. Lahir : Suka maju/30 November 2001
 Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
 Prodi : Manajemen Pendidikan Islam
 Judul Skripsi : Fenomena *Overthinking* Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menangani Masalah Belajar Siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Skripsi dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Skripsi saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Skripsi saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 05 Januari 2023

g membuat pernyataan



Santi Apitri

NIM.11910322298


Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul: “**Fenomena *Overthinking* Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menangani Masalah Belajar Siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru**”. Penulisan skripsi ini bertujuan memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan Manajemen Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan banyak bantuan, bimbingan, dukungan, motivasi dan uluran tangan dan kerendahan hati untuk membantu penulis dalam menyelesaikan dan mendukung perkuliahan serta menyelesaikan skripsi ini.

Ucapan terimakasih dan penghargaan yang tertinggi untuk kedua orang tua tercinta, saudara dan keluarga besar penulis Atas Do'a, Perjuangan, Pengorbanan, Tetesan Keringat, Kasih Sayang kepada penulis yakni Ayahanda Santoso, Ibunda Nuriati Sebayang, dan keluarga yang senantiasa mendo'akan, memberikan semangat dan memberikan pengorbanan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dan semoga mereka selalu dalam lindungan Allah Subhanahuwata'ala.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kemudian Ucapan terima kasih dari penulis untuk pihak yang telah berkenan memberikan bantuan baik material maupun moril kepada penulis.

1. Prof. Dr. Khairunnas Rajab, M.Ag. sebagai Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Prof. Dr. Hj. Helmiati, M.Ag. sebagai Wakil Rektor I, Dr. H. Mas'ud Zein, M.Pd. sebagai Wakil Rektor II, dan Edi Erwan, S.Pt., M.Sc., Ph.D, Sebagai Wakil Rektor III Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, yang telah memfasilitasi penulis dalam proses perkuliahan.

2. Dr. H. Kadar, M.Ag Sebagai Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Dr. H. Zarkasih, M.Ag, Sebagai Wakil Dekan I, Prof. Dr. Zubaidah Amir, MZ., S.Pd.,M.Pd sebagai Wakil Dekan II, Dr. Amirah Diniaty, M.Pd., Kons, sebagai Wakil Dekan III, serta seluruh Staf dan Pegawai di lingkungan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

3. Dr. Yuliharti, M.Ag, sebagai Ketua Program Studi Manajemen Pendidikan Islam.

4. Dr. Mudasir, M.Pd, sebagai Sekretaris Jurusan Manajemen Pendidikan Islam.

5. Dr. Sohiron, S.Pd.i, M.Pd.I, sebagai Penasehat Akademik yang telah memberikan dukungan, waktu dan bimbingan yang tulus kepada penulis untuk dapat menyelesaikan perkuliahan.

6. Dr. Amirah Diniaty, M.Pd., Kons, sebagai Pembimbing Skripsi yang dengan tulus memberikan bimbingan, arahan, motivasi dan nasehat kepada penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Seluruh dosen dan pegawai di lingkungan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau.

Irwan Efendi, M.Pd.I, selaku kepala sekolah MTsN 1 Pekanbaru dan Sukeimi, M.Pd, selaku kepala sekolah MTsN 3 Pekanbaru yang telah memberikan kesempatan yang luas kepada penulis untuk bisa melakukan penelitian di sekolah yang dipimpinnya. Serta beliau telah bersedia untuk meluangkan waktu dan pikiran untuk penulis dalam mengumpulkan informasi dari beliau.

9. Indrayadi, M.Pd, selaku wakil kepala sekolah bidang kurikulum MTsN 1 Pekanbaru dan Safridah, M.Pd, selaku wakil kepala sekolah bidang kurikulum MTsN 3 Pekanbaru yang telah bersedia dengan kerendahan hati meluangkan waktu, membantu penulis untuk bisa menggali informasi dari beliau.

10. Efriani Putri, S.Psi dan Ahmad Waliusmansyah, S.Pd selaku guru bimbingan konseling MTsN 1 Pekanbaru. Ashriaty, S.Pd dan Haryati Rismaningsih, SE selaku guru bimbingan konseling MTsN 3 Pekanbaru yang telah bersedia untuk diwawancarai dan memotivasi penulis dalam menyiapkan skripsi.

11. Semua tenaga pendidik dan kependidikan yang ada di MTsN 1 Pekanbaru dan MTsN 3 Pekanbaru yang telah mendukung penelitian yang penulis laksanakan di MTsN 1 Pekanbaru dan MTsN 3 Pekanbaru.

12. Kepada Keluarga Besar tercinta terutama untuk Kakanda Wahyu Lestari, S.Tr.Keb dan Adinda Tri Anita serta sepupu-sepupu dan keponakan tersayang yang telah mendorong dan memberi dukungan kepada penulis dalam

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menyelesaikan skripsi ini. Semoga semuanya dalam lindungan Allah subhanahuwata'ala.

13. Kepada semua teman-teman seperjuangan jurusan Manajemen Pendidikan Islam angkatan 2019 khususnya lokal BK B. Terimakasih telah menjadi bagian dari suka duka selama dibangku perkuliahan. Terimakasih juga kepada senior dan sahabat-sahabatku yang telah memberikan semangat dan pengalaman dalam berbagai hal. Semoga semuanya dalam lindungan Allah Subhanahuwata'ala.

14. Sahabat yang saya banggakan dan saya sayangi (Maisyarah, Nurul Amimi, Ulya Sofia Irda, Seftiyaniggsih Nurul Khotimah, Rahma Putri, Winda, Wardatul Husna, Suci Amelia, Jihan Tamara Dia, Indah Sari, Ranti). Yang sangat luar biasa dan selalu memberikan pengaruh positif, yang selalu ada susah maupun senang, serta menjadi parthner dalam segalanya dipekanbaru. Terimakasi telah menjadi pengalaman dalam hidup penulis, semoga selalu sehat dan dalam lindungan Allah Subhanahuwata'ala.

15. Seluruh kawan KKN Rokan Hilir desa Mumugo dan kawan PPL MTsN 3 Pekanbaru.

16. Pihak-pihak yang tanpa bisa penulis sebutkan namanya satu persatu disini yang ikut memberikan kontribusi, untuk membantu dan memberikan semangat dalam perjuangan penulis. Semoga semua bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung akan menjadi amal ibadah dan mendapat pahala yang berlipat ganda disisi Allah subhanahuata'ala.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini sangat jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang bersifat membangun sebagai masukan untuk penulis dimasa yang akan datang. Namun demikian penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Semua masukan tersebut akan penulis jadikan motivasi untuk berkarya lebih baik lagi dimasa yang akan datang. Akhir kata semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat serta berguna bagi penulis pribadi dan juga bagi pembaca sekalian. Aamiin Ya Rabbal'alamin.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Pekanbaru, 18 Juli 2023

Penulis

UIN SUSKA RIAU

Santi Apitri

11910322298

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PERSEMBAHAN



Alhamdulillah, rasa syukur ini kupersembahkan kepada Allah SWT serta shalawat dan salam dipersembahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Sebagai bentuk rasa cinta, sayang serta terimakasih. Skripsi ini santi persembahkan kepada ayah dan ibu. Berkat ayah dan ibu santi bisa sampai pada tahap sekarang ini, dukungan dari kedua orang tua dan keluarga sangat mempengaruhi keberhasilan penulis. Atas semua pengorbanan, Cucuran Keringat, air mata kerinduan, dan do'a disepanjang sujudnya untuk penulis.

Maka pencapaian ini adalah penghargaan tertinggi untuk kedua orang tua yakni Ayahanda Santoso, Ibunda Nuriati dan saudara-saudara penulis, Kakanda Ayu Lestari S.Tr.Keb dan Adinda Tri Anita, dan tentunya atas izin Allah SWT.

Dengan adanya skripsi ini akan menjadi pelengkap saksi perjuangan hidup penulis. Bukti bahwa penulis bisa menyelesaikan tanggung jawab penulis sebagai Mahasiswa. Skenario yang begitu unik untuk menyelesaikannya, Maka bersyukur untuk semua yang terjadi dalam hidup penulis adalah kebahagiaan terbesar.

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

MOTTO

“Allah Subhanahuwata‘ala tidak akan membebani seorang hamba melainkan sesuai dengan kadar kesanggupannya.”

(QS. Al-Baqarah : 286)

“Harta yang tak pernah habis adalah ilmu pengetahuan dan ilmu yang tak ternilai adalah pendidikan.”

“Orang yang pintar bukanlah orang yang merasa pintar, akan tetapi ia adalah orang yang merasa bodoh, dengan begitu ia tak akan pernah berhenti untuk terus belajar.”

“Allah tidak berjanji bahwa langit akan selalu biru, tetapi Allah berjanji bersama kesulitan pasti ada kemudahan.”

UIN SUSKA RIAU

Find beauty in simplicity

(temukan keindahan dalam kesederhanaan)

(santi apitri)

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRAK

Santi Apitri, (2023): Fenomena *Overthinking* Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menangani Masalah Belajar Siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : 1) Fenomena *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru. 2) Faktor penyebab terjadinya *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru. Informan kunci penelitian ini adalah guru bimbingan dan konseling yang berjumlah 4 (empat) orang. Objek penelitian ini adalah Fenomena *overthinking* guru bimbingan konseling dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif, data penelitian dikumpulkan melalui teknik wawancara dan dokumentasi. Analisis data dengan menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil akhir dari penelitian menunjukkan bahwa : 1) fenomena *overthinking* guru bimbingan konseling yaitu karena memiliki rasa khawatir terhadap suatu hal yang terjadi pada siswa. 2) faktor penyebab terjadinya *overthinking* guru bimbingan konseling yaitu merasa pesimis dengan hal yang akan dikerjakan, suka memendam masalah siswa sendiri dan membandingkan diri nya dengan orang lain.

Kata Kunci: *Fenomena Overthinking Guru Bimbingan dan Konseling, Masalah Belajar Siswa*

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRACT

Santi Apitri, (2023): The Overthinking Phenomena of Guidance and Counseling Teachers in Handling Student Learning Problems at State Islamic Junior High School in Pekanbaru City

This research aimed at finding out: 1) the overthinking phenomena of Guidance and Counseling teachers in handling student learning problems at State Islamic Junior High School in Pekanbaru City, 2) the factors causing Guidance and Counseling teachers overthink in handling student learning problems at State Islamic Junior High School in Pekanbaru City. The key informants of this research were 4 Guidance and Counseling teachers. The objects of this research were the overthinking phenomena of Guidance and Counseling teachers in handling student learning problems at State Islamic Junior High School in Pekanbaru City. It was qualitative descriptive research. Interview and documentation were the techniques of collecting data. Analyzing data was done by using data reduction, data presentation and conclusion. The final results of this research showed that: 1) the overthinking phenomena of Guidance and Counseling teachers is that they are worried about something that happens to students. 2) the factors causing overthinking of Guidance and Counseling teachers are feeling pessimistic about the things they are going to do, liking to keep their students, problems to themselves with others.

Keywords: *The Overthinking Phenomena of Guidance and Counseling Teachers, Student Learning Problems*

ملخص

سانتي أبيتري، (٢٠٢٣): ظاهرة التفكير الزائد لمعلم التوجيه والإرشاد في التعامل مع مشاكل تعلم الطلاب في المدارس المتوسطة الإسلامية في جميع أنحاء مدينة بكانبارو

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة: (١) ظاهرة التفكير الزائد لمعلم التوجيه والإرشاد في التعامل مع مشاكل تعلم الطلاب في المدارس المتوسطة الإسلامية في جميع أنحاء مدينة بكانبارو. (٢) العوامل التي تسبب التفكير الزائد لمعلم التوجيه والإرشاد في التعامل مع مشاكل تعلم الطلاب في المدارس المتوسطة الإسلامية في جميع أنحاء مدينة بكانبارو. المخبرون الرئيسيون لهذه الدراسة معلم التوجيه والإرشاد، وعددهم ٤ أشخاص. الموضوع من هذا البحث هو ظاهرة التفكير الزائد لمعلم التوجيه والإرشاد في التعامل مع مشاكل تعلم الطلاب في المدارس المتوسطة الإسلامية في جميع أنحاء مدينة بكانبارو. هذا النوع من البحث هو نوعي وصفي، بيانات البحث تم جمعها من خلال المقابلة وتقنيات التوثيق. تحليل البيانات باستخدام تقليل البيانات وعرض البيانات والاستنتاج. وأظهرت النتائج النهائية للدراسة أن: (١) ظاهرة التفكير الزائد لمعلم التوجيه والإرشاد ترجع إلى مشاكل تعلم الطلاب، بسبب عدم وجود دافع للتعلم الذي قدمه معلم التوجيه والإرشاد. (٢) العوامل التي تسبب التفكير الزائد لمعلم التوجيه والإرشاد هي عدم اهتمام الطلاب بكل شيء سواء في دراستهم أو بيتهم، وقلة الدافع للتعلم لديهم، ومشاكلهم الذين يتكاسلون في التعلم أو يتكاسلون في أداء الواجبات.

الكلمات الأساسية: ظاهرة التفكير الزائد لمعلم التوجيه والإرشاد، مشاكل تعلم الطلاب

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN	i
PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
PERSEMBAHAN	ix
MOTTO	x
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Alasan Memilih Judul.....	5
C. Penegasan Istilah.....	6
D. Masalah Penelitian.....	8
E. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN TEORITIS	
A. Kajian Teori.....	11
1. <i>Overthinking</i> Guru Bimbingan Konseling.....	11
a. Pengertian <i>Overthinking</i>	11
b. Fenomena <i>Overthinking</i>	13
c. Penyebab <i>Overthinking</i>	13
d. Ciri-ciri <i>Overthinking</i>	15
2. Bimbingan Konseling.....	16
a. Pengertian Bimbingan Konseling.....	16
b. Tujuan Bimbingan Konseling.....	19
c. Fungsi Bimbingan Konseling.....	20
d. Tugas dan Kewajiban Bimbingan Konseling.....	23
B. Konsep Operasional.....	25
C. Penelitian yang Relevan.....	27



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendektan Penelitian.....	29
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	30
C. Informan Penelitian.....	30
D. Teknik Pengumpulan Data.....	30
1. Wawancara.....	30
2. Dokumentasi.....	32
E. Instrumen Penelitian.....	32
F. Langkah-Langkah Penelitian.....	35
G. Teknik Analisis Data.....	39
H. Triangulasi Data.....	40

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	42
B. Penyajian Data.....	55
C. Analisis Data.....	61

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	64
B. Saran.....	65

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

BIOGRAFI PENULIS

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR TABEL

Tabel IV.1 Kepala Madrasah MTsN 1 Kota Pekanbaru.....	43
Tabel IV.2 Tenaga Kependidikan MTsN 1 Kota Pekanbaru.....	45
Tabel IV.3 Tenaga Kependidikan MTsN 1 Kota Pekanbaru.....	46
Tabel IV.4 Sarana dan Prasarana MTsN 1 Kota Pekanbaru.....	47
Tabel IV.5 Kepala Madrasah MTsN 3 Kota Pekanbaru	49
Tabel IV.6 Tenaga Kependidikan MTsN 3 Kota Pekanbaru.....	52
Tabel IV.7 Tenaga Kependidikan MTsN 3 Kota Pekanbaru.....	53
Tabel IV.8 Ekstrakurikuler MTsN 3 Kota Pekanbaru.....	53
Tabel IV.9 Sarana dan Prasarana MTsN 3 Kota Pekanbaru.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian
- Lampiran 2 Pedoman Wawancara
- Lampiran 3 Hasil Wawancara
- Lampiran 4 Pedoman Dokumentasi
- Lampiran 5 Surat Pra Riset
- Lampiran 6 Surat Balasan Prariset MTsN 1 Kota Pekanbaru
- Lampiran 7 Surat Balasan Prariset MTsN 3 Kota Pekanbaru
- Lampiran 8 Lembar disposisi
- Lampiran 9 Surat Pembimbing Skripsi Jurusan
- Lampiran 10 Surat Pembimbing Skripsi Fakultas
- Lampiran 11 Blanko Kegiatan Bimbingan Proposal
- Lampiran 12 Lembar Acc Proposal
- Lampiran 13 Lembar Berita Acara Ujian Proposal
- Lampiran 14 Lembar Pengesahan Perbaikan Proposal
- Lampiran 15 Surat Izin Melakukan Riset dari Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan
- Lampiran 16 Surat Rekomendasi Penelitian dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Lampiran 17 Surat keterangan penelitian pemerintah kota pekanbaru badan kesatuan bangsa dan politik
- Lampiran 18 Surat rekomendasi penelitian dari KEMENAG
- Lampiran 19 Surat rekomendasi penelitian dari KEMENAG
- Lampiran 20 Blanko Kegiatan Bimbingan Skripsi
- Lampiran 21 Lembar Acc Skripsi
- Lampiran 22 Lembar Dokumentasi
- Lampiran 23 Biografi Penulis

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Overthinking merupakan salah satu bentuk *psychological disorder* atau gangguan psikologis.¹ Karena saat seseorang mengalami *overthinking* maka gejala yang terjadi juga erat kaitannya dengan dunia psikologi, seperti cemas, menakutkan hal yang sebenarnya tidak menakutkan, terlalu banyak pertimbangan sehingga diri merasa bimbang, memiliki banyak pikiran negatif yang muncul, hingga mencoba menjustifikasi sesuatu sehingga membuat orang yang mengalami hal tersebut semakin bingung, terpuruk, depresi hingga menutup diri.

Dalam proses berpikir otak memerlukan tenaga yang cukup banyak, apalagi jika berpikir dilakukan secara keras dan terus menerus, maka akan mengurangi banyak energi sehingga dapat mempengaruhi kesehatan fisik seseorang yang terbiasa *overthinking*. Jadi dapat dipahami bahwa *overthinking* merupakan perilaku memikirkan sesuatu secara berlebihan yang dapat membawa pengaruh buruk baik psikis maupun fisik seseorang, *overthinking* biasanya berhubungan dengan kejadian masa silam yang membawa pengaruh penyesalan, juga kejadian yang belum terjadi yang membawa pengaruh kekhawatiran, sehingga

¹ Lisda Sofia dkk, Mengelola Overthinking untuk Meraih Kebermaknaan Hidup, *Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*. Volume 2 No. 2 Desember 2020, hlm 121

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menuntut diri untuk terus berpikir yang dapat menyebabkan seseorang merasa tertekan, bimbang hingga depresi.²

Berpikir dengan berlebihan dapat disebut sebagai *overthinking* (*think to much*). Dari susunan katanya sendiri dapat menjelaskan tentang *overthinking*, “over” yang berarti “berlebihan”, “thinking “ yang berarti sedang berpikir sehingga dapat disimpulkan bahwa *overthinking* adalah perilaku memikirkan hal yang berlebihan sebagai suatu reaksi seseorang yang lahir dari berbagai keadaan. Biasanya *overthinking* berisi tentang ingatan yang berhubungan dengan masa lalu, yaitu bayangan tentang kejadian silam yang pilu, kesalahan yang disesali juga kekhawatiran tentang masa depan atau hal yang belum terjadi.³

Penyebab *overthinking* biasa bermacam-macam, pada umumnya terjadi ketika seseorang sedang mempertimbangkan suatu keputusan, mencoba memahami tindakan atau keputusan orang lain, memprediksikan masa depan, merefleksikan apa yang telah terjadi contohnya seperti memikirkan kapan berakhirnya masa pandemi covid-19.⁴

Seseorang yang mengalami *overthinking* memiliki beberapa ciri-ciri diantaranya berhati-hati dalam memutuskan sebuah keputusan dan juga seorang *problem solver* yang baik, selain itu *overthinking* menghambat kemampuan berpikir rasional. Ketika seseorang terus

² Masril, “Konseling Regulasi Diri Kesiapan Karir Siswa Melalui Strategi *Bibliotherapy*,” (Makalah dalam Prosiding disampaikan pada Konvensi Nasional XVII Asosiasi Bimbingan Konseling Indonesia (ABKIN), Pekanbaru, 17-18 Desember, 2011. hlm. 8

³ RSJ. Dr Radjiman Wideodiningrat *overthinking* pikiran-dan-kecemasan-berlebihan, diakses pada 18 januari 2021 pukul 17 : 48 WIB

⁴ Andiani, S, Menghilangkan Sifat *Overthinking*, *Jurnal Presisi*. Com, 2020, hlm. 2 <https://jurnalpresisi.pikiran-rakyat.com/opini/pr-15653283/menghilangkan-sifatoverthinking>

menerus melakukan *overthinking* justru berdampak buruk pada dirinya sendiri seperti mudah capek secara emosional sehingga dapat berdampak pada energinya dalam melakukan aktivitas terutama dalam menghadapi adaptasi kebiasaan baru.

Overthinking juga termasuk kedalam *psychological disorder* atau gangguan psikologis karena dapat membuat kecemasan (*anxiety*) pada penderitanya. Seseorang yang memiliki kecemasan berlebih dapat menimbulkan sakit fisik. *Overthinking* juga sering disebut *paralysys analysys*, dimana orang tersebut terus menerus memikirkan suatu permasalahan tanpa menemukan solusi.⁵

Seseorang yang memiliki *overthinking* cenderung akan merasakan beban pikiran yang berlebihan sehingga akan berdampak juga pada kebermaknaan hidupnya. Individu yang mengalami kesulitan ekonomi dan tidak memiliki hunian tetap rentan mengalami kecemasan atas keberlangsungan hidupnya, setiap hari pikiran mereka diisi oleh pemikiran negatif mengenai kesulitan memenuhi kebutuhan keluarga dan anak-anak. Tekanan hidup yang mereka hadapi sangat potensial untuk memunculkan gejala-gejala gangguan psikologis, seperti kesedihan, kecemasan, rasa putus asa dan depresi.⁶

⁵ Fakhir, R. M. Dampak Buruk Overthinking Bagi Psikologis dan Kesehatan. *Jurnal Pos Media. Com*, Vol 2, No. 2, 2019, hlm. 121.

⁶ Nurmina, Aviani, Y. I. Hermaleni.T. Rusli, D & Lubis. A. Asesmen dan Intervensi Psikologi untuk Mengurangi Stres psikologis Pada Para Ibu di Desaku Menanti. *Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, Vol 01, No. 02, 2019, hlm. 144-152

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Setiap diri cenderung memiliki emosi yang berubah-ubah. Rasa cemas merupakan salah satunya, rasa ini timbul akibat perasaan terancam terhadap suatu hal yang belum jelas bentuknya. Kecemasan dapat terjadi terhadap siapapun, kapanpun dan dimanapun tidak terkecuali siswa remaja yang menempuh pendidikan di Sekolah Menengah Pertama (SMP). Penyebab terjadi kecemasan tergantung situasi dan kondisinya, antara lain di sekolah, misalnya terlalu tinggi target kurikulum, iklim pembelajaran yang tidak kondusif, padatnya pemberian tugas, kurang bersahabatnya sikap dan perlakuan guru, penerapan disiplin sekolah yang ketat, kurang nyamannya iklim sekolah, serta sarana dan prasarana belajar yang sangat terbatas juga merupakan faktor pemicu terbentuknya kecemasan pada siswa yang bersumber dari faktor manajemen sekolah.

Pendidikan merupakan salah satu sektor penting dalam pembangunan di setiap negara. Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional, menerangkan bahwa pendidikan merupakan 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, kecemasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.⁷

Selain membantu perkembangan peserta didik, guru bimbingan konseling memiliki beberapa tugas yang harus dilaksanakan diantaranya,

⁷ Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, bab 1.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

merencanakan program bimbingan, melaksanakan persiapan program bimbingan, guru BK melaksanakan layanan bimbingan terhadap jumlah siswa yang menjadi tanggung jawab minimal 150 siswa. Apabila diperlukan karena jumlah guru pembimbing kurang mencukupi dibandingkan jumlah siswa yang ada, seorang guru pembimbing dapat menangani lebih lebih dari 150 orang siswa, dengan menangani 150 orang siswa secara intensif dan menyeluruh berarti guru pembimbing telah menjalankan tugas wajib seorang guru yaitu setara dengan 18 jam pelajaran seminggu.⁸

Berdasarkan permasalahan dari latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “Fenomena *Overthinking* Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Masalah Belajar Siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru”.

B. Alasan Memilih Judul

Alasan memilih judul menurut penulis kajian ini sangat penting dan sangat menarik untuk diteliti, mengingat masalah *Overthinking* yang dihadapi guru bimbingan konseling dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru sangat mengkhawatirkan. Oleh karena itu penulis ingin meneliti tentang “Fenomena *Overthinking* Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Masalah Belajar Siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru”. Penulis juga berharap tidak hanya sekedar meneliti dan

⁸ Achmad Juntika Jurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2009), hlm. 64

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

membuat tulisan, tetapi ikut andil dalam rangka memecahkan masalah yang dihadapi guru bimbingan konseling yang sering merasa *overthinking* dalam mengatasi masalah belajar siswa, agar guru-guru dan siswa/i yang lainnya tidak ikut *overthinking* seperti guru bimbingan konseling lainnya, dan semoga bagi pembaca tulisan dari penulis ini juga ikut andil dalam memecahkan masalah yang sering terjadi seperti cemas (*overthinking*).

C. Penegasan Istilah

Untuk menghindari kesalah pahaman pengertian dalam istilah dalam permasalahan ini, maka penulis menjelaskan beberapa istilah yang berkaitan dengan judul :

1. *Overthinking*

Overthinking merupakan suatu keadaan dimana seseorang berpikir secara berlebihan. Berpikir secara berlebihan dapat terjadi dalam berbagai bentuk, contohnya mengenai pertimbangan tanpa henti ketika membuat keputusan dan kemudian mempertanyakan keputusan tersebut. Pemikiran “bagaimana jika” (*what if*) dan “seharusnya” (*shoulds*) sering mendominasi pikiran mereka yang *overthinking* seolah-olah ada juri tak terlihat yang siap menghakimi keputusan mereka. *Overthinking* bisa menyebabkan seseorang mengalami suatu kecemasan. Memang pada kenyataannya hampir setiap individu mengalami suatu kecemasan tanpa terkecuali, begitupun dengan tingkatan yang berbeda-beda, ada yang ringan, sedang bahkan berat. Kecemasan atau yang juga sering disebut *anxiety* merupakan rasa

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Dari beberapa pendapat ahli dapat disimpulkan bahwa *overthinking* adalah perilaku memikirkan sesuatu secara berlebihan yang dapat membawa pengaruh buruk baik psikis maupun fisik seseorang, *overthinking* biasanya berhubungan dengan kejadian masa silam yang membawa pengaruh penyesalan.⁹

2. Guru Bimbingan Konseling

Guru bimbingan konseling atau konselor memiliki tugas pekerjaan yang sangat penting dengan guru mata pelajaran, kedua bidang tersebut saling berkaitan dan membutuhkan. Keberadaan guru bimbingan konseling atau konselor diatur melalui undang-undang system pendidikan nasional (SPN) Bab 1 Pasal satu Ayat 6 menyatakan bahwa “pendidik adalah tenaga kependidikan yang berkualitas sebagai guru, dosen, konselor, pamong belajar, widyaiswara, tutor, instruktur, fasilitator dan sebutan lain yang sesuai dengan kekhususannya serta berpartisipasi dalam penyelenggaraan pendidikan”.¹⁰

Undang-undang tersebut mengisyaratkan bahwa pekerjaan guru bimbingan konseling memiliki kekhususan yang tidak dimiliki oleh guru mata pelajaran lainnya, Guru bimbingan konseling adalah figure yang sangat menarik perhatian semua orang, baik dalam keluarga, masyarakat atau di sekolah. Bimbingan dan Konseling ialah

⁹ Thomas Oppong, “Psychologists Explain How To Stop Overthinking Everything” diakses pada tanggal 18 September 2020 dari <http://intellibriefs.blogspot.com/2019/11/psychologists-explain-howtostop.html>

¹⁰ Hesty Nurahmi, ‘Kompetensi Profesional Guru Bimbingan dan Konseling’. *Jurnal Dakwah Alhikmah*, 9.1 (2015), 45-55.

perpaduan antara dua suku kata yaitu Bimbingan dan Konseling yang merupakan terjemahan dari “*guidance*” dan “*counseling*”. Kesempatan ini peneliti akan mendefinisikan satu persatu makna dari Bimbingan dan Konseling sesuai dengan pendapat para ahli.

D. Masalah Penelitian

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

- a. Fenomena *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru.
- b. Faktor pendukung fenomena *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru.
- c. Faktor penghambat fenomena *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru.
- d. Guru BK yang ada di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru ada beberapa yang memiliki sifat *overthinking* dalam menangani masalah belajar siswa.
- e. Mengenai bagaimana *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Batasan Masalah
 - a. *Overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru
 - b. Faktor penyebab *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru
3. Rumusan Masalah
 - a. Bagaimana fenomena *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru?
 - b. Apa faktor penyebab terjadinya *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru?

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian**1. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah :

- a. Untuk mengetahui fenomena *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru
- b. Untuk mengetahui faktor penyebab terjadinya *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Manfaat Penelitian

Adapun penelitian ini diharapkan memiliki manfaat dalam berbagai aspek yaitu sebagai berikut :

- a. Bagi peneliti, sebagai penambah wawasan serta pengetahuan tentang fenomena yang terjadi di lapangan terkait dengan bimbingan dan konseling, serta sebagai bahan memenuhi persyaratan kelulusan strata satu (S1).
- b. Bagi sekolah, sebagai bahan masukan dan untuk informasi bagi guru bimbingan dan konseling terkait dengan judul tersebut.
- c. Bagi siswa, guru bimbingan dan konseling, kepala sekolah dan pihak-pihak yang terkait sebagai sumbangan pemikiran dan masukan memecahkan masalah yang terkait dengan judul tersebut.
- d. Bagi jurusan konsentrasi bimbingan dan konseling, hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai informasi tentang upaya guru bimbingan dan konseling dalam menghadapi siswa yang *overthinking* dalam menghadapi ujian.
- e. Bagi peneliti lainnya dapat menjadi rujukan, sumber informasi dan bahan referensi penelitian selanjutnya agar bisa lebih dikembangkan.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

KAJIAN TEORITIS

A. Kajian Teori

Untuk mengetahui fenomena *overthinking* guru bimbingan dan konseling dalam menangani masalah belajar siswa, terlebih dahulu penulis akan menjelaskan tentang *overthinking* dan apa fenomena *overthinking* guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi masalah belajar siswa.

1. *Overthinking* Guru Bimbingan Konseling

a. Pengertian *Overthinking*

Berpikir secara berlebihan dapat disebut sebagai *overthinking* (*think to much*). Dari susunan kata sendiri dapat menjelaskan *overthinking*, “*over*” yang berarti berlebihan, “*thinking*” yang berarti sedang berpikir. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *overthinking* adalah perilaku memikirkan hal yang berlebihan sebagai suatu reaksi seseorang yang lahir dari berbagai keadaan. Biasanya *overthinking* berisi tentang ingatan yang berhubungan dengan masa lalu, yaitu bayangan tentang kejadian silam yang pilu, kesalahan yang disesali juga kekhawatiran tentang masa depan atau hal yang belum terjadi.¹¹

¹¹ RSJ, Radjiman Wideodiningrat *overthinking-pikiran-dan-kecemasan-berlebihan*, diakses pada 18 januari 2021 pukul 17 : 48 WIB

Overthinking merupakan salah satu bentuk *psychological disorder* atau gangguan psikologis, karena saat seseorang mengalami *overthinking*, maka gejala yang terjadi juga erat kaitannya dengan dunia psikologi, seperti cemas, menakutkan hal yang sebenarnya tidak menakutkan, terlalu banyak pertimbangan sehingga diri merasa bimbang, memiliki banyak pikiran negatif yang muncul, hingga mencoba menjustifikasi sesuatu sehingga membuat orang yang mengalami hal tersebut semakin bingung, terpuruk, depresi hingga menutup diri.

Penyakit fisik juga dapat disebabkan oleh faktor psikis salah satunya *overthinking*. Dalam proses berpikir otak memerlukan tenaga yang cukup banyak, apalagi jika berpikir dilakukan secara keras dan terus menerus maka akan mengurangi banyak energi sehingga dapat mempengaruhi kesehatan fisik seseorang yang terbiasa *overthinking*. Dari beberapa pendapat ahli dapat disimpulkan bahwa *overthinking* adalah perilaku memikirkan sesuatu secara berlebihan yang dapat membawa pengaruh buruk baik psikis maupun fisik seseorang, *overthinking* biasanya berhubungan dengan kejadian masa silam yang membawa pengaruh penyesalan, juga kejadian yang belum terjadi yang membawa pengaruh kekhawatiran, sehingga menuntut diri

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

untuk terus berpikir yang dapat menyebabkan seseorang merasa tertekan, bimbang hingga depresi.¹²

b. Fenomena *Overthinking*

Fenomena dalam KBBI dijelaskan sebagai hal-hal yang dapat disaksikan dengan panca indra dan dapat diterangkan serta dinilai secara ilmiah.¹³ Sedangkan dalam kamus psikologi fenomena berasal dari kata *phenomenon* yang artinya, sesuatu yang dapat diamati, suatu fakta atau kejadian yang bisa dibuktikan, dan penampilan fakta yang selaras dengan realitas asal.¹⁴ Jadi, fenomena kecemasan adalah peristiwa yang dapat diamati oleh panca indra berupa gejala-gejala yang perlu dikonfirmasi secara ilmiah.

c. Penyebab *Overthinking*

Penyebab *overthinking* bisa bermacam-macam, pada umumnya terjadi ketika seseorang sedang mempertimbangkan suatu keputusan, mencoba memahami tindakan atau keputusan orang lain hingga memprediksikan masa depan, sebab dari *overthinking* tersebut ada yang dimulai dari memikirkan suatu hal yang telah terjadi di masa lalu, hingga mengkhawatirkan dan

¹² Lisda Sofia dkk, Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat: *Mengelola Overthinking untuk Meraih Kebermaknaan Hidup*, Volume 2 No. 2 Desember 2020, hlm. 121

¹³ KBBI QT media, version 5

¹⁴ J. P Chaplin, Kamus Lengkap Psikologi, Terj. Kartini Kartono, (Jakarta: Rajawali Pustaka, 2011), hlm. 366

mencemaskan suatu hal yang belum terjadi.¹⁵ Beberapa penyebab *overthinking* yang sering terjadi pada diri seseorang antara lain :

1) Pesimis dengan hal yang akan dikerjakan

Salah satu penyebab *overthinking* adalah pesimis dengan suatu hal yang belum terjadi, seseorang yang *overthinking* cenderung memiliki pikiran negatif dan pesimis dengan suatu hal yang akan dilakukan.

2) Terlalu perfeksionis

Untuk memberikan suatu hal yang baik agar berjalan dengan sempurna tidak ada salahnya, namun jika hal tersebut menjadi beban bagi diri hingga menuntut untuk menjadi sempurna akan membuat diri semakin memiliki pikiran negative dan *overthinking* terhadap sesuatu. Realistis merupakan hal yang harus dimiliki, karena terlalu perfeksionis umumnya fokus pada ketakutan gagal dan berbuat kesalahan, kegagalan atau kesalahan wajar terjadi pada suatu hal, oleh sebab itu realistis perlu dimiliki setiap orang walaupun ingin memberikan suatu hal yang sempurna pada sesuatu.

3) Suka memendam semuanya sendiri

Kebiasaan memendam sesuatu sendiri bisa menyebabkan *overthinking*. Tidak ada salahnya untuk bercerita tentang

¹⁵ *Ibid*, hlm. 122

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

problematika dengan orang yang dianggap dapat dipercaya, karena dengan bercerita dapat meringankan beban dan menyadari bahwa manusia adalah makhluk yang saling membutuhkan.

4) Berada di lingkungan yang *overthinking* juga

Lingkungan juga mempengaruhi pikiran seseorang, jika lingkungan tersebut terlalu menekan, hindari jika memang lingkungan tersebut membawa dampak buruk bagimu. Jika memiliki teman yang sama sama *overthinking*, akan lebih baik bercerita dan datang pada seorang ahli atau psikolog.

5) Membandingkan diri dengan orang lain

Salah satu sebab lain *overthinking* adalah membandingkan diri dengan orang lain, apalagi saat seseorang berusia 18- 23 tahun yang rentan mengalami *quarter life crisis*, sehingga akan mudah membandingkan pencapaian yang sudah diraih orang lain dengan diri sendiri.¹⁶

d. Ciri-ciri *Overthinking*

- 1) Memiliki kekhawatiran berlebihan terhadap suatu hal
- 2) Sering mengkritik diri sendiri
- 3) Mudah merasa menyesal

¹⁶ Young On Top Indonesia, 5 Penyebab *Overthinking* yang Sering Tidak Kamu Sadari, <https://www.youngontop.com/read/250877/5-penyebab-overthinking-yang-sering-tidak-kamu-sadari>/Posted on 17 June 2020, Diakses pada 30 Januari 2021 Pukul 12.27

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 4) Menghabiskan waktu memikirkan masa lalu atau mengkhawatirkan masa depan.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

a. Pengertian Bimbingan Konseling

Secara harfiah bimbingan yaitu menunjukkan, memberi jalan atau menuntun orang lain ke arah tujuan yang bermanfaat bagi hidupnya di masa sekarang dan di masa yang akan datang. Istilah bimbingan merupakan terjemahan dari kata *guidance* yang berasal dari bahasa Inggris, dari kata kerja *to guide*,¹⁷ yang berarti menunjukkan. Jadi, kata *guidance* berarti memberi petunjuk, pemberian bimbingan (tuntunan) kepada orang lain yang membutuhkan bantuan.

Sedangkan pengertian bimbingan menurut pendapat beberapa ahli sebagai berikut :

- 1) *Guidance is the assistance given to individuals in making intelligent choices and adjustments.* Bimbingan adalah memberikan bantuan kepada individu dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dan penyesuaian.
- 2) Menurut W.S. Winkel, bimbingan berarti pemberian bantuan kepada sekelompok orang dalam membuat pilihan-pilihan

¹⁷ John M. Echols dan Hasan Shadily, Kamus Inggris Indonesia, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006), hlm. 283

secara bijaksana dan dalam mengadakan penyesuaian diri terhadap tuntutan-tuntutan hidup.¹⁸

- 3) Menurut Hallen A, bimbingan merupakan proses pemberian bantuan yang terus menerus dari seorang pembimbing yang dipersiapkan kepada individu yang membutuhkannya, dalam rangka mengembangkan seluruh potensi yang dimilikinya secara optimal dengan menggunakan berbagai macam media dan teknik bimbingan, dalam suasana asuhan yang normatif agar tercapai kemandirian sehingga individu dapat bermanfaat baik bagi dirinya sendiri maupun lingkungannya.¹⁹

Istilah konseling berasal dari kata “*counseling*” yaitu kata “*to counsel*” secara etimologis berarti “*to give advice*” atau memberikan saran dan nasihat. Konseling juga memiliki arti memberikan nasihat atau memberi anjuran kepada orang lain secara tatap muka (*face to face*).²⁰ Jadi, konseling adalah pemberian nasihat kepada orang lain secara individu dan dilakukan dengan tatap muka (*face to face*).

Jadi, bimbingan dan konseling adalah kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniah dalam lingkungan hidupnya agar orang tersebut mampu

¹⁸ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), hlm. 7

¹⁹ Hallen A, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), hlm. 8-9

²⁰ Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), hlm. 8

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengatasinya sendiri karena timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa, sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup saat sekarang dan di masa yang akan datang.²¹ Bimbingan dan konseling juga dapat diartikan sebagai upaya pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor kepada anak didik agar dapat memahami dirinya sehingga sanggup mengarahkan diri dan bertindak dengan baik sesuai dengan perkembangan jiwanya.²²

Guru bimbingan konseling merupakan seorang guru yang tugasnya memberikan bimbingan kepada siswanya di sekolah. Guru bimbingan dan konseling juga sebagai guru pembimbing yang membantu siswanya di sekolah apabila siswanya memiliki masalah belajar maupun masalah pribadinya. Guru bimbingan dan konseling juga bisa diartikan sebagai pelayanan bantuan untuk siswa baik secara perorangan maupun kelompok agar siswa mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar dan keagamaannya.²³

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

²¹ Henni Syafrina Nasution, *Bimbingan Konseling : Konsep, Teori dan Aplikasinya* (Medan: Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI), 2019), hlm. 9

²² Suriati, Mulkiyan, dan Makmur Jaya Nur, *Teori dan Teknik Bimbingan dan Konseling*, (Sinjai: Latinulu, 2020), hlm. 8

²³ Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah & Madrasah*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2016), hlm. 405

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Tujuan Bimbingan Konseling

Tujuan bimbingan dan konseling adalah agar tercapainya perkembangan yang optimal pada individu yang dibimbing.²⁴ Tujuan bimbingan dan konseling untuk seorang individu berbeda dari (dan tidak boleh disamakan dengan) tujuan bimbingan dan konseling untuk individu lainnya. Jadi tujuan bimbingan dan konseling juga bisa disebut sebagai peserta didik yang mencapai tugas-tugas perkembangan secara optimal, dan tujuan bimbingan dan konseling untuk setiap individu berbeda sesuai dengan permasalahan apa yang dihadapi peserta didik tersebut.²⁵

Tujuan bimbingan dan konseling adalah sesuai dengan pendidikan sebagaimana dinyatakan dalam undang-undang sistem Pendidikan Nasional sebagaimana UUSPN tahun 2003, yaitu terwujudnya manusia seutuhnya yang cerdas yang beriman dan bertaqwa kepada tuhan yang maha esa dan berbudi pekerti luhur memiliki pengetahuan dan keterampilan kesehatan jasmani dan rohani kepribadian yang bertahap dan mandiri serta rasa tanggungjawab kemasyarakatan dan kebangsaan. Tujuan khususnya pelayanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu siswa agar mencapai tujuan-tujuan perkembangan mengikuti aspek pribadi sosial, belajar, karir, bimbingan pribadi sosial, dalam mewujudkan pribadi yang bertakwa, mandiri dan

²⁴ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2008), hlm. 35

²⁵ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. 2004, hlm.114

bertanggungjawab. Bimbingan belajar yang dimaksud mewujudkan pribadi pekerja yang produktif.²⁶

c. Fungsi Bimbingan Konseling

Di tinjau dari segi sifatnya, layanan bimbingan dan konseling berfungsi, sebagai berikut :

1) Pemecahan (*preventif*)

Layanan bimbingan dapat berfungsi pencegahan artinya merupakan usaha pencegahan terhadap timbulnya masalah, dalam fungsi pencegahan ini layanan yang diberikan berupa bantuan bagi para siswa agar terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangan.

2) Fungsi pemahaman

Fungsi pemahaman yang dimaksud yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan pemahaman tentang sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan keperluan pengembangan siswa.

3) Fungsi perbaikan

Walaupun fungsi pencegahan dan pemahaman telah dilakukan, namun mungkin saja siswa masih menghadapi masalah-masalah tertentu.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

²⁶ Dewa Ketut Suardi dan Desak P. E Nila Kusuma Wati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. 2008, hlm. 4-5

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 4) Fungsi pemeliharaan dan pengembangan
 Fungsi ini berarti bahwa layanan bimbingan dan konseling yang diberikan dapat membantu para siswa dalam memelihara dan mengembangkan keseluruhan pribadinya secara mantap, terarah, dan berkelanjutan.²⁷
- 5) Karakteristik guru bimbingan dan konseling
 Secara praktik guru BK memiliki fungsi khusus dibanding tenaga pendidik yang lain dalam pelaksanaan tugasnya di lembaga pendidikan. Dengan begitu, guru BK harus memenuhi karakter tertentu dalam menjalankan profesinya sebagai seorang konselor, beberapa para ahli berpendapat mengenai karakteristik yang berada dalam pribadi konselor, antara lain pemahaman diri, kompeten, kesehatan psikologis, dapat dipercaya, jujur, kekuatan, bersikap hangat, *actives responsive*, sabar, kepekaan, dan kesadaran holistic.²⁸
- 6) Memiliki cara pandang
 Cara pandang yang dimiliki konselor berarti visi atau tujuan yang jelas dan bertanggung jawab untuk mampu membantu

²⁷ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaa Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 26

²⁸ Syamsu Yusuf, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006), hlm. 37-44

orang secara profesional dengan menyalurkan pandangan tersebut kepada konseli.

7) Merasakan kehadiran Allah

Menimbulkan perasaan akan hadirnya Allah dalam hidup akan melahirkan sifat jujur yang akan berkembang menjadi bentuk keterbukaan konselor kepada konseli dalam kegiatan konseling.

8) Memiliki kualitas sabar

Mampu menjaga kualitas sabar dalam pribadi menjadi bentuk kecerdasan emosional yang bermakna memberikan kesadaran mengenai perasaan milik orang lain, memberikan rasa empati, rasa cinta, motivasi, dan kemampuan menghadapi kesedihan atau kegembiraan.

9) Cendrung pada kebaikan

Perbuatan baik akan melahirkan tujuan profesi guru BK yaitu memberi kemanfaatan bagi konseli. Kebaikan secara lisan maupun verbal dapat mengantarkan komunikasi yang akrab antara konselor dengan konseli sehingga mampu membuka pintu komunikasi konseling.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

10) Memiliki empati

Guru BK mampu bersedia untuk memahami perasaan, pikiran, dan keinginan konseli.²⁹

d. Tugas dan Kewajiban Bimbingan Konseling

Guru bimbingan dan konseling di sekolah memiliki peranan untuk mendorong perkembangan individu, membantu memecahkan masalah, dan mendorong tercapainya kesejahteraan (*well being*) individu secara fisik, psikologis, intelektual, emosional dan spiritual.³⁰ Guru bimbingan konseling yaitu, guru yang bertugas melakukan pelayanan dibidang bimbingan dan konseling siswa. Dalam pelaksanaan tugasnya, guru memiliki kewajiban sebagai berikut :

- 1) Merencanakan pembelajaran atau bimbingan yang bermutu, menilai dan mengevaluasi hasil pembelajaran atau bimbingan, serta melaksanakan pembelajaran dan perbaikan.
- 2) Meningkatkan dan mengembangkan kualifikasi akademik dan kompetensi secara berkelanjutan.
- 3) Bertindak obyektif dan tidak diskriminatif atas pertimbangan jenis kelamin, agama, suku, ras, dan kondisi fisik tertentu, latar belakang keluarga.

²⁹ Masdudi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*, (Cirebon: Nurjati Press, 2015), hlm. 151-158

³⁰ Dede Rahmat Hidayat dan Herdi, *Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2013), hlm. 114

- 4) Menjunjung tinggi peraturan perundang-undangan, hukum, dan kode etik guru, serta nilai agama dan etika.
- 5) Memelihara dan memupuk persatuan dan kesatuan bangsa.³¹

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwasanya tugas dan kewajiban guru bimbingan dan konseling di sekolah yaitu, memberikan pelayanan bimbingan kepada siswanya agar siswa dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Agar mampu menjalankan tugasnya dengan baik, guru bimbingan dan konseling harus memenuhi syarat-syarat sebagai berikut :

- 1) Seorang guru bimbingan dan konseling harus mempunyai pengetahuan yang cukup luas, baik segi teori maupun praktik.
- 2) Dalam segi psikologi, seorang pembimbing dapat mengambil tindakan yang bijaksana.
- 3) Seorang pembimbing harus sehat fisik maupun psikisnya.
- 4) Seorang pembimbing harus mempunyai sikap kecintaan terhadap pekerjaan dan juga terhadap anak atau individu yang di hadapinya.
- 5) Seorang pembimbing harus mempunyai inisiatif yang cukup baik, sehingga dapat memperoleh kemajuan di dalam usaha bimbingan dan konseling kea rah yang lebih sempurna.

³¹ Nanang Priatna dan Tito Sukamto, *Pengembangan Profesi Guru*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2013), hlm. 141

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 6) Seorang guru bimbingan konseling harus bersifat ramah-tamah, sopan santun di dalam segala perbuatannya, sehingga dia akan mendapatkan kawan yang sanggup bekerja dan memberikan antuan secukupnya untuk kepentingan anak-anak.
- 7) Seorang pembimbing di harapkan mempunyai sifat-sifat yang dapat menjalani prinsip-prinsip serta kode-kode etik dalam bimbingan dan penyuluhan dengan sebaik-baiknya.³²

B. Konsep Operasional

Konsep operasional adalah konsep yang digunakan sebagai acuan dalam menerapkan konsep teori di lapangan. Untuk menghindari kesalah pahaman terhadap konsep-konsep yang digunakan dalam penelitian ini, maka konsep tersebut penulis operasionalkan sebagai penjelasan sekaligus untuk membatasi konsep teoritis yang masih global. Konsep operasional ini merupakan suatu konsep yang digunakan untuk memberi batasan terhadap kerangka teoritis. Hal ini diperlukan agar tidak terjadi kesalahan dalam penafsiran ini.³³ Konsep operasional dalam penelitian ini berkenaan dengan Fenomena *overthinking* guru bimbingan konseling dalam mengatasi masalah belajar siswa. Sehubungan dengan itu, penelitian ini memfokuskan pada fenomena *overthinking*, faktor penyebab dan upaya mengatasi *overthinking* dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru.

³² Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2010), hlm. 199

³³ Depdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), hlm. 250

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Fenomena *overthinking*

Fenomena dalam KBBI dijelaskan sebagai hal-hal yang dapat disaksikan dengan panca indra dan dapat diterangkan serta dinilai secara ilmiah.³⁴ Sedangkan dalam kamus psikologi fenomena berasal dari kata *phenomenon* yang artinya, sesuatu yang dapat diamati, suatu fakta atau kejadian yang bisa dibuktikan, dan penampilan fakta yang selaras dengan realitas asal.³⁵ Jadi, fenomena kecemasan adalah peristiwa yang dapat diamati oleh panca indra berupa gejala-gejala yang perlu dikonfirmasi secara ilmiah.

2. Penyebab *overthinking*

Penyebab *overthinking* biasa bermacam-macam, pada umumnya terjadi ketika seseorang sedang mempertimbangkan suatu keputusan, mencoba memahami tindakan atau keputusan orang lain hingga memprediksikan masa depan.³⁶ Beberapa penyebab *overthinking* yang sering terjadi pada diri seseorang antara lain :

- a. Pesimis dengan hal yang akan dikerjakan.
- b. Terlalu perfeksionis.
- c. Suka memendam semuanya sendiri.
- d. Berada di lingkaran yang juga *overthinking*.

³⁴ KBBI QTmedia, version 5

³⁵ 8 J. P Chaplin, Kamus Lengkap Psikologi, Terj. Kartini Kartono, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), Hal. 366

³⁶ Lisda Sofia dkk. Mengelola Overthinking untuk Meraih Kebermaknaan Hidup, *Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, Volume 2 No. 2 Desember 2020, hlm 122

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- e. Membandingkan diri dengan orang lain.³⁷

C. Penelitian Relevan

Berdasarkan beragam referensi yang didapatkan penulis, berupa skripsi dan jurnal bahwa telah ada penelitian terdahulu yang penulis baca telah melakukan penelitian yang berkaitan dengan topic penelitian ini :

1. Penelitian yang sebelumnya pernah dilakukan oleh Aulia Indrasari (2021) yang berjudul, *Biblioterapi Untuk Mengatasi Overthinking Seseorang Pemudi di Desa Jombatan Kecamatan Kesamben Kabupaten Jombang*. Dalam skripinya menjelaskan tentang mengatasi *overthinking* di Desa Jombatan Kecamatan Kesamben Kabupaten Jombang, tahun ajaran 2021. Aulia Indrasari ini memiliki kesamaan yaitu sama-sama menjelaskan tentang cara mengatasi *overthinking*. Namun ada beberapa perbedaan antara penelitian Aulia Indrasari dengan peneliti. Perbedaanya di antaranya yaitu peneliti Aulia Indrasari tempatnya di Desa Jombatan Kecamatan Kesamben Kabupaten Jombang tahun ajaran 2021, sedangkan peneliti bertempat di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru. Selain itu peneliti Aulia Indrasari lebih membahas terkait dampak *overthinking*, *bibliotherapy* dalam mengatasi *overthinking*, dan *overthinking* dalam pandangan islam, sedangkan peneliti lebih kearah bagaimana fenomena *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar

³⁷ Young On Top Indonesia, *5 Penyebab Overthinking yang Sering Tidak Kamu Sadari*, <https://www.youngontop.com/read/250877/5-penyebab-overthinking-yang-sering-tidak-kamu-sadari/>Posted on 17 June 2020, Diakses pada 30 Januari 2021 Pukul 12.27

siswa, faktor penyebab terjadinya *overthinking* guru BK, dan upaya mengatasi masalah *overthinking* guru BK.

2. Penelitian yang sebelumnya pernah dilakukan oleh Nuri Qomarul Laili (2021) yang berjudul, *Mindfulness Therapy Untuk Menangani Overthinking Pada Wanita Dewasa di Desa Sedati Gede Kecamatan Sedati Kabupaten Sidoardjo*. Dalam skripsinya menjelaskan tentang menangani *overthinking* di Desa Sedate Gede Kecamatan Sedate Kabupaten Sidoardjo tahun ajaran 2021. Nuri Qomarul Laili ini memiliki kesamaan yaitu sama-sama menjelaskan tentang cara menangani *overthinking*. Namun ada beberapa perbedaan antara penelitian Nuri Qomarul Laili dengan peneliti. Perbedaannya yaitu peneliti Nuri Qomarul Laili tempatnya di Desa Sedate Gede Kecamatan Sedate Kabupaten Sidoardjo tahun ajaran 2021, sedangkan peneliti bertempat di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru. Selain itu peneliti Nuri Qomarul Laili lebih membahas terkait gejala *overthinking*, dan dampak *overthinking*, sedangkan peneliti lebih ke arah bagaimana fenomena *overthinking* guru BK dalam menangani masalah belajar siswa, faktor penyebab terjadinya *overthinking* guru BK, dan upaya mengatasi masalah *overthinking* guru BK.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Metode penelitian merupakan strategi umum yang dianut untuk mengumpulkan, mengolah, dan melakukan analisa data yang diperlukan guna menjawab permasalahan yang dihadapi. Metode penelitian juga merupakan cara melakukan penelitian ilmiah yang terstandar, sistematis, dan logis. Penelitian pada proposal ini juga didasarkan kepada penelitian ilmiah yang didasarkan kepada standar yang telah ditetapkan, tersistematis, dan logis, dengan memaparkan hasil penelitian apa adanya berdasarkan fakta dan data yang diperoleh di lapangan.³⁸

Pendekatan didalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Bentuk penelitian ini ialah penelitian yang bersifat ananlisis dimana penelitian merumuskan perhatiannya kepada sebuah obyek tertentu dan menghasilkan sebuah analisis. Metode penelitian kualitatif ini sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata atau lisan dari orang-orang dan prilaku yang diamati.³⁹

³⁸ Lexy. J. Moeleong, *Metodeologi Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: PT. Rosdakarya, 2015) hlm. 11

³⁹ *Ibid*, hlm. 155

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru yaitu (MTsN 1 dan MTsN 3 Kota Pekanbaru), dipilihnya Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru karena di sekolah tersebut peneliti ingin mengetahui seberapa *overthinking* nya guru BK terhadap masalah belajar siswa. Waktu penelitian di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru ini akan dilakukan setelah ujian seminar proposal.

C. Informan Penelitian

Informan penelitian ini sebanyak empat orang guru bimbingan dan konseling sebagai informan utama. Peneliti menjadikan semua guru bimbingan dan konseling di MTsN sebagai informan dengan kriteria sebagai berikut :

1. Memiliki pengalaman menjadi guru BK minimal 5 tahun, alasannya karena sudah lama bekerja sebagai guru BK
2. Latar belakang S1 BK
3. Bersedia menjadi informan

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menempuh beberapa langkah, yaitu wawancara dan dokumentasi :

1. Wawancara

Wawancara adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara (*interviewer*) untuk memperoleh informasi dari

terwawancara (*interview*). Wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan dalam suatu topic tertentu. Hasil wawancara ini berupa jawaban responden dari informasi terhadap permasalahan penelitian dan dijadikan data dalam penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur (*Semistruktur interview*) yang dalam pelaksanaannya lebih bebas bila dibandingkan dengan wawancara terstruktur.

Tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat, dan ide-idenya. Dalam melakukan wawancara, penulis perlu mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang dikemukakan oleh informan. Dalam melakukan pencatatan hasil wawancara dapat dilakukan dengan beberapa cara, antara lain :

- a. Pencatatan dilakukan secara langsung ketika wawancara berjalan.
- b. Pencatatan dilakukan setelah berlangsungnya wawancara. Pada saat wawancara berlangsung, pewawancara hanya melontarkan pertanyaan-pertanyaan, cara demikian disebut sebagai cara mengingat.
- c. Pencatatan dilakukan dengan alat bantu *tape recorder* (alat perekam). Dalam wawancara, penulis menggunakan cara pencatatan langsung.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Dokumentasi

Untuk mengumpulkan data yang lebih lengkap dan akurat maka penulis menambahkan studi dokumentasi. Dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau yang berupa catatan, transkrip, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat dan agenda yang berkaitan dengan masalah penelitian. Penulis melakukan studi dokumentasi terhadap buku-buku dan beberapa referensi lainnya yang berkaitan dengan fenomena *overthinking* guru bimbingan konseling dalam mengatasi masalah belajar siswa.

E. Instrumen Penelitian

1. Pedoman Wawancara

a. Tujuan wawancara

Tujuan dalam wawancara ini untuk mengetahui pengaruh fenomena *overthinking* guru bimbingan konseling dalam menangani masalah belajar siswa di MTsN Se Kota Pekanbaru.

b. Pertanyaan Panduan

1) Identitas diri

Guru BK MTsN Se Kota Pekanbaru

- a) Nama :
- b) Jabatan :
- c) Agama :
- d) Pekerjaan :
- e) Pendidikan terakhir :

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2) Pertanyaan penelitian

No	Pertanyaan	Alternatif Jawaban
(1)	(2)	(3)
1	Menurut ibu apa itu <i>overthinking</i> ?	
2	Pernakah ibu merasakan bahwa ibu menjadi guru BK ada hal atau kesalahan yang ibu sesali?	
3	Pernakah ibu menyesali saat menjadi guru BK dalam membantu masalah siswa tidak berhasil, lalu membuat ibu jadi kepikiran?	
4	Kasusnya seperti apa kalau boleh tau ibu, kejadian waktu itu?	
5	Dan sudah berapa lama kejadiannya, lalu masih ibu pikirkan?	
6	Dalam satu semester berapa kali kejadian seperti itu yang ibu alami?	
7	Masalah belajar anak yang seperti apa yang sering kali ibu merasa gagal dalam membantunya?	
8	Bagaimana fenomena <i>overthinking</i> yang ibu alami selama mengajar di sekolah ini?	
9	Seberapa besar masalah belajar di sekolah ini sehingga membuat ibu <i>overthinking</i> ?	
10	Menurut ibu apa yang menyebabkan ibu menjadi terlalu <i>overthinking</i> atau terpikirkan tentang masalah belajar anak?	
11	Seperti apa pesimis yang ibu rasakan setelah menjadi guru BK sekian tahun, pernah tidak ibu merasa bahwa ibu gagal menjadi seorang guru BK?	
12	Bagaimana menurut ibu tentang perfeksionis (kinerja atau kepribadian)	

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	yang selalu ingin terlihat sempurna?	
13	Apakah menurut ibu faktor ini bisa menyebabkan orang menjadi <i>overthinking</i> ? dan seperti apa kejadiannya pada diri ibu sendiri?	
14	Bagaimana ibu berinteraksi dengan guru BK dan kepala sekolah kalau ibu mengalami masalah tentang masalah belajar anak?	
15	Apakah disekolah ini mayoritas guru-guru mengalami <i>overthinking</i> juga bu?	
16	Bagaimana perbandingan ibu dengan orang lain, apakah ibu pernah membandingkan diri ibu dengan guru BK lainnya, sehingga membuat ibu menjadi kepikiran?	
17	Bagaimana upaya mengatasinya bu, apa yang akan ibu lakukan?	
18	Suasana belajar yang seperti apa yang sudah pernah ibu lakukan untuk bisa lebih menyenangkan?	
19	Dan seperti apa itu kejadiannya bu kalau boleh tau?	
20	Dan seperti apa upaya yang dilakukan bu?	
21	Bagaimana cara ibu agar siswa tetap semangat dan gembira saat jam pelajaran BK berlangsung?	
22	Apakah saat jam pelajaran BK berlangsung ibu pernah melakukan kegiatan selingan seperti <i>game</i> atau <i>ice breaking</i> ?	
23	<i>game</i> dan <i>ice breaking</i> seperti apa yang ibu berikan kepada siswa?	
24	Apakah ibu pernah melakukan kegiatan diluar kelas saat jam BK berlangsung?	
25	Apakah ibu pernah memberikan tugas kepada siswa, sehingga membuat	

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	siswa merasa kesulitan dalam menjawab pertanyaan tersebut?	
26	Dalam tugas-tugas siswa yang ibu berikan apakah ibu memberikan nilai kepada siswa?	
27	Dan bagaimana cara ibu mengembangkan system penilaian agar siswa merasa senang dan puas dengan nilai tersebut?	
28	Menurut ibu ciri-ciri <i>overthinking</i> itu seperti apa?	

2. Pedoman Dokumentasi

- a. Letak geografis
- b. Sejarah berdiri dan perkembangan madrasah
- c. Jumlah guru, karyawan, serta latar belakang pendidikan
- d. Jumlah siswa MTsN Se Kota Pekanbaru
- e. Sarana dan prasarana
- f. Visi dan misi MTsN Se Kota Pekanbaru

F. Langkah – langkah Penelitian

1. Tahap Pralapangan

Pada tahap ini, kegiatan yang dilakukan peneliti adalah :

- a. Menyusun rencana penelitian.
- b. Memilih lapangan penelitian.
- c. Mengurus perizinan untuk melakukan penelitian kepada pihak yang terkait dengan penelitian yang akan dilakukan.
- d. Melakukan studi pendahuluan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 1) Pemahaman atas petunjuk dan cara hidup peserta penelitian
- 2) Memahami pandangan hidup peserta penelitian
- 3) Penyesuaian diri dengan keadaan lingkungan atau latar belakang
- e. Memilih dan memanfaatkan sumber data (peserta penelitian).
- f. Menyiapkan perlengkapan penelitian seperti alat tulis, kamera dan peralatan lain untuk menunjang penelitian.
- g. Memperhatikan etika penelitian. Peneliti harus menjaga etika penelitian dan jangan sampai merusak suasana.
2. Tahap Pekerjaan Lapangan
 - a. Memahami latar penelitian dimana peneliti harus :
 - 1) Membatasi latar penelitiannya
 - 2) Menjaga penampilan. Peneliti kualitatif selalu tampil sederhana paling tidak menyesuaikan diri dengan kondisi lapangan dan informan
 - b. Pengenalan hubungan penelitian di lapangan. Meskipun harus akrab dengan informan atau anggota penelitian yang lain. Peneliti harus mengetahui batas hubungan antara dirinya dan informan. Ini penting untuk menghindari subjektivitas data atau hasil penelitiannya.
 - c. Jangka waktu penelitian. Peneliti harus menjelaskan kepada informan dan anggota penelitian yang lain seberapa lama waktu penelitian.

- d. Memasuki lapangan (melakukan penelitian di lapangan dengan memerhatikan etika penelitian).
- e. Keakraban hubungan. Peneliti harus bisa menjalin hubungan secara akrab dengan informan atau anggota penelitian yang lain.
- f. Peranan peneliti. Apabila data dikumpulkan dengan cara wawancara. Maka peneliti harus berperan sambil mengumpulkan data.
- g. Pengarahan batas penelitian. Peneliti harus menjelaskan kepada anggota penelitian atau informan tentang batas-batas penelitian yang akan dilakukan.
- h. Mencatat data. Ini dilakukan selama peneliti melakukan penelitian di lapangan, sambil berperan serta atau apa saja yang dilihat (ditemukan) berkenaan dengan latar penelitian.
- i. Petunjuk tentang cara mengingat data. Buatlah catatan secepatnya, jangan menunda nunda pekerjaan. Untuk mempermudah mengingat data peneliti harus membuat kode yang berkenaan dengan penelitian
- j. Kejenuhan dan istirahat. Oleh karena itu penelitian kualitatif menuntut keberadaan peneliti di lapangan yang relatif lama, apalagi jika selalu berhadapan dengan situasi yang monoton dan frekuensi penelitian yang intensif, terkadang menimbulkan kelelahan dan kejenuhan.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- k. Meneliti suatu latar yang didalamnya terdapat pertentangan. Terkadang fenomena yang diteliti menunjukkan pertentangan satu sama lain. Dalam kondisi ini peneliti harus menentukan benang merah yang mempertemukan antara konteks yang diteliti fenomena yang muncul di lapangan.
- l. Analisis di lapangan. Seperti telah disebutkan dalam perbedaan penelitian kualitatif dilakukan semenjak peneliti masih mengumpulkan data di lapangan. Data yang dikumpulkan dalam bentuk laporan harus segera dianalisis. Hal ini dapat mengungkapkan :
 - 1) Data apa yang masih dicari atau belum dikumpulkan.
 - 2) Hipotesis apa yang harus diuji.
 - 3) Pertanyaan apa yang harus dan belum dijawab.
 - 4) Metode apa yang digunakan untuk mencari informasi.
 - 5) Kesalahan apa yang harus diperbaiki.
3. Tahap Analisis dan Interpretasi Data

Pada tahap ini ada empat tahapan analisis yang dilakukan, yaitu :

 - a. Analisis domein. Dilakukan terhadap ata yang diperoleh melalui pengamatan berperan serta wawancara atau pengamatan deskriptif yang terdapat dalam catatan lapangan.
 - b. Analisis taksonomi. Setelah selesai analisis domein, dilakukan pengamatan dan wawancara terfokus berdasarkan fokus sebelumnya telah dipilih oleh peneliti.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- c. Analisis komponen. Setelah melakukan analisis taksonomi dilakukan wawancara atau pengamatan terpilih untuk memperdalam data yang ditemukan melalui sejumlah pertanyaan. Data hasil ata dimuat dalam catatan lapangan.
- d. Analisis tema. Merupakan seperangkat prosedur untuk memahami secara holistik persoalan yang sedang diteliti.⁴⁰

G. Teknik Analisis Data

Setelah proses pengumpulan data dilakukan, proses selanjutnya adalah melakukan analisis data. Analisis atau penafsiran data merupakan proses mencari dan menyusun atur secara sistematis catatan temuan penelitian melalui pengamatan dan wawancara dan lainnya untuk meningkatkan pemahaman penelitian tentang fokus yang dikaji dan menjadikannya sebagai temuan untuk orang lain, mengedit, mengklarifikasi, mereduksi dan menyajikannya.

Analisis atau perbincangan data merupakan proses menyusun atur data kedalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sedemikian rupa sehingga dapat ditemukan tema dan dirumuskan hipotesis sebagaimana tuntutan data. Analisis data menurut bogdan dan biklen adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadikan satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang

⁴⁰ Tohirin (2013) *Metode Kualitatif dalam Pendidikan Bimbingan dan Konseling*. (Jakarta: Raja Grafindo Persada). hlm 55

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.⁴¹

H. Triangulasi Data

Triangulasi adalah suatu pendekatan analisis data yang mensintesa data dari berbagai sumber. Menurut *Institute of global tech* yang tersedia secara online pada triangulasi mencari dengan cepat pengujian data yang sudah ada dalam memperkuat tafsir dan meningkatkan kebijakan serta program yang berbasis pada bukti yang telah tersedia. Dengan cara menguji informasi dengan mengumpulkan data melalui metode berbeda. Oleh berbeda dan dalam populasi berbeda, penemuan mungkin memperlihatkan bukti penetapan lintas data, mengurangi dampaknya dari penyimpangan potensial yang bisa terjadi dalam satu penelitian tunggal.

Triangulasi menyatukan informasi dari penelitian kuantitatif dan kualitatif menyertakan pencegahan dan kepedulian memprogram data, dan membuat penggunaan pertimbangan pakar. Triangulasi bisa menjawab pertanyaan terhadap kelompok resiko, efektivitas, kebijakan dan perencanaan anggaran, dan status epidemic dalam suatu lingkungan berubah. Metodeologi Triangulasi menyediakan satu prangkat kuat ketika satu respon cepat diperlukan, atau ketika data ada untuk menjawab satu pertanyaan spesifik. Triangulasi mungkin digunakan ketika koleksi data baru tidak mungkin untuk hemat biaya.⁴²

⁴¹ Tohirin, *op.cit*, hlm. 141-142

⁴² Sugiono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*. (Bandung: Alfabeta 2007), hlm. 330

Dalam penelitian ini menggunakan Triangulasi teori, Triangulasi teori dan Triangulasi metode.

1. Triangulasi Teori

Triangulasi Teori berdasarkan anggapan bahwa fakta tidak dapat diperiksa derajat kepercayaannya dengan satu teori atau lebih, dan dapat dilaksanakan dengan penjelasan banding (*rival explanation*).

2. Triangulasi Metode

Triangulasi Metode adalah suatu metode yang melakukan pengecekan hasil penelitian dengan teknik pengumpulan data yang berbeda yakni wawancara, observasi dan dokumentasi sehingga derajat kepercayaan dapat valid.

3. Triangulasi Sumber

Triangulasi Sumber adalah langkah pengecekan kembali data-data yang diperoleh dari informan dengan cara menanyakan kebenaran data atau informasi kepada informan satu dengan informan lainnya.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa dengan adanya fenomena *overthinking* guru bimbingan konseling dalam menangani masalah belajar siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru. Dengan ini disimpulkan bahwa :

1. Fenomena *overthinking* guru bimbingan konseling di MTsN Se Kota Pekanbaru

Fenomena *overthinking* yang dialami guru bimbingan konseling yaitu karena :

- a. Guru BK memiliki rasa kekhawatiran yang berlebihan terhadap suatu hal yang terjadi pada siswa
 - b. Menghabiskan banyak waktu untuk memikirkan hal yang tidak penting
 - c. Mengalami kesulitan tidur atau insomnia
 - d. menghabiskan waktu memikirkan masa lalu atau mengkhawatirkan masa depan.
2. Faktor penyebab terjadinya *overthinking* guru bimbingan konseling di MTsN Se Kota Pekanbaru

Faktor penyebab terjadinya *overthinking* itu bisa bermacam-macam biasanya terjadi ketika seseorang mempertimbangkan suatu keputusan dan mencoba memahami tindakan atau sebuah keputusan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

orang lain hingga memprediksikan masa depan. Penyebab *overthinking* tersebut ada yang dimulai dari memikirkan suatu hal yang telah terjadi atau suatu hal yang belum pasti terjadi sehingga membuat dirinya khawatir dan cemas akan suatu hal tersebut. Berikut beberapa faktor penyebab terjadinya *overthinking* :

- a. Pesimis dengan hal yang akan dikerjakan
- b. Terlalu perfeksionis
- c. Suka memendam semuanya sendiri
- d. Membandingkan diri dengan orang lain
- e. Berada di lingkungan yang *overthinking* juga

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa fenomena *overthinking* guru bimbingan konseling dalam menangani masalah belajar siswa di MTsN Se Kota Pekanbaru. Maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Kepada pihak sekolah, untuk lebih memperhatikan perkembangan belajar siswa dan memberikan dukungan penuh terhadap strategi guru bimbingan konseling dalam menangani masalah belajar siswa agar berjalan dengan efektif.
2. Kepada guru bimbingan konseling, peneliti menyarankan untuk lebih memperhatikan masalah belajar yang dihadapi siswa, dengan cara memberikan bimbingan belajar terus-menerus kepada siswa, memberikan motivasi belajar kepada siswa, agar siswa tersebut tetap

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

semangat dan aktif dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru mapel dan tugas lainnya.

3. Kepada siswa, diharapkan untuk selalu terbuka kepada guru mata pelajaran maupun guru BK mengenai permasalahan belajarnya, lebih meningkatkan motivasinya dalam belajar, serta mengubah cara belajarnya kearah yang lebih baik agar mendapatkan hasil belajar yang memuaskan.

Demikianlah penelitian ini telah dilakukan dan disusun dalam bentuk skripsi. Besar harapan peneliti agar skripsi ini dapat memberikan sumbangan kepada berbagai pihak yang terkait, sebagai pengembangan khususnya bimbingan dan konseling. Saran, arahan dan teguran sangat peneliti harapkan untuk menyempurnakan penelitian sama yang akan datang, sekian terimakasih.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Juntika Nurihsan, 2009. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai LatarKehidupan*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Aifwati Citra Iqlimasari, Skripsi : “*Bimbingan dan Konseling Islam dalam Mengatasi Kecemasan Para Pelajar di SD Siti Aminah Surabaya: Studi Pengembangan Paket Pelatihan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional*”, Surabaya: UINSA, 2013, hlm. 54
- A.M. Sardiman. 2004. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Asas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling*, Bandung: CV Pustaka Setia, 2010.
- Andiani, S. Menghilangkan Sifat Overthinking. *Jurnal Presisi*. Com, (2020), 2 <https://jurnalpresisi.pikiran-rakyat.com/opini/pr-15653283/menghilangkan-sifatoverthinking>
- Atkinson, R.L., Atkinson, R.C.,Hilgard, E.R. 2001. *Pengantar Psikologi*. Jilid Dua. Alih Bahasa : Widjaja Kusuma. Batam: Interaksara
- Dede Rahmat Hidayat dan Herdi, *Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013.
- Depdikbud. 2022. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka
- Depdiknas. 2003. Undang-undang Republik Indonesia No. 20 tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional
- Dewa Ketut Suardi dan Desak P. E Nila Kusuma Wati. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*
- Dewa Ketut Sukardi. 2008. *Pengantar Pelaksanaa Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta
- Fakhir, R. M. 2019. Dampak Buruk *Overthinking* Bagi Psikologis dan Kesehatan. *Jurnal Pos Media*.
- Hallen A. 2005. *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Quantum Teaching

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Henni Syafriana Nasution. 2019. *Bimbingan Konseling : Konsep, Teori dan Aplikasinya*. Medan: Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia. LPPPI), 2019
- J.P Chaplin, 2011. *Kamus Lengkap Psikologi*, Terj. Kartini Kartono, Jakarta: Rajawali Persada
- John M. Echols dan Hasan Shadily, 2006. *Kamus Inggris Indonesia*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Lexy. J. Moeleong, 2015. *Metodeologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: PT. Rosdakarya
- Lisda Sofia dkk, Mengelola *Overthinking* untuk Meraih Kebermaknaan Hidup, *Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*. Volume 2 No. 2 Desember 2020, hlm 121
- Masdudi. 2015. *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*. Cirebon: Nurjati Press
- Masril. 2011, “*Konseling Regulasi Diri Kesiapan Karir Siswa Melalui Strategi Bibliotherapy*,” (Makalah dalam Prosiding disampaikan pada Konvensi Nasional XVII Asosiasi Bimbingan Konseling Indonesia (ABKIN), Pekanbaru
- Meva Nareza, Alodokter: *Hati-Hati, Dampak Overthinking Bisa Berakibat Fatal*, 16 Juni 2020, <https://www.alodokter.com/hati-hati-dampak-overthinking-bisa-berakibat-fatal>, diakses pada 28 Januari 2021 pukul 20:45 WIB
- Mulyadi. 2016. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah & Madrasah*, Jakarta: Prenada Media Group
- Nanang Priyatna dan Tito Sukamto. 2013. *Pengembangan Profesi Guru*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Nurmina., Aviani,Y.I., Hermaleni.T., Rusli.D., & Lubis.A. (2019). Asesmen dan Intervensi psikologi untuk mengurangi stres psikologis pada para ibu di desaku menanti. *Jurnal Plakat*, 1 (2)
- Panazabdian Waskito, “*Mindfulness dalam Layanan Bimbingan dan Konseling bagi Peserta Didik Remaja di Sekolah Menengah Pertama*”, PROCEEDING Konvensi Nasional XXI Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia Bandung, 27-29 April 2019

- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-dasar bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- RSJ. Radjiman Wideodiningrat., diakses pada 18 januari 2021 pukul 17 : 48 WIB
- Samsul Munir Amin. 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah
- Slameto. (2015). *Belajar dan Faktor - faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sugiono, 2007, *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Suriati, Mulkiyan, dan Makmur Jaya Nur.2020. *Teori dan Teknik Bimbingan dan Konseling*. Sinjai: Latinulu
- Yamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan. 2006. *Landasan Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Thomas Oppong. 2019, “*Psychologists Explain How To Stop Overthinking Everything*”, diakses pada tanggal 18 September 2020 dari <http://intellibriefs.blogspot.com/2019/11/psychologists-explain-how-tostop.html>
- Tohirin, 2008, *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah (berbasis integrasi)* jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Tohirin, 2013, *Metode Kualitatif dalam Pendidikan Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Young On Top Indonesia, *5 Penyebab Overthinking yang Sering Tidak Kamu Sadari*, <https://www.youngontop.com/read/250877/5-penyebab-overthinking-yang-sering-tidakkamu-sadari/> Posted on 17 June 2020, Diakses pada 30 Januari 2021 Pukul 12.27

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN 1

KISI-KISI INSTRUMENTASI PENELITIAN

	Indikator	Jumlah Item	Nomor Item
1	Pengertian <i>overthinking</i>	1	1
2	Kesalahan yang disesali dan kekhawatiran tentang masa depan atau hal yang belum terjadi	6	2, 3, 4, 5, 6, 7
3	Fenomena <i>overthinking</i>	2	8, 9
4	Penyebab <i>overthinking</i>	1	10
5	Pesimis dengan hal yang akan dikerjakan		11
6	Terlalu perfeksionis		12
7	Suka memendam semuanya sendiri	2	13, 14
8	Berada di lingkungan yang <i>overthinking</i> juga	1	15
9	Membandingkan diri dengan orang lain	1	16
10	Upaya mengatasi <i>overthinking</i>	1	17
11	Menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan	3	18, 19, 20
12	Selama kegiatan di dalam kelas berlangsung guru BK dapat mengembangkan <i>sense of humor</i> (membangkitkan rasa gembira)	1	21
13	Melaukan kegiatan selingan seperti <i>game</i> atau <i>ice breaking</i>	2	22,23
14	Mengajak siswa keluar kelas dalam kegiatan	1	24

© Hak cipta ini milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	pembelajaran		
15	Memberikan materi atau tugas kepada siswa sehingga membuat siswa tersebut kesulitan	1	25
16	Mengembangkan system penilaian yang menyenangkan	2	26, 27
13	Ciri-ciri <i>overthinking</i>	1	28

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN 2

PEDOMAN WAWANCARA

Untuk guru bimbingan konseling di MTsN 1 pekanbaru dan MTsN 3 pekanbaru

A. Identitas diri responden

1. Nama :
2. Usia :
3. Jenis kelamin :
4. Pekerjaan :
5. Lokasi :

B. Pertanyaan penelitian

Adapun pertanyaan penelitian yang akan dipertanyakan oleh informan yaitu sebagai berikut:

No	Pertanyaan	Alternatif Jawaban
(1)	(2)	(3)
1	Menurut ibu apa itu <i>overthinking</i> ?	
2	Pernakah ibu merasakan bahwa ibu menjadi guru BK ada hal atau kesalahan yang ibu sesali?	
3	Pernakah ibu menyesali saat menjadi guru BK dalam membantu masalah siswa tidak berhasil, lalu membuat ibu jadi kepikiran?	
4	Kasusnya seperti apa kalau boleh tau ibu, kejadian waktu itu?	
5	Dan sudah berapa lama kejadiannya, lalu masih ibu pikirkan?	

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

6	Dalam satu semester berapa kali kejadian seperti itu yang ibu alami?	
7	Masalah belajar anak yang seperti apa yang sering kali ibu merasa gagal dalam membantunya?	
8	Bagaimana fenomena <i>overthinking</i> yang ibu alami selama mengajar di sekolah ini?	
9	Seberapa besar masalah belajar di sekolah ini sehingga membuat ibu <i>overthinking</i> ?	
10	Menurut ibu apa yang menyebabkan ibu menjadi terlalu <i>overthinking</i> atau terpikirkan tentang masalah belajar anak?	
11	Seperti apa pesimis yang ibu rasakan setelah menjadi guru BK sekian tahun, pernah tidak ibu merasa bahwa ibu gagal menjadi seorang guru BK?	
12	Bagaimana menurut ibu tentang perfeksionis (kinerja atau kepribadian) yang selalu ingin terlihat sempurna?	
13	Apakah menurut ibu faktor ini bisa menyebabkan orang menjadi <i>overthinking</i> ? dan seperti apa kejadiannya pada diri ibu sendiri?	
14	Bagaimana ibu berinteraksi dengan guru BK dan	

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	kepala sekolah kalau ibu mengalami masalah tentang masalah belajar anak?	
15	Apakah disekolah ini mayoritas guru-guru mengalami <i>overthinking</i> juga bu?	
16	Bagaimana perbandingan ibu dengan orang lain, apakah ibu pernah membandingkan diri ibu dengan guru BK lainnya, sehingga membuat ibu menjadi kepikiran?	
17	Bagaimana upaya mengatasinya bu, apa yang akan ibu lakukan?	
18	Suasana belajar yang seperti apa yang sudah pernah ibu lakukan untuk bisa lebih menyenangkan?	
19	Dan seperti apa itu kejadiannya bu kalau boleh tau?	
20	Dan seperti apa upaya yang dilakukan bu?	
21	Bagaimana cara ibu agar siswa tetap semangat dan gembira saat jam pelajaran BK berlangsung?	
22	Apakah saat jam pelajaran BK berlangsung ibu pernah melakukan kegiatan selingan seperti <i>game</i> atau <i>ice breaking</i> ?	
23	<i>game</i> dan <i>ice breaking</i> seperti apa yang ibu berikan kepada siswa?	

24	Apakah ibu pernah melakukan kegiatan diluar kelas saat jam BK berlangsung?	
25	Apakah ibu pernah memberikan tugas kepada siswa, sehingga membuat siswa merasa kesulitan dalam menjawab pertanyaan tersebut?	
26	Dalam tugas-tugas siswa yang ibu berikan apakah ibu memberikan nilai kepada siswa?	
27	Dan bagaimana cara ibu mengembangkan system penilaian agar siswa merasa senang dan puas dengan nilai tersebut?	
28	Menurut ibu ciri-ciri <i>overthinking</i> itu seperti apa?	

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN 3

HASIL WAWANCARA

Nama : EP
Jenis kelamin : Perempuan
Jabatan : Guru bimbingan konseling
Lokasi : MTsN 1 Kota Pekanbaru

Jawaban dari Pertanyaan

1. Menurut ibu apa itu *overthinking*?

Jawaban : *overthinking* itu menurut saya memikirkan sesuatu masalah itu terlalu berlebihan, sehingga sedang makan pun terpikirkan oleh masalah yang terjadi, bahkan menjelang tidurpun masih memikirkan masalah tersebut, dan membuat seseorang menjadi insomnia karena terlalu memikirkan masalah yang terjadi pada diri seseorang tersebut.

2. Pernahkah ibu merasakan bahwa ibu menjadi guru BK ada hal atau kesalahan yang ibu sesali?

Jawaban : sejauh ini tidak ada karena kami sebagai guru BK harus berhati-hati dalam menangani masalah siswa.

3. Pernahkah ibu menyesali saat menjadi guru BK dalam membantu masalah siswa tidak berhasil, lalu membuat ibu jadi kepikiran?

Jawaban : kalau di madrasah sih peran guru BK kan tidak sendiri, biasanya kana da kerjasama atau diskusi dengan wali kelas, tentu yang lebih kenal dengan siswa itu adalah wali kelas karna intensitas bertemu dengan siswa lebih tinggi di wali kelas, kalau ibu pribadi agar tidak salah dalam

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengambil sikap saya akan berdiskusi dengan wali kelas ataupun guru mapel yang terkait.

4. Kasusnya seperti apa kalau boleh tau ibu, kejadian waktu itu?

Jawaban : misalnya seperti kasus yang mungkin dikatakan tidak lagi ringan, misalnya seperti kasus perilaku menyimpang dan gangguan kepribadian, hal yang seperti itu sih biasanya yang membuat kita ekstra berpikir gitu.

5. Dan sudah berapa lama kejadiannya, lalu masih ibu pikirkan?

Jawaban : kalau untuk kasus yang membuat siswa berperilaku menyimpang ataupun gangguan kepribadian atau kasus yang dibilang bukan kasus ringan lagi, pasti kita sebagai guru BK terpikirkan terus akan masalah tersebut sebelum masalah itu kita selesaikan.

6. Dalam satu semester berapa kali kejadian seperti itu yang ibu alami?

Jawaban : kemungkinan bisa dua atau tiga kali.

7. Masalah belajar anak yang seperti apa yang sering kali ibu merasa gagal dalam membantunya?

Jawaban : kalau masalah belajar kemungkinan dalam motivasi anak yah, namanya usia anak di madrasah ini kan memang motivasi belajar anaknya suka naik turun, jadi kadang ada masanya anak-anak itu memang kalau dibiang malas sebenarnya memang itulah masanya dia malas atau uring-uringan untuk belajar, tapi itulah tadi apalagi jaman sekarang kan hanya beberapa jam disekolah siswa lebih banyak di rumah, kalau dimadrasah kan tentu siswa

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tidak dibenarkan membawa hp, kalau diluar sekolah itulah harus ada kerjasama antara guru dengan orang tua.

Bagaimana fenomena *overthinking* yang ibu alami selama mengajar di sekolah ini?

Jawaban : ada beberapa kali masalah anak yang membuat kita (guru BK) kaget gtu, kaget karena beberapa tahun belakangan ini kan sekolah daring, nah mungkin dari tontonan mereka baik itu dari media tiktok, ig, nedflik, fb ataupun yang lain nya. Jadi saat siswa menonton video tersebut siswa itu seperti ternormalisasi dalam diri dia gitu, dan menurut siswa itu adalah hal yang biasa gtu sehingga mereka memberlakukan contohnya mungkin menyukai sesama jenis, mungkin siswa memang masih tahap hanya ingin tau saja, tapi kadang ini yang membuat kita khawatir karna ini bukan masalah sepele, karena jika siswa sampai melakukan hal yang seperti itu bukan hanya menyangkut satu orang saja yang akan malu, tetapi satu sekolah juga akan menjadi dampaknya. jadi saya berfikir bagaimana sih cara melakukan pendekatan kepada mereka in seperti apa gtu.

9 Menurut ibu apa yang menyebabkan ibu menjadi terlalu *overthinking* atau terpikirkan tentang masalah belajar anak?

Jawaban : karna itu tadi, kenapa anak itu bisa seperti itu melihat tontonan ataupun sampai melakukan hal tersebut, mungkin karna ini adalah hal baru atau masalah baru jadi kami sebagai guru BK belum ada kesiapan untuk menghadapi masalah ini.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

10. Seperti apa pesimis yang ibu rasakan setelah menjadi guru BK sekian tahun, pernah tidak ibu merasa bahwa ibu gagal menjadi seorang guru BK?

Jawaban : kalau dibilang pesimis mungkin ada sedikit banyaknya, terkadang kita merasa bahwa kita itu sulit untuk melakukan pendekatan ke anak gitu kan, tapi kalau merasa gagal itu nggak karna kalau kita mendapati anak yang sulit terbuka kan kita terus mencari tau dan bagaimana terus menggali ataupun berdiskusi dengan kawan-kawan lainnya, bagaimana bisa mengungkap masalah dari anak tersebut.

11. Bagaimana menurut ibu tentang perfeksionis (kinerja atau kepribadian) yang selalu ingin terlihat sempurna?

Jawaban : kalau saya bukan tipe nya yang perfeksionis gitu karna kalau misalnya kita secara teoritis belajar misalnya teori BK nih, namun kadang dalam penerapannya itu juga tidak bisa seratus persen kita terapkan seperti itu, misalnya kalau dalam konseling kana da metode pembukaannya seperti apa, masuk ke tahap konseling seperti apa tetapi kalau saya tipe nya bukan yang runut ataupun perfek gitu.

12. Apakah menurut ibu faktor ini bisa menyebabkan orang menjadi *overthinking*? dan seperti apa kejadiannya pada diri ibu sendiri?

Jawaban : nah mungkin ini yang cenderung membuat kita *overthinking* karena dia merasa semua apa yang dilakukannya itu harus sempurna, tetapi berbeda dengan saya karena cenderung berserah diri juga karena kan kita ikhtiar nih melakukan pendekatan kesiswa atau siswi untuk pemecahan masalahnya, tetapi untuk hasil kan kita butuh sebuah proses untuk itu semua.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

13. Bagaimana ibu berinteraksi dengan guru BK dan kepala sekolah kalau ibu mengalami masalah tentang masalah belajar anak?

Jawaban : kalau sejauh ini komunikasi dengan sesama guru BK baik-baik saja, karena kan kita guru BK mempunyai hak asuh anak masing-masing disetiap kelas, kadang kami saling bertukar pikiran, kalau untuk berinteraksi dengan kepala sekolah tentang masalah anak mungkin jarang karena hanya beberapa kasus yang kita harus minta pendapat dari kepala sekolah, kita juga sebagai guru BK tidak bisa semua masalah siswa itu kita ceritakan, karena kita kan di BK ada yang nama nya asas kerahasiaan yang harus kita jaga.

14. Apakah disekolah ini mayoritas guru-guru mengalami *overthinking* juga bu?

Jawaban : kalau sepengetahuan saya mungkin tidak terlalu yah, Cuma mungkin ada beberapa guru yang mengalami *overthinking*, tapi tidak terlalu banyak.

15. Bagaimana perbandingan ibu dengan orang lain, apakah ibu pernah membandingkan diri ibu dengan guru BK lainnya, sehingga membuat ibu menjadi kepikiran?

Jawaban : mungkin tanpa saya sadari saya pernah melakukan atau membandingkan diri saya dengan guru yang lainnya, biasanya itu dalam hal kegiatan konseling seperti guru bk yang lain sudah menyebarkan anget ke siswa tetpi saya belum, ataupun guru bk yang lain sudah membuat jadwal dengan siswa tetapi saya belum juga, seperti itu sih.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

16. Bagaimana upaya mengatasinya bu, apa yang akan ibu lakukan?

Jawaban : kalau saya sih simple aja yah, kalau yang bisa saya kerjaan akan saya kerjakan, dan itu cocok untuk kondisi siswa saya disini saya terangkan, jika memang rasanya saya tidak sanggup menyelesaikannya yasudah tidak masalah buat saya, karena BK ini kan lebih fleksibel sih tergantung kita menggunakannya.

17. Suasana belajar yang seperti apa yang sudah pernah ibu lakukan untuk bisa lebih menyenangkan?

Jawaban : kalau anak-anak asuh saya sih selalu senang katika saya masuk ke kelas, karena bagi mereka saat guru BK masuk itu saat nya mereka bermain, karena saya cendrung kalau saya masuk kelas itu sebelum saya mebagikan angket kita melakukan ice breaking dulu gtu, jadi anak itu memang persepsidalam diri dia kalau emang guru BK itu masuk saat nya main gtu.

18. Bagaimana cara ibu agar siswa tetap semangat dan gembira saat jam pelajaran BK berlangsung?

Jawaban : iya itu tadi kita harus terapkan kepada siswa sebuah *game* atau *ice breaking*, sedemikian rupa kita menjadi pendengar yang baiklah kalau kita menjadi guru BK kan kita memang harus menjadi pendengar yang baik, menampung aspirasi anak-anak.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

19. Apakah saat jam pelajaran BK berlangsung ibu pernah melakukan kegiatan selingan seperti *game* atau *ice breaking*?

Jawaban : iyaa pernah dan menurut saya itu adalah sebuah hal yang tidak bisa kita alihkan, karena dengan adanya *game* atau *ice breaking* anak tidak mudah suntuk ataupun bosan didalam kelas.

20. Apakah ibu pernah melakukan kegiatan diluar kelas saat jam BK berlangsung?

Jawaban : kalau ibu pribadi sering mengajak siswa untuk melakukan kegiatan BK diluar kelas, kadang kami pergi ke lapangan.

21. Apakah ibu pernah memberikan tugas kepada siswa, sehingga membuat siswa merasa kesulitan dalam menjawab pertanyaan tersebut?

Jawaban : kalau tugas tentang BK ibu gada yah, karena kalau menurut ibu ketika anak-anak disekolah sudah full day gitu kan, kalau bisa kita menghindarilah tugas-tugas begitu. karena kan anak sudah letih disekolah dengan tugas yang diberikan guru mapel.

22. Menurut ibu ciri-ciri *overthinking* itu seperti apa?

Jawaban : kalau menurut saya yang pernah saya alami ketika *overthinking* itu seperti terlalu memikirkan masalah itu secara berlebihan sama seperti yang sudah saya jelaskan tadi, sehingga sampai kita tidurpun kita masih memikirkan masalah tersebut.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Nama : A
Jenis kelamin : Laki-laki
Jabatan : Guru bimbingan konseling
Lokasi : MTsN 1 Kota Pekanbaru

Jawaban dari Pertanyaan

1. Menurut bapak apa itu *overthinking*?

Jawaban : *overthinking* menurut saya adalah seseorang yang berlebihan dalam berpikir, dimana seseorang tersebut terus-menerus memikirkan suatu masalah tanpa menemukan sebuah solusi dari permasalahan tersebut.

2. Pernahkah bapak merasakan bahwa bapak menjadi guru BK ada hal atau kesalahan yang bapak sesali?

Jawaban : mungkin ada ya, maksudnya itu begini saat saya salah mengambil langkah atau solusi untuk siswa yang sedang bermasalah, namanya kita manusia pasti sedikit banyaknya ada kesalahan yang kita buat. Nah tapi kesalahan itu tidak terus-menerus saya buat, jika saya ragu untuk memberikan solusi anak yang sedang bermasalah saya akan bertanya kepada guru BK yang lain.

3. Pernahkah bapak menyesali saat menjadi guru BK dalam membantu masalah siswa tidak berhasil, lalu membuat bapak jadi kepikiran?

Jawaban : pastinya pernah yah karena itu tadi mungkin ada dimana saatnya saya belum berhasil dalam memecahkan masalah anak, mungkin karena kurang pengetahuan dan sebagainya, tetapi saya tetap berdiskusi dengan guru BK yang ada disekolah ini.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kasusnya seperti apa kalau boleh tau pak, kejadian waktu itu?

Jawaban : yang saya tangani biasanya kasus dalam permasalahan belajar anak, jadi permasalahan belajar anak ini sangat mengkhawatirkan kita sebagai guru, apalagi sampai membuat anak itu merasa terganggu dalam menerima sebuah pembelajaran.

4 Dan sudah berapa lama kejadiannya, lalu masih bapak pikirkan?

Jawaban : selagi masalah anak itu belum terselesaikan pasti nya kami sebagai guru BK terus memikirkan masalah itu, karena menyangkut masalah belajar anak.

6. Dalam satu semester berapa kali kejadian seperti itu yang bapak alami?

Jawaban : kemungkinan bisa tiga atau sampai empat kali ya.

7. Masalah belajar anak yang seperti apa yang sering kali bapak merasa gagal dalam membantunya?

Jawaban : masalah belajar anak yang terganggu akibat faktor lingkungan, terus motivasi belajar anak yang kurang.

Bagaimana fenomena *overthinking* yang bapak alami selama mengajar di sekolah ini?

Jawaban : kalau saya mungkin terbawa sama masalah anak ya jadi membuat saya kepikiran terus oleh masalah anak tersebut, karena ketika kita belum menemukan sebuah solusi untuk masalah anak kita pasti kepikiran terus bukan. Bahkan setelah kita menemukan solusi nya pun kadang kita masih ada sedikit atau banyak nya kepikiran dalam menjelaskan kepada anak, tentang solusi yang akan kita jelaskan kepadanya.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Menurut bapak apa yang menyebabkan bapak menjadi terlalu *overthinking* atau terpikirkan tentang masalah belajar anak?

Jawaban : yaa karna itu tadi masalah nya, karna belum menemukan sebuah solusi untuk permasalahan anak, dan saya pun kadang sharing juga dengan guru BK lainnya.

10 Seperti apa pesimis yang bapak rasakan setelah menjadi guru BK sekian tahun, pernah tidak bapak merasa bahwa bapak gagal menjadi seorang guru BK?

Jawaban : kalau dibilang gagal dalam menjadi guru BK mungkin tidak ya, tapi kadang lebih kenasehat diri sendiri gitu, harus lebih banyak sharing ke guru bk lain nya, harus lebih banyak wawasan agar tidak salah dalam memberikan sebuah solusi kepada anak.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Nama : ASH
Jenis kelamin : Perempuan
Jabatan : Guru bimbingan konseling
Lokasi : MTsN 3 Kota Pekanbaru

Jawaban dari Pertanyaan

1. Menurut ibu apa itu *overthinking*?

Jawaban : *overthinking* itu menurut ibu terlalu berlebihan dalam memikirkan sesuatu yang belum terjadi, sehingga membuat diri kita merasa cemas dan terlalu berlebihan dalam hal tersebut.

2. Pernahkah ibu merasakan bahwa ibu menjadi guru BK ada hal atau kesalahan yang ibu sesali?

Jawaban : owh pernah, waktu itu kejadiannya, ada masalah anak yang tidak kita control akhirnya masalah tersebut menjadi masalah yang besar, misalnya tuh masalah anak ini kan seharusnya kita control kita ikuti terus sampai selesai mungkin waktu itu belum banyak pengalaman, sehingga dengan itu masalah anak tidak terselesaikan secara maksimal

3. Pernahkah ibu menyesali saat menjadi guru BK dalam membantu masalah siswa tidak berhasil, lalu membuat ibu jadi kepikiran?

Jawaban : iyaa sama seperti yang sebelumnya ibu jelaskan karena kurangnya ibu wawasan jadi masalah anak itu rasanya belum tuntas ibu selesaikan.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Kasusnya seperti apa kalau boleh tau ibu, kejadian waktu itu?

Jawaban : karena kurang nya motivasi belajar anak yang ibu berikan kepada siswa/i sehingga membuat mereka malas belajar, terus mudah bosan didalam kelas.

5. Dan sudah berapa lama kejadiannya, lalu masih ibu pikirkan?

Jawaban : sudah lumayan lama juga kejadian waktu itu, lalu kalau untuk kepikiran mungkin selama masalah itu belum tuntas ibu selesaikan pasti ibu kepikiran terus.

6. Dalam satu semester berapa kali kejadian seperti itu yang ibu alami?

Jawaban : kemungkinan bisa satu atau dua kali yaa.

7. Masalah belajar anak yang seperti apa yang sering kali ibu merasa gagal dalam membantunya?

Jawaban : motivasi belajar anak yang sangat rendah sekali yaa siswa itu tidak ada perubahan.

Bagaimana fenomena *overthinking* yang ibu alami selama mengajar di sekolah ini?

Jawaban : kalau ibu gimana ya, ibu orang nya tidak *overthinking* tidak suka memikirkan hal yang memang belum terjadi, yaa kita terima apa masalah anak disekolah ini, lalu kita selesaikan, tidak perlu kita pikirkan hal yang belum tentu anak itu alami tapi kita sudah memikirkan atau mengira-ngira tentang masalah yang belum pasti terjadi.

Seperti apa pesimis yang ibu rasakan setelah menjadi guru BK sekian tahun, pernah tidak ibu merasa bahwa ibu gagal menjadi seorang guru BK?

Jawaban : kalau dibilang pesimis tidak juga, Cuma terkadang karena tidak ada jam masuk BK, tidak ada jam klasikal khusus terjadwal ya kadang timbul rasa tidak nyaman gitu karena kita harus meminta jam ke guru mapel atau masuk ke jam kosong, tetapi kalau dibilang pesimis banget ya tidak. dan kalau dibilang merasa gagal menjadi guru BK tidak juga, Cuma hanya perasaan saja mungkin karena kan disini tidak ada jam khusus BK jadi pasti banyak komentar-komentar orang yang tidak mengerti dengan BK ya pasti negative tapi kalau ibu ya santai aja, kerjakan pekerjaan untuk porsi guru BK yasudah seperti itu saja yang penting.

10. Babagaimana menurut ibu tentang perfeksionis (kinerja atau kepribadian) yang selalu ingin terlihat sempurna?

Jawaban : kalau ibu sebagai guru BK ya kerjakan tupoksi layanan yang ada di dalam BK, kemudian memberikan contoh kepribadian kepada siswa yak karena tidak ada jam masuk ke kelas ibu usahakan sertiap jam istirahat ibu kunjung ke kelas siswa/i asuh, minimal kita menjumpai siswa, menanyakan kabar nya sehingga peran kita sebagai guru BK itu memang dirasakan manfaat nya.

11. Bagaimana ibu berinteraksi dengan guru BK dan kepala sekolah kalau ibu mengalami masalah tentang masalah belajar anak?

Jawaban : ya kita komunikasikan dengan guru mapel nya mungkin atau wali kelas nya, dan bisa jadi kalau dengan komunikasi itu belum ada perubahan ya kita berkomunikasi nya dengan pimpinan sekolah seperti kepala

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sekolah, waka kesiswaan sehingga kita mendapatkan solusi dari permasalahan itu.

Apakah disekolah ini mayoritas guru-guru mengalami *overthinking* juga bu?

Jawaban : bisa iya dan juga bisa tidak

Bagaimana perbandingan ibu dengan orang lain, apakah ibu pernah membandingkan diri ibu dengan guru BK lainnya, sehingga membuat ibu menjadi kepikiran?

Jawaban : membandingkan sih tidak ya, tetapi kadang ibu kepikiran saja ketika guru BK yang lain tidak bisa menjadi guru BK yang seharusnya, contoh ketika ibu dapat informasi dari siswa mungkin kenapa ya guru BK tidak ada masuk ke kelas, kenapa ya guru BK tidak ada kerja gitu.

14. Bagaimana upaya mengatasinya bu, apa yang akan ibu lakukan?

Jawaban : mungkin kita akan memberikan nasehat kepada rekan kerja kita, agar kedepan nya menjadi lebih baik lagi.

15. Suasana belajar yang seperti apa yang sudah pernah ibu lakukan untuk bisa lebih menyenangkan?

Jawaban : kalau ibu sih biasanya masuk ke kelas anak memberikan layanan, terkadang menampilkan powerpoint atau menyebarkan angket, dan anak-anak itu selalu senang kalau ibu masuk ke kelas menggantikan guru mapel atau saat jam pelajaran kosong, yang jelas informasi pengetahuan yang dibutuhkan anak-anak dikelas itu kita berikan.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

16. Bagaimana cara ibu agar siswa tetap semangat dan gembira saat jam pelajaran BK berlangsung?

Jawaban : ya siswa senang saja saat ibu masuk ke kelas, karena mereka juga sudah mulai faham bahwa mereka butuh informasi, wawasan serta pengetahuan.

17. Apakah saat jam pelajaran BK berlangsung ibu pernah melakukan kegiatan selingan seperti *game* atau *ice breaking*?

Jawaban : iyaa pernah dan setiap ada jam untuk BK ibu selalu memberikan *ice breaking* kepada siswa, agar mereka tidak mudah bosan.

18. Apakah ibu pernah melakukan kegiatan diluar kelas saat jam BK berlangsung?

Jawaban : pernah ya kadang ibu melakukan kegiatan BK di lapangan, dipendopo ataupun didepan ruangan kelas.

19. Apakah ibu pernah memberikan tugas kepada siswa, sehingga membuat siswa merasa kesulitan dalam menjawab pertanyaan tersebut?

Jawaban : kalau untuk tugas BK mungkin anak tidak terlalu merasa kesulitan ya.

20. Menurut ibu ciri-ciri *overthinking* itu seperti apa?

Jawaban : berpikiran terlalu jauh atau berlebihan, memikirkan sesuatu yang belum tentu terjadi sehingga membuat cemas dan merasa terganggu dalam kegiatan dan aktivitas keseharian.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Nama : HR
Jenis kelamin : Perempuan
Jabatan : Guru bimbingan konseling
Lokasi : MTsN 3 Kota Pekanbaru

Jawaban dari Pertanyaan

1. Menurut ibu apa itu *overthinking*?

Jawaban : *overthinking* itu menurut ibu berpikir secara berlebihan atau kondisi dimana seseorang itu memikirkan segala sesuatu dengan cara berlebihan, padahal kondisi tersebut belum pasti terjadi, tetapi kita sudah berlebihan dalam masalah tersebut.

2. Pernahkah ibu merasakan bahwa ibu menjadi guru BK ada hal atau kesalahan yang ibu sesali?

Jawaban : kadang-kadang pernah sih karena saya sendiri masih banyak kekurangan untuk menjadi seorang guru BK mungkin ya, wawasan saya juga masih kurang, pengalaman saya juga kurang, tetapi untuk mengatasi itu semua ibu harus lebih banyak belajar lagi gitu.

3. Pernahkah ibu menyesali saat menjadi guru BK dalam membantu masalah siswa tidak berhasil, lalu membuat ibu jadi kepikiran?

Jawaban : iyaa itu tadi mungkin karena kurang nya wawasan serta pengalaman saya, kadang masalah siswa itu belum maksimal saya atasi dan itulah yang membuat saya jadi kepikiran, dan pernah juga terbawa sampai rumah gitu karena masalah siswa.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Kasusnya seperti apa kalau boleh tau ibu, kejadian waktu itu?

Jawaban : kasus nya adalah anak yang malas belajar sehingga membuat dirinya itu cenderung kepada main-main saja, ternyata anak tersebut dengan guru mapel lain nya juga seperti itu.

5. Dan sudah berapa lama kejadiannya, lalu masih ibu pikirkan?

Jawaban : kalau kejadian itu terus terpikirkan oleh ibu ya, karena ini menyangkut masalah siswa asuh ibu, karena masalah ini termasuk masalah yang berat gitu, sampai kami guru BK pernah melakukan kunjungan ke rumah orang tua siswa dan orang tua siswa pun datang ke sekolah agar anaknya ini tetap di lulus kan.

6. Dalam satu semester berapa kali kejadian seperti itu yang ibu alami?

Jawaban : kemungkinan bisa satu atau mungkin dua kali.

7. Masalah belajar anak yang seperti apa yang sering kali ibu merasa gagal dalam membantunya?

Jawaban : masalah anak yang malas dalam belajar, emang anak yang bermasalah ini sangat malas belajar, bahkan kami guru BK dan guru mapel lainnya sudah menasehati anak ini, tetapi tidak adanya perubahan yang diberikan anak tersebut.

8. Bagaimana fenomena *overthinking* yang ibu alami selama mengajar di sekolah ini?

Jawaban : kalau ibu emang jujur kepikiran sekali dengan masalah anak yang ibu tangani kemarin, karena guru mapel juga meminta bantuan kepada

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kami guru BK untuk memberikan motivasi serta nasehat kepada anak tersebut.

Menurut ibu apa yang menyebabkan ibu menjadi terlalu *overthinking* atau terpikirkan tentang masalah belajar anak?

Jawaban : sama seperti yang ibu jelaskan tadi, karena masalah anak ini bukan lagi masalah atau hal yang sepele, karena menyangkut kelulusan anak tersebut.

Seperti apa pesimis yang ibu rasakan setelah menjadi guru BK sekian tahun, pernah tidak ibu merasa bahwa ibu gagal menjadi seorang guru BK?

Jawaban : pernah sih, karena banyak guru-guru disini yang beranggapan kami (guru BK) tidak ada nya pekerjaan, tetapi kami sebagai guru BK tetap mengerjakan apa yang menjadi seharusnya tanggung jawab kami sebagai guru BK. Kenapa ibu merasa pesimis karena masalah kemarin tu udah di bimbing sama guru BK sampai kami kunjungan rumah dan menghadap ke kepala madrasah juga dan sampai akhir ujian kemren pun tugas anak tersebut belum dituntaskan juga, karena itu saya sebagai guru BK merasa pesimis kenapa sih dengan anak ini begitu.

LAMPIRAN 4

PEDOMAN DOKUMENTASI

1. Mengumpulkan deskripsi lokasi penelitian di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Kota Pekanbaru dan Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Kota Pekanbaru.
2. Mendokumentasikan kegiatan-kegiatan wawancara dalam bentuk foto.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN 5

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
 FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
 كلية التربية والتعليم
 FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING

Jl. H. R. Soebrantas No.155 Km.18 Tampan Pekanbaru Riau 28293 PO. BOX 1004 Telp. (0781) 561647
 Fax. (0781) 561647 Web www.ftk.uinsuska.ac.id, E-mail: eftak_uinsuska@yahoo.co.id

Nomor : Un.04/F.II.3/PP.00.9/5290/2023
 Sifat : Biasa
 Lamp. : -
 Hal : **Mohon Izin Melakukan PraRiset**

Pekanbaru, 28 Februari 2023

Kepada
 Yth. Kepala Sekolah
 MTs N Se Kota Pekanbaru
 di
 Tempat

Assalamu 'alaikum warhamatullahi wabarakatuh
 Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberitahukan kepada saudara bahwa :

Nama : **Santi Apitri**
 NIM : 11910322298
 Semester/Tahun : VIII (Delapan)/ 2023
 Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam
 Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

ditugaskan untuk melaksanakan Prariset guna mendapatkan data yang berhubungan dengan penelitiannya di Instansi yang saudara pimpin.

Sehubungan dengan itu kami mohon diberikan bantuan/izin kepada mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian disampaikan atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.

a.n. Dekan
 Wakil Dekan III



Dr. Amirah Diniaty, M.Pd. Kons.
 NIP. 19751115 200312 2 001

UIN SUSKA RIAU



LAMPIRAN 6

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA PEKANBARU
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI 1 KOTA PEKANBARU

Jalan Amal Hamzah No.01 Kota Pekanbaru
Telp.(0761) 38757 Kode Pos 28131 Fax (0761) 38757
Website : www.mtsn1andalanpekanbaru.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : B. 1350/Mts.04.09/TL.00./04/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : IRWAN EFENDI, M.Pd.I
Nomor Induk Pegawai : 197706202006041010
Pangkat/Golongan Ruang : Pembina, IV/a
Jabatan : Kepala Madrasah

Dengan ini menerangkan bahwa berdasarkan surat dari Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Nomor : Un.04/F.II.3/PP.00.9/5290/2023 tanggal 28 Februari 2023 Hal : Mohon Izin Melakukan Pra Riset, atas nama:

Nama : SANTI APITRI
NPM : 11910322298
Semester / Tahun : VII (Delapan) / 2023
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

Pada prinsipnya kami memberi izin Melakukan Pra Riset yang akan dilakukan oleh Mahasiswa tersebut diatas, dan selanjutnya dimohon untuk melengkapi persyaratan lain yang sesuai dengan aturan.

Demikian kami sampaikan untuk dapat dimaklumi dan terima kasih.

Pekanbaru, 05 April 2023
Kepala,



Irwan Efendi
Irwan Efendi

UIN SUSKA RIAU



LAMPIRAN 7

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN AGAMA KOTA PEKANBARU
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI 3 KOTA PEKANBARU
JENJANG AKREDITASI : A

NSM : 12.1.11.47.10.002 NPSN : 10499295
Jl. Unggas No.453 Simpang Tiga-Pekanbaru Telp. (0761) 8411389 Kode Pos 28284
website : <http://mtsn3pekanbaru.sch.id/>

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Nomor : B-460/MTs.04.19/TL.00/03/2023 Pekanbaru, 02 Maret 2023 M
Lampiran : 09 Sya'ban 1444 H
Perihal : Menerima Mahasiswa Pra Riset

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan
UIN Suska Riau
Pekanbaru

Dengan Hormat

Memenuhi surat Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Nomor : Un.04/F.II.3/PP.00.9/5290/2023 tanggal 28 Februari 2023 perihal Mohon Izin Melakukan Pra Riset atas nama SANTI APITRI NIM. 11910322298 Program Studi Manajemen Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Dengan ini kami sampaikan bahwa yang bersangkutan dapat diterima untuk melaksanakan Riset di MTsN 3 Kota Pekanbaru dengan ketentuan ada surat izin dari Kepala Kementerian Agama Kota Pekanbaru.

Demikian surat ini disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terimakasih.



Kepala
Sukeimi, M.Pd
NIP. 196606161994031007

Tembusan:


1. Ka. Kanwil Kementerian Agama Provinsi Riau;
2. Ka. Kementerian Agama Kota Pekanbaru.

LAMPIRAN 8

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBARAN DISPOSISI

INDEKS BERKAS	
KODE :	
Hal : Pengajuan Sinopsis (Judul Skripsi)	
Tanggal : 25-Maret-2022	
Nama : Santi Apitri	
INFORMASI Setelah diarahkan maka judul yang bersangkutan dapat diajukan, mohon agar ditunjuk sebagai pembimbing	DITERUSKAN KEPADA 1. catatan Kujur MPI a. b. c.
Dr. Amirah Diniaty, M.Pd Kons.	
Pekanbaru 29/3/22 Kujur MPI	Diteruskan kepada 2. wakil Dekan 1
 Dr Hj Yuliharti, M.Ag NIP.197004041996032001	
1. Kepada bawahan "instruksi atau "informasi" 2. Kepada atasan "informasi" coret instruksi:	

LAMPIRAN 9

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pekanbaru, 28 Maret 2022

Lampiran : 6 Lembar
Hal : Permohonan Pengajuan SK Pembimbing

**Kepada Yth. Dekan
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Di -
UIN Suska Riau**

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Dengan hormat

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Santi Apitri
Nim : 11910322298
Semester : VI (Enam)
Jurusan : Manajemen Pendidikan Islam (BK)
Alamat : Desa Sungai Meranti, Kecamatan Pinggir, Kabupaten Bengkalis

Dengan ini saya mengajukan kepada Bapak/Ibu permohonan pengajuan SK Pembimbing untuk penelitian saya yang berjudul "**Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Siswa Menghadapi Ujian Nasional di Mts Ylpi Mujahiddin Pinggir**". Sebagai persyaratan program S1. Adapun pembimbing yang ditunjuk untuk penelitian ini sebagai berikut :

1. Dr. Amirah Diniaty, M. Pd, Kons

Dengan ini saya melampirkan sebagai persyaratan :

1. Fotokopi lembar disposisi
2. Fotokopi Kartu Rencana Studi baru
3. Fotokopi Kartu Hasil Studi baru
4. Fotokopi Kartu Tanda Mahasiswa
5. Sinopsis yang telah di setuju oleh prodi
6. Mengisi Form Siasy

Demikianlah surat Permohonan Pengajuan SK Pembimbing. Atas bantuan Bapak saya ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Mengetahui,

Ketua Jurusan MPI



Dr. Hj. Yuliharti, M.Ag
NIP. 197004041996032001

Hormat saya



Santi apitri
NIM. 11910322298



LAMPIRAN 10

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN
كلية التربية والتعليم
FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING
Jl. H. R. Soebrantas No.155 Km 18 Tampan Pekanbaru Riau 28293 P.O. BOX 1004 Telp. (0761) 561847
Fax. (0761) 561847 Web: www.ftk.uinsuska.ac.id, E-mail: eftak_uinsuska@yahoo.co.id

Nomor: Un.04/F.II.4/PP.00.9/20945/2023
Sifat : Biasa
Lamp. : -
Hal : *Pembimbing Skripsi*

Pekanbaru, 09 November 2023

Kepada
Yth. Dr. Amirah Diniaty, M.Pd.,Kons

Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Dengan hormat, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau menunjuk Saudara sebagai pembimbing skripsi mahasiswa :

Nama : SANTI APITRI
NIM : 11910322298
Jurusan : Manajemen Pendidikan Islam
Judul : Fenomena overthinking guru bimbingan konseling dalam menangani masalah belajar siswa di madrasah Tsanawiyah negeri se kota Pekanbaru
Waktu : 6 Bulan terhitung dari tanggal keluarnya surat bimbingan ini

Agar dapat membimbing hal-hal terkait dengan Ilmu Manajemen Pendidikan Islam Redaksi dan teknik penulisan skripsi, sebagaimana yang sudah ditentukan. Atas kesediaan Saudara dihaturkan terimakasih.

Wassalam
an. Dekan
Wakil Dekan I



Dr. Zarkasih, M.Ag.
NIP. 19721017199703 1 004

Tembusan :
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN 11



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
 كلية التربية والتعليم
FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING
 Alamat : Jl. H. R. Soebrandt Km. 15 Tampan Pekanbaru Riau 28293 PO. BOX 1004 Telp. (0761) 7077307 Fax. (0761) 21129

KEGIATAN BIMBINGAN MAHASISWA
 SKRIPSI MAHASISWA

- 1. Jenis yang dibimbing :
 - a. Seminar usul Penelitian :
 - b. Penulisan Laporan Penelitian :
- 2. Nama Pembimbing : Dr. Amirah Diniaty, M.Pd., Kons,
 - a. Nomor Induk Pegawai (NIP) : 197511152003122001
- 3. Nama Mahasiswa : Santi Apitri
- 4. Nomor Induk Mahasiswa : 11910322298
- 5. Kegiatan : Bimbingan Proposal

No	Tanggal Konsultasi	Materi Bimbingan	Tanda Tangan	Keterangan
1.	9 Januari 2023	latar belakang Pembatasan teriaku melebar, rumusan masalah, teknik penulisan proposal.		
2.	13 Januari 2023	Penulisan proposal, kasan teori dan catatan kaki		
3.	30 Januari 2023	Teknik analisis data, bagaimana cara mencari Jurnal terbaru, daftar pustaka.		
4.	8 Februari 2023	Perbaikan isi proposal dan mckert.		
5.	21 Februari 2023	Perbaikan konsep operasional dan Perbaikan Penulisan.		
6.	27 Februari 2023	Acc Proposal		

UIN SUSKA RIAU
 Pekanbaru, 18 Juli 2023
 Pembimbing,

Dr. Amirah Diniaty, M.Pd., Kons,
 NIP. 197511152003122001

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN 12

PROPOSAL

FENOMENA *OVERTHINKING* GURU BIMBINGAN
KONSELING DALAM MENANGANI MASALAH BELAJAR
SISWA DI MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI SE KOTA PEKANBARU



UIN SUSKA RIAU

Disusun Oleh :

SANTI APITRI

(11910322298)

*Ace Amin Purand
Of. 27/2-2023*

KONSENTRASI BIMBINGAN DAN KONSELING

JURUSAN MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

2023 M / 1444

LAMPIRAN 13

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN
 كلية التربية والتعلیم
 FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING
 Alamat : Jl. H. R. Soebrantas Km. 15 Tampan Pekanbaru Riau 28293 P.O. BOX 1004 Telp. (0761) 7077307 Fax. (0761) 21129


LAMPIRAN BERITA ACARA
 UJIAN PROPOSAL

Nama
 Nomor Induk Mahasiswa
 Hari/ Tanggal
 Judul Proposal Penelitian


Sani Apri
 11910322298
 Selasa / 13 Maret 2023

NO	URAIAN PERBAIKAN
-	Judul dibuat menggunakan piramid terbalik
-	menulis footnote diperbaiki
-	Jenis penelitian digunakan fenomenologi partikular pada latar belakang dan Daftar Fenomena pada Bab 4.
-	penulisan diperhaluskan dan diperbaiki
-	Identifikasi masalah tidak urut pada tanda tanya, dan identifikasi masalah lebih banyak dari patahan masalah.
-	penelitian teleran, harusnya konsep operasional dua
-	konsep operasional harusnya membuat indikator fenomena overhanging
-	Perbaiki judul pada tabel
-	Daftar pustaka diketik dan diperbaiki

Penguji I


 Dr. Johari, M.Pd

Pekanbaru, 13 Maret 2023
 Penguji II


 Haryumantri, Pr.Pd, Kons

Note:

Dengan harapan Dosen Pembimbing dapat memperhatikan keputusan seminar ini dalam memperbaiki proposal mahasiswa yang dibimbing


LAMPIRAN 14

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

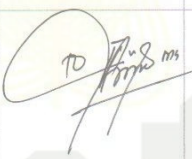
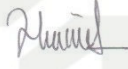
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBIIYAH DAN KEGURUAN
كلية التربية والتعليم
FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING
Ayamak. Jl. H. R. Soebrantas Km. 15 Tampan Pekanbaru Riau 28293 P.O. BOX 1004 Telp. (0761) 7077307 Fax. (0761) 21129

**PENGESAHAN PERBAIKAN
UJIAN PROPOSAL**

Nama Mahasiswa : Santi Apitri
 Nomor Induk Mahasiswa : 11910322298
 Hari/Tanggal Ujian : 13 Maret 2023
 Judul Proposal Ujian : Fenomena *Overthinking* Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Masalah Belajar Siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru
 Isi Proposal : Proposal ini sudah sesuai dengan masukan dan saran yang dalam Ujian proposal

No	NAMA	JABATAN	TANDA TANGAN	
			PENGUJI I	PENGUJI II
1.	Dr. Tohirin, M.pd	PENGUJI I		
2.	Hasgimiansi, M.pd. kons.	PENGUJI II		

Mengetahui
a.n. Dekan
Wakil Dekan I



Dr. Zarkasih, M.Ag.
NIP. 19721017 199703 1 004

Pekanbaru, 10 April 2023
Peserta Ujian Proposal



Santi Apitri
NIM. 11910322298



LAMPIRAN 15

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
 FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN
 كلية التربية والتعاليم
 FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING
 Jl. H. R. Soebrantas No.155 Km 18 Tampan Pekanbaru Riau 28293 PO. BOX 1004 Telp. (0761) 561647
 Fax. (0761) 561647 Web. www.ftk.uinsuska.ac.id, E-mail: eftak_uinsuska@yahoo.co.id

Nomor : Un.04/F.II/PP.00.9/7379/2023
 Sifat : Biasa
 Lamp. : 1 (Satu) Proposal
 Hal : **Mohon Izin Melakukan Riset**

Pekanbaru, 11 April 2023 M

Kepada
 Yth. Gubernur Riau
 Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu
 Satu Pintu
 Provinsi Riau
 Di Pekanbaru

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberitahukan kepada saudara bahwa :

Nama : **Santi Apitri**
 NIM : 11910322298
 Semester/Tahun : VIII (Delapan)/ 2023
 Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam
 Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

ditugaskan untuk melaksanakan riset guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul skripsinya : Fenomena Overthinking Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Masalah Belajar Siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri SE Kota Pekanbaru
 Lokasi Penelitian : Madrasah Tsanawiyah Negeri SE Kota Pekanbaru
 Waktu Penelitian : 3 Bulan (11 April 2023 s.d 11 Juli 2023)

Sehubungan dengan itu kami mohon diberikan bantuan/izin kepada mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian disampaikan atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Dr. H. Kadar, M.Ag.
 NIP.19650521 199402 1 001

Tembusan :
 Rektor UIN Suska Riau



LAMPIRAN 16

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PEMERINTAH PROVINSI RIAU
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
 Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I dan II Komp. Kantor Gubernur Riau
 Jl. Jend. Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39064 Fax. (0761) 39117 P E K A N B A R U
 Email : dpmptsp@riau.go.id

REKOMENDASI

Nomor : 503/DPMTSP/NON IZIN-RIS/56459
 TENTANG



**PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET
 DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI**

1.04.02.01

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Riset dari : Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau, Nomor : Un.04/F.II/PP.00.9/7379/2023 Tanggal 11 April 2023, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

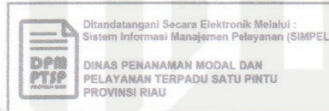
- | | |
|----------------------|--|
| 1. Nama | : SANTI APITRI |
| 2. NIM / KTP | : 119103222980 |
| 3. Program Studi | : MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM |
| 4. Jenjang | : S1 |
| 5. Alamat | : PEKANBARU |
| 6. Judul Penelitian | : FENOMENA OVERTHINKING GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENANGANI MASALAH BELAJAR SISWA DI MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI SE KOTA PEKANBARU |
| 7. Lokasi Penelitian | : MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI SE KOTA PEKANBARU |

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan dihitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperiunya.

Dibuat di : Pekanbaru
 Pada Tanggal : 22 Mei 2023



Tembusan :

- Disampaikan Kepada Yth :
1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
 2. Walikota Pekanbaru
 3. Up. Kaban Kesbangpol dan Linmas di Pekanbaru
 4. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau di Pekanbaru
 5. Yang bersangkutan

UIN SUSKA RIAU



© Hak cipta milik UIN Suska Riau
LAMPIRAN 17



PEMERINTAH KOTA PEKANBARU
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

JL. ARIFIN AHMAD NO. 39 TELP. – FAX : (0761) 39399 PEKANBARU

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : BL.04.00/Kesbangpol/1271/2023



- a. Dasar : 1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2008 Tentang Keterbukaan Informasi Publik.
2. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2009 Tentang Pelayanan Publik.
3. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2016 Tentang Perangkat Daerah.
4. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 Tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian.
5. Peraturan Daerah Kota Pekanbaru Nomor 9 Tahun 2016 Tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Kota Pekanbaru.
- b. Menimbang : Rekomendasi dari Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, nomor 503/DPMPTSP/NON IZIN-RISSET/56459 tanggal 22 Mei 2023, perihal pelaksanaan kegiatan Penelitian Riset/Pra Riset dan pengumpulan data untuk bahan Skripsi.

MEMBERITAHUKAN BAHWA :

1. Nama : SANTI APITRI
2. NIM : 119103222980
3. Fakultas : TARBIYAH DAN KEGURUAN UIN SUSKA RIAU
4. Jurusan : MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM
5. Jenjang : S1
6. Alamat : JL. DUSUN SUKAMAJU KEL. SUNGAI MERANTI KEC. PINGGIR-BENGGALIS
7. Judul Penelitian : FENOMENA OVERTHINKING GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENANGANI MASALAH BELAJAR SISWA DI MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI SE KOTA PEKANBARU
8. Lokasi Penelitian : KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA PEKANBARU

Untuk Melakukan Penelitian, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan yang tidak ada hubungan dengan kegiatan Riset/Pra Riset/ Penelitian dan pengumpulan data ini.
2. Pelaksanaan kegiatan Riset ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal Surat Keterangan Penelitian ini diterbitkan.
3. Berpakaian sopan, mematuhi etika Kantor/Lokasi Penelitian, bersedia meninggalkan foto copy Kartu Tanda Pengenal.
4. Melaporkan hasil Penelitian kepada Walikota Pekanbaru c.q Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Pekanbaru, paling lambat 1 (satu) minggu setelah selesai.

Demikian Rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 23 Mei 2023

a.n KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA
DAN POLITIK KOTA PEKANBARU

Sekretaris
BADAN KESATUAN BANGSA
DAN POLITIK
HADI SANJOYO, AP. M.Si
PEMBINA TINGKAT I
NIP. 19740410 199311 1 001

Tembusan

- Yth : 1. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN SUSKA Riau di Pekanbaru.
2. Yang Bersangkutan.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN 18



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA PEKANBARU
 Jalan. Arifin Achmad Simpang Rambutan Nomor. 01 Pekanbaru
 Telp. 0761 66513, 66504 FAX. 66513
 Email : tu.pekanbaru@yahoo.co.id

Nomor : B-2178 /Kk.04.5/TL.00/05/2023 24 Mei 2023 M
 Sifat : -
 Lampiran : -
 Perihal : **Rekomendasi Penelitian**

Yth. Kepala

MTS 1
 MTS 2
 MTS 3

Dengan Hormat,

Memperhatikan maksud surat Fakultas Sarjana UIN Suka Riau Pekanbaru Nomor : Un 04/f.II/PP.00.9/7379/2023 tanggal 23 Mei 2023 M, dan Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Pekanbaru , No: BL.04.00/Kesbangpol/1271/2023, Tanggal 19 Mei 2023 Perihal seperti pokok surat, akan datang menghadap Saudara:

Nama : SANTI APITRI
 NIM : 11910322298
 Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau
 Jurusan : Manajemen Pendidikan Islam
 Jenjang : S1
 Alamat : Jl Dusun Sukamaju Kel. Sungai Meranti Kec. Pinggir Bengkalis

Bermaksud melakukan penelitian di MTS 1, MTS 2, MTS 3 Pekanbaru yang Saudara pimpin selama 3 bulan(11 April 2023 s.d 11 Juli 2023), guna mendapatkan dan mengumpulkan data yang diperlukan dalam rencana penelitian dengan judul:

“FENOMENA OVERTHINKING GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENANGANI MASALAH BELAJAR SISWA DI MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI SE KOTA PEKANBARU ”

Untuk maksud tersebut kiranya Saudara dapat memberikan bantuan/informasi yang diperlukan sepanjang yang bersangkutan dapat mematuhi ketentuan/peraturan yang berlaku semata-mata untuk kepentingan ilmiah.

Demikian surat izin riset/penelitian ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya, atas bantuan dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Kepala

 Syahrul Mauludi

- Tembusan:
1. Ka. Kanwil Kementerian Agama Propinsi Riau
 2. Dekan Fakultas Pascasarjana UIN Suska Riau
 3. Yang bersangkutan.



LAMPIRAN 19

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA PEKANBARU

Jalan. Arifin Achmad Simpang Rambutan Nomor. 01 Pekanbaru
Telp. 0761 66513, 66504 FAX. 66513
Email : tu.pekanbaru@yahoo.go.id

Nomor : B-2478 /Kk.04.5/TL.00/05/2023 24 Mei 2023 M
Sifat : -
Lampiran : -
Perihal : **Rekomendasi / Penelitian**

Yth. Sdr/i **SANTI APITRI**
Di
Pekanbaru

Dengan hormat,

Dalam Rangka Menata Kearsipan dan Kepustakaan Kantor Kementerian Agama Kota Pekanbaru, kami mohon kiranya kesediaan saudara/i untuk melakukan penelitian di bawah lingkungan Kantor Kementerian Agama kota Pekanbaru, agar menyumbangkan satu Exemplar hasil risetnya.

Agar hasil riset tersebut menjadi sumber informasi yang berguna bagi instansi Kantor Kementerian Agama Kota Pekanbaru.

Kepala

 Syahrul Mauludi

Catatan:
Pas Photo 4x6 warna 1 lembar

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN 20



KEMENTERIAN AGAMA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN
 كلية التربية والتعاليم
FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING
 Alamat : Jl. H. R. Soebrantas Km. 15 Tampan Pekanbaru Riau 28293 PO. BOX 1004 Telp. (0781) 7077307 Fax. (0781) 21129

KEGIATAN BIMBINGAN MAHASISWA
 SKRIPSI MAHASISWA

- 1. Jenis yang dibimbing :
 - a. Seminar usul Penelitian :
 - b. Penulisan Laporan Penelitian :
- 2. Nama Pembimbing : Dr. Amirah Diniaty, M.Pd.,Kons
 - a. Nomor Induk Pegawai (NIP) : 197511152003122001
- 3. Nama Mahasiswa : Santi Apitri
- 4. Nomor Induk Mahasiswa : 11910322298
- 5. Kegiatan : Bimbingan Skripsi

No	Tanggal Konsultasi	Materi Bimbingan	Tanda Tangan	Keterangan
1.	20 Juni 2023	Kisi - Kisi Wawancara	<i>af</i>	
2.	26 Juni 2023	Bab 4 & 5	<i>af</i>	
3.	3 Juli 2023	Bab 4 dan lengkapi lampiran	<i>af</i>	
4.	7 Juli 2023	Abstrak dan Bab 5	<i>af</i>	
5.	12 Juli 2023	Acc Munagasyah.	<i>af</i>	

Pekanbaru, 18 Juli 2023
 Pembimbing,

Dr. Amirah Diniaty, M.Pd.,Kons
 NIP. 197511152003122001

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN 21

FENOMENA *OVERTHINKING* GURU BIMBINGAN KONSELING
DALAM MENANGANI MASALAH BELAJAR SISWA
DI MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI
SE KOTA PEKANBARU

Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai gelar Sarjana S1 pada
program studi manajemen pendidikan islam



UIN SUSKA RIAU

Disusun Oleh :

SANTI APITRI

(11910322298)

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU

1444 H / 2023 M

Aec Munggal
12/1/2023
af.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN 22

DOKUMENTASI PENELITIAN



Wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling di MTsN 1 Pekanbaru

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling di MTsN 1 Pekanbaru

UIN SUSKA RIAU



Wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling di MTsN 3 Pekanbaru

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling di MTsN 3 Pekanbaru

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BIOGRAFI PENULIS



Santi Apitri lahir di Desa Sungai Meranti Kecamatan Pinggir Kabupaten Bengkalis pada tanggal 30 November 2001. Merupakan anak ke dua dari tiga bersaudara. Lahir dari pasangan Bapak Santoso dan Ibu Nuriati. Penulis menyelesaikan pendidikan Sekolah Dasar di MI YLPI Mujahiddin Pinggir, tamat pada tahun 2013, dan melanjutkan ke MTS YLPI Mujahiddin Pinggir tamat pada tahun 2016, kemudian melanjutkan ke MA YLPI Mujahiddin Pinggir tamat pada tahun 2019. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan Jurusan Manajemen Pendidikan Islam (Bimbingan konseling) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada tahun 2019. Penulis pernah mengikuti organisasi rohis di UIN Suska Riau (FS.Nuri'19) pada masa kuliah. Penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Mumugo Kabupaten Rokan Hilir, Riau. Setelah itu penulis melaksanakan Program Pengalaman Lapangan (PPL) di MTsN 3 Pekanbaru.

Penulis menyelesaikan tugas akhir dengan melakukan penelitian dengan judul **Fenomena *Overthinking* Guru Bimbingan Koseling dalam Menangani Masalah Belajar Siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Se Kota Pekanbaru**, dibawah bimbingan ibu Dr. Amirah Dinianty, M.Pd., Kons. Pada tanggal 15 Desember 2023 penulis dinyatakan lulus dan berhak menyandang gelar sarjana pendidikan melalui sidang Munaqasyah Program Studi Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.