

Self Efficacy, Perceive Teacher Support dan Academic Boredom Pada Siswa Di Sekolah Dasar Full Day School

Rezkiyah Diandra¹, IGA Noviekayati², Niken Titi Pratitis³

Magister Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya¹, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya^{2,3}
indiradiandra93@gmail.com¹, noviekayati@untag-sby.ac.id², nikenpratitis@untag-sby.ac.id³

Informasi Artikel	Abstract
E-ISSN : 3026-6874 Vol: 2 No: 6 Juni 2024 Halaman : 37-49	<i>This research aims to determine the relationship between self-efficacy and perceived teacher support with academic boredom in full day elementary school students. The research subjects were class XI elementary school students in three full day schools with a total sample of 131 using purposive sampling technique. Data was collected using the self-efficacy scale proposed by Bandura (1997), the perceived teacher support scale proposed by Metheny, et al (2008) and academic boredom proposed by Sharp, et al (2020). Data analysis uses multiple regression and correlation techniques. Based on the results of the multiple regression test, the Fcount value was 42.120 with a significance level of 0.000 (<0.01). It can be concluded that the hypothesis in this research is proven, meaning that there is a negative and very significant relationship between self-efficacy and perceived teacher support and academic boredom in students at full day school elementary schools. The largest contribution to the dependent variable academic boredom is self efficacy, namely 30.08% and perceived teacher support 9.62%, while overall the total effective contribution to the variable academic boredom is 39.7%. The results of this analysis explain that the dominant influence on academic boredom comes from self-efficacy, while 60.3% is influenced by other variables not explained in this research.</i>

Keywords:

Self Efficacy
Perceived Teacher Support
Academic Boredom

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dan *perceive theacher support* dengan *academic boredom* pada siswa sekolah dasar *full day school*. Subyek penelitian adalah siswa sekolah dasar kelas XI di tiga sekolah *full day* dengan total sampel sebanyak 131 dengan tehnik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui skala yang disusun sendiri berdasarkan teori *self efficacy* yang dikemukakan Bandura (1997), skala *perceive theacher support* yang dikemukakan Metheny, dkk (2008) dan *academic boredom* yang dikemukakan oleh Sharp, dkk (2020). Analisis data menggunakan teknik regresi ganda dan korelasi, dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini terbukti, artinya ada hubungan yang negative dan sangat signifikan antara *self efficacy* dan *perceive theacher support* dengan *academic boredom* pada siswa di sekolah dasar *full day scholl*. sumbangan terbesar terhadap variabel dependen *academic boredom* adalah *self efficacy* yaitu 30,08% dan *perceive theacher support* 9,62%, sedangkan secara keseluruhan sumbangan efektif total terhadap variabel *academic boredom* adalah 39,7%.

Kata Kunci : *Academic Boredom, Perceive Theacher Support, Self Efficacy*

PENDAHULUAN

Berkembangnya jaman yang menyebabkan terjadinya krisis moral di Indonesia merupakan permasalahan yang harus dicari solusinya (Wicaksono, 2017). Terutama ketika banyak perilaku remaja yang keluar dari nilai norma-norma sosial (Danil, 2018), sementara peran orang tua yang juga semakin melemah akibat kesibukannya bekerja sehingga tidak dapat mendidik anak-anaknya secara maksimal (Wicaksono, 2017). Menyadari kondisi ini, pemerintah berupaya untuk menyelenggarakan pendidikan yang lebih berkualitas dengan mengutamakan penanaman nilai-nilai karakter melalui penerapan full

day school sebagai upaya membantu para orang tua yang minim waktu untuk mendidik anak-anaknya di rumah (Danil, 2018).

Full day school adalah sekolah yang dalam pelaksanaan pembelajaran dilakukan selama sehari penuh (Wicaksono, 2017), atau dari pagi hingga sore mulai pukul 06.45-15.00 (Baharuddin, 2010; Sismanto, 2007). Sebagian waktu siswa yang bersekolah di full day school digunakan untuk pelajaran yang suasananya informal, tidak kaku, menyenangkan bagi siswa dan membutuhkan kreatifitas dan inovasi dari guru sehingga sekolah dapat mengatur jadwal pelajaran dengan bebas dan leluasa, disesuaikan dengan bobot mata pelajaran dan ditambah dengan pendalaman materi (Basuki, 2007; Wicaksono, 2017). Di satu sisi, full day school dapat menjembatani kesenjangan waktu orang tua untuk mendidik anak di rumah dan menjadi salah satu wadah membentuk karakter anak yang lebih baik, tetapi full day school juga berkonsekuensi negatif. Anak menjadi mudah lelah sehingga sulit berkonsentrasi atau bahkan tertidur saat jam pelajaran yang lebih panjang berlangsung (Ningsih & Hidayat, 2022). Bahkan Harjaningrum (2007) dan Danil (2018) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa full day school rawan menyebabkan kelelahan emosional, fisik, dan mental. Disisi lain, jam belajar yang panjang ternyata juga tidak berkorelasi positif dengan pencapaian akademik mereka, seperti dikemukakan Irayasa, dkk (2018) bahwa hasil prestasi belajar siswa di sekolah reguler lebih baik dari sekolah bersistem full day school. Waktu yang lebih banyak dihabiskan siswa di sekolah full day juga berkonsekuensi membuat siswa tidak punya waktu berinteraksi dengan orang lain selain teman-teman sekolahnya dan keluarganya, sehingga besar kemungkinannya mereka menjadi sedikit sulit beradaptasi dengan orang lain dan sulit berinteraksi sosial (Indiraphasa, 2023)

Kelelahan belajar yang dialami siswa full day school, menurut Sumantri (2015) membuat seluruh tenaga siswa habis dikerahkan untuk bisa memahami “serbuan” informasi baru tanpa henti, padahal siswa juga dipaksa untuk menjalani rutinitas panjang ditambah beban Pekerjaan Rumah (PR) dan ulangan tiap beberapa bulan. Sumantri (2015) juga menyebutkan bahwa siswa yang bersekolah full day juga minim waktu istirahat dan bermain karena mengikuti berbagai kegiatan tambahan di luar sekolah, padahal anak sekolah dasar pada umumnya berada pada fase kanak-kanak tengah (6-11 tahun), yang menurut Santrock (2012) cenderung mudah lelah jika harus duduk lama. Kondisi kelelahan yang terjadi pada siswa konsep full day school akibat waktu belajar yang lebih panjang, lambat laun membuat kebosanan dalam belajar atau academic boredom (Goetz, dkk., 2022).

Secara umum boredom adalah emosi yang paling sering dirasakan tetapi mendapat perhatian yang jauh lebih sedikit oleh para peneliti dari pada emosi lain seperti kecemasan, kemarahan, kegembiraan, atau minat (Pekrun, dkk., 2010). Pekrun, dkk (2010) menyebutkan hal tersebut terjadi karena boredom adalah emosi diam yang tidak mencolok, sehingga tidak mengganggu situasi. Perspektif klinis, menyatakan bahwa kondisi tersebut tidak memiliki relevansi psikopatologis, berbeda dengan kecemasan (Pekrun, dkk., 2010). Namun, menurut perspektif yang berbeda, kondisi kebosanan akademik dapat berdampak serius terhadap cara belajar siswa dan kualitas pengalaman pendidikan tinggi siswa sehingga academic boredom tidak boleh diabaikan (Sharp, 2021).

Boredom dalam konteks pembelajaran dan prestasi akademik menyentuh banyak aspek kehidupan sehari-hari, dan telah menjadi emosi yang dapat terjadi sepanjang hayat (Goetz., 2022), sehingga menyebabkan tingginya prevalensi academic boredom, seperti misalnya hasil prestasi dan kesehatan, dan kesadaran perlunya mencari cara untuk mereduksi academic boredom (Goetz, 2022). Sharp dkk, (2015) menyebutkan dalam penelitiannya bahwa academic boredom juga dapat dialami mahasiswa dan dapat muncul kapan saja, dalam situasi apa pun, dan dalam berbagai bentuk. Penelitian Sharp, dkk (2017) berikutnya terkait academic boredom menghubungkannya dengan pengalaman perkuliahan di sebuah universitas di Inggris, menunjukkan bahwa perkuliahan dan penyelesaian tugas dapat pemicu kebosanan.

Academic boredom juga terjadi pada siswa dari Jerman, Kanada, Amerika Serikat, Filipina, dan Tiongkok (Pekrun, dkk., 2010; Goetz, dkk., 2010; Tze, dkk., 2014). Tze, dkk (2013) menyebutkan bahwa siswa yang tingkat kebosanan lebih rendah cenderung aktif terlibat dalam pembelajaran dan cenderung berprestasi. Sebaliknya, siswa yang secara aktif terlibat dalam pembelajaran dan berprestasi dilaporkan memiliki tingkat academic boredom yang rendah.

Hasil wawancara singkat pada subyek penelitian ini mengungkapkan bahwa dengan jadwal yang panjang di sekolah kemudian dilanjutkan dengan kegiatan tambahan dirumah, siswa merasa lelah dan bosan dengan rutinitas yang sama dan monoton setiap hari. Sistem full day school memang menerapkan pembelajaran formal dan non formal yang harapannya dapat membuat siswa tidak merasa bosan saat di sekolah dan mendapatkan banyak kegiatan bermanfaat, tapi pada kenyataannya siswa mengatakan bahwa kelas-kelas rendah yang mendapatkan berbagai selingan pembelajaran nonformal, semakin mereka naik kelas semakin berkurang kegiatan non formal yang mereka dapat, apalagi siswa kelas 6 difokuskan untuk menghadapi ujian akhir sekolah sehingga kegiatan non formal banyak diganti dengan tambahan pembelajaran. Hal diatas membuat siswa sering merasa kelelahan, saat dikelas mereka sering kali mengantuk ketika membelajarkan berlangsung bahkan di awal pembelajaran di mulai, sering kali siswa juga merasa waktu begitu lama sehingga keinginan untuk meninggalkan kelas selalu muncul dipikiran mereka. Siswa yang bersekolah di sekolah full day school pada umumnya mendapatkan kualitas pembelajaran yang baik tetapi di sisi lain ada beban tambahan ilmu pengetahuan yang harus dikuasai seperti menghafal Al-Quran, presentasi proyek tugas akhir semester, praktek ,tambahan kegiatan ekstra kulikuler dan terdapat persaingan yang ketat antar teman membuat siswa menyadari mereka harus memiliki cara untuk menghadapi kesulitan-kesulitan yang mereka peroleh saat bersekolah. Cara yang seharusnya siswa lakukan adalah mengevaluasi diri terhadap kemampuan dan kopetensi dirinya ketika menghadapi suatu tugas, merangkai suatu tujuan ingin dilakukan , dan dapat menghadapi hambatan yang terjadi dalam menyelesaikan tugas, hal tersebut dinamakan self efficacy Baron & Byrne (2005).

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara self efficacy dengan academic boredom , Bahkan hasil temuan ini mengisyaratkan bahwa self efficacy yang dimiliki siswa merupakan cara untuk mengurangi academic boredom(Liu & Lu, 2014). Self efficacy tidak hanya memiliki efek negatif terhadap academic boredom, namun juga memiliki efek secara langsung serta menjadi mediasi hubungan variabel lain dengan academic boredom terhadapnya (Ekatushabe dkk, 2021b). Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara self efficacy dengan academic boredom.

Self efficacy merupakan motivasi interinsik dari anak untuk mengatasi kebosanan dalam belajar dan sekolah yang berfokus pada diri sendiri. Strategi mengatasi kebosanan yang berfokus pada diri sendiri mungkin melibatkan menenangkan diri sedangkan strategi lain adalah dengan dukungan dari guru (Acee dkk, 2009). Dukungan guru atau perceive theacher support didefinisikan sebagai persepsi siswa bahwa guru mereka memperhatikan mereka dan akan membantu mereka yang membutuhkan (Tricket & Moos, 1973). Dukungan guru adalah salah satu anteseden sosial yang paling penting dari kebosanan (Pekrun, 2007).

Wang, dkk., (2017) menemukan bahwa pengajaran yang melibatkan dukungan guru secara efektif mengurangi pengalaman academic boredom pada siswa. Guru harus sadar bahwa siswa yang mengeluh bosan mungkin tidak memiliki minat terhadap pembelajaran yang diikuti (Acee, dkk., 2009). Seorang siswa akan mengalami academic boredom ketika dia merasa bahwa kegiatan pembelajaran tidak menarik dan memiliki sedikit relevansi dengan identitas pribadinya (Wang, dkk., 2017). Guru yang dirasa oleh siswa bahwa guru tersebut memberikan kepedulian secara tepat kepada siswa lebih mungkin membuat siswa merasa aman dan termotivasi sehingga mendorong mereka untuk lebih berusaha dalam proses pembelajaran, menjadi lebih terlibat dalam kegiatan pembelajaran, dan mencapai hasil belajar yang lebih baik (Ekatushabe dkk., 2017). Dukungan otonomi guru dapat meningkatkan self-efficacy dan dapat secara positif memengaruhi pengalaman kebosanan dengan meningkatkan dua penilaian kognitif tentang kemampuan diri dan nilai intrinsik (Wang, dkk., 2017).

METODE

Populasi dan sampel

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Peneliti mengidentifikasi variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari variabel *Academic Boredom* sebagai variabel dependent, kemudian *Self Efficacy* dan *Perceive Theacher Support* sebagai variabel independent. Populasi adalah siswa kelas 6 sekolah dasar full day school pada 3 sekolah di Kabupaten Sidoarjo, Jawa

Timur, dengan total jumlah siswa sebanyak 161. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah kuota sampling adalah 131 dari total 161 siswa dan sebanyak 30 siswa telah digunakan sebagai subyek uji coba. Sehingga 58 siswa (44,3%) jenis kelamin laki-laki dan 73 siswa (55,7%) jenis kelamin perempuan keseluruhan total 131 siswa.

Academic Boredom (Kebosanan Akademik)

Academic boredom dapat didefinisi operational sebagai kegelisahan atau frustrasi yang terkait dengan kurangnya keterlibatan bermakna, kesulitan menggunakan waktu secara produktif dan monoton terkait pengulangan yang cukup tinggi, kurangnya keinginan atau motivasi belajar dan sulitnya memusatkan perhatian. Untuk mengukur *academic boredom*, aitem yang mengacu pada indikator-indikator yang dikemukakan oleh Sharp, dkk (2020) yang antara lain terdiri dari kebosanan terkait dengan sifat, kebosanan terkait kelas, dan kebosanan terkait dengan studi.

Uji validitas yang dilakukan adalah validitas konstruk dengan menggunakan indeks diskriminasi aitem. Perhitungan validitas dan reliabilitas instrument *academic boredom* menggunakan bantuan program SPSS. Standar pengukuran yang digunakan untuk menentukan validitas aitem berdasarkan pendapat Azwar (2011) adalah aitem dikatakan valid apabila $r_{xy} \geq 0,03$.

Berdasarkan hasil uji diskriminasi aitem dengan menggunakan kriteria index diskriminasi aitem 0,3 tersebut, diperoleh hasil terdapat 14 aitem yang gugur dan 27 aitem yang sah dengan koefisien diskriminasi aitem bergerak dari 0,325 sampai dengan 0,685. Uji realibilitas dalam penelitian memperoleh nilai 0,918 dengan 14 aitem gugur dan 28 aitem sah. Berdasarkan hasil tersebut maka skala *academic boredom* terbukti reliabel.

Self Efficacy

Self efficacy adalah tinggi rendahnya keyakinan individu dalam menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapinya serta mampu menentukan tindakan dalam menyelesaikan tugas atau masalah tersebut. Skala *self efficacy* dalam penelitian ini didasarkan dari dimensi dan indikator oleh Bandura (1997) antara lain : *Level* (Tingkat Kesulitan Tugas) memiliki indikator yaitu Keyakinan untuk mampu menghadapi kesulitan tugas. *Generality* (Keadaan yang Umum) memiliki indikator yaitu Keyakinan untuk menyelesaikan berbagai macam tugas. Dan *strength* (Tingkat Kekuatan) memiliki indikator yaitu Kuatnya keyakinan pada kemampuan individu.

Pengumpulan data variabel *self efficacy* dilakukan menggunakan skala *self efficacy* yang dibuat sendiri oleh peneliti dan terdiri dari 24 aitem, yaitu terbagi dalam 12 aitem favorable dan 12 aitem unfavorable. Berikut *blue print* penyebaran aitem skala tanggung jawab social. Berdasarkan hasil uji diskriminasi aitem dengan menggunakan kriteria index diskriminasi aitem 0,3 tersebut, diperoleh hasil 1 aitem yang gugur dan 23 aitem yang sah dengan koefisien diskriminasi aitem bergerak dari 0,352 sampai dengan 0,752. Nilai realibilitas sebesar 0,926, maka skala *self efficacy* terbukti reliabel.

Perceive Teacher Support

Perceived teacher support merupakan persepsi siswa terhadap sikap dan perilaku yang ditunjukkan oleh guru dalam proses pembelajaran disekolah yang berkenaan dengan dukungan secara akademik dan emosional. Aspek-aspek *perceived teacher support* ini terdiri dari 4 aspek, antara lain: *Invested, positive regard, expectations* dan *accessible* (Metheny dkk., 2008)

Berdasarkan hasil uji diskriminasi aitem dengan menggunakan kriteria index diskriminasi aitem 0,3 tersebut, diperoleh hasil koefisien diskriminasi aitem bergerak dari 0,304 sampai dengan 0,837, dari total 24 aitem terdapat 6 aitem gugur. Uji realibilitas menunjukkan nilai sebesar 0,910. Berdasarkan hasil tersebut maka skala *perceive teacher support* terbukti reliabel.

Tehnik Analisis Data

Uji Normalitas Sebaran

Uji normalitas sebaran variabel *academic boredom* dilakukan dengan tehnik *kolmogorov-smirnov*. Hasil uji normalitas variabel *academic boredom* menunjukkan nilai 0,892 dengan nilai $p =$

0,200 ($p > 0,05$), menunjukkan bahwa variable tersebut berdistribusi normal. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebaran data skala *academic boredom* berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Hasil uji linearitas hubungan antara variabel *self efficacy* dan *academic boredom* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,274 dengan nilai koefisiensi *F deviation from linierity* 1,160, menunjukkan bahwa antara *self efficacy* dan *academic boredom* terdapat hubungan yang linear. Hasil uji linearitas hubungan antara variabel *perceive teacher support* dan *academic boredom* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,149 dengan nilai koefisiensi *F Deviation from Linierity* 1,317, menunjukkan bahwa antara variabel *perceive teacher support* dan *academic boredom* terdapat hubungan yang linear. Hasil uji linearitas hubungan antara ke 3 variabel dalam penelitian ini adalah linear.

Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas pada penelitian antara variabel *self efficacy* dan *perceive teacher support* diperoleh nilai tolerance = 0,967 ($> 0,10$) dan nilai VIF=1,034 ($< 0,10$). Artinya tidak ada multikolinieritas / interkorelasi antara variabel *self efficacy* dan *perceive teacher support*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian merupakan hasil dari uji hipotesis yang dilaksanakan dengan menggunakan Teknik analisis regresi linier berganda. Hipotesis pertama hasil uji regresi ganda (*multiple regression*) diperoleh nilai F hitung sebesar 42,120 dengan taraf signifikansi 0,000 ($< 0,01$). Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini terbukti, artinya ada hubungan yang negative dan sangat signifikan antara *self efficacy* dan *perceive theacher support* dengan *academic boredom* pada siswa di sekolah dasar *full day scholl*. Semakin tinggi *self efficacy* dan *perceive theacher support* maka semakin rendah *academic boredom* pada siswa.

Tabel 1 Hasil Analisis Regresi Linier *Self Efficacy* dan *Perceive Theacher Support* dengan *Academic Boredom*

F	P	Keterangan
42,120	0,000	Sangat Signifikan

Hipotesis Kedua menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara *self efficacy* dengan *academic boredom* pada siswa di sekolah dasar *full day scholl*. Untuk menguji hipotesis kedua, diperoleh nilai koefisien $t = -7,941$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini terbukti, artinya ada hubungan yang negatif dan sangat signifikan antara *self efficacy* dengan *academic boredom* pada siswa di sekolah dasar *full day scholl*. Semakin tinggi *self efficacy*, semakin rendah *academic boredom* pada siswa.

Tabel 2 Hasil Analisis Regresi Linier *Self Efficacy* Dan *Academic Boredom*

T	P	Keterangan
-7,941	0,000	Sangat Signifikan

Hipotesis ketiga menyatakan bahwa ada hubungan negative antara *perceive teacher support* dengan *academic boredom* pada siswa di sekolah dasar *full day scholl*. Untuk menguji hipotesis ketiga, diperoleh nilai koefisien $t = -4,404$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini terbukti, *perceive teacher support* memiliki hubungan yang negatif dan sangat signifikan dengan *academic boredom*. Semakin tinggi *perceive teacher support* artinya semakin rendah *academic boredom* pada siswa.

Tabel 3 Hasil Analisis Regresi Linier *Perceive Teacher Support* dan *Academic Boredom*

T	P	Keterangan
-4,404	0,000	Sangat Signifikan

Sumbangan Efektif

Sumbangan efektif setiap variabel yang dimaksud sebagaimana tertera pada tabel 4 berikut :

Tabel 4 Sumbangan Efektif Setiap Variabel

Variabel	Koefisien (B)	Koefisien Korelasi	Sumbangan Efektif Total	Sumbangan Efektif Pervariabel
<i>Self Efficacy</i>	0,525	0,573	39,7%	30,08%
<i>Perceive Theacher Support</i>	0,266	0,362		9,62%

Tabel dan perhitungan diatas menunjukkan bahwa sumbangan terbesar terhadap variabel dependen *academic boredom* adalah *self efficacy* yaitu 30,08% dan *perceive theacher support* 9,62%, sedangkan secara keseluruhan sumbangan efektif total terhadap variabel *academic boredom* adalah 39,7%. Hasil analisis ini menjelaskan bahwa pengaruh dominan pada *academic boredom* berasal dari *self efficacy*. Dengan kata lain *self efficacy* siswa efektif menurunkan *academic boredom*.

Persamaan Garis Regresi

Berdasarkan hasil analisis regresi data dengan menggunakan program SPSS seri 23 maka variabel *self efficacy* dan *perceive teacher support* bersinergi maka, *academic boredom* memiliki skor sebesar, selanjutnya koefisien regresi menunjukkan abahwa setiap kenaikan skor *self efficacy* akan menurunkan *academic boredom* sebesar 42,120 sedangkan koefisien regresi menunjukan bahwa setiap penambahan 1 skor *perceive teacher support* akan menurunkan *academic boredom* sebesar 0,362.

Data Deskriptif Penelitian

Berdasarkan hasil analisis diskriptif dari SPSS diketahui bahwa variable *academic boredom* pada anak Sekolah Dasar *full day school* pada subyek penelitian cenderung sedang (64,9%) disajikan dalam tabel 5, sebagai berikut:

Tabel 5 Data Deskriptif Penelitian *Academic Boredom*

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase %
≤ 47	Sangat rendah	1	0,8%
47 x ≤ 69	Rendah	25	19,1%
69 x ≤ 91	Sedang	85	64,9%
91 x ≤ 113	Tinggi	20	15,3%
≤ 113	Sangat tinggi	0	0%

Berdasarkan hasil analisis diskriptif dari spss diketahui bahwa variable *self efficacy* pada subyek penelitian cenderung tinggi(59,5%) disajikan dalam tabel 6, sebagai berikut:

Tabel 6 Data Deskriptif Penelitian *Self Efficacy*

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase %
≤ 23	Sangat rendah	0	0%
23 x ≤ 46	Rendah	3	2,3%
46 x ≤ 69	Sedang	39	29,8%
69 x ≤ 92	Tinggi	78	59,5%
≤ 92	Sangat Tinggi	11	8,4%

Berdasarkan hasil analisis diskriptif dari spss diketahui bahwa variable *perceive teacher support* pada subyek penelitian cenderung tinggi(55,7%) disajikan dalam tabel 7, sebagai berikut:

Tabel 7 Data Deskriptif Penelitian *Perceive Teacher Support*

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase %
≤ 34	Sangat rendah	0	0%
34 x ≤ 48	Rendah	3	2,3%
48 x ≤ 62	Sedang	36	27,5%
62 x ≤ 76	Tinggi	73	55,7%
≤ 76	Sangat Tinggi	19	14,5%

PEMBAHASAN

Berdasarkan hipotesis pertama dalam penelitian ini yang menyatakan bahwasanya terdapat hubungan antara *self efficacy* dan *perceive teacher support* terhadap *academic boredom* pada siswa di sekolah dasar *full day school* dapat diterima. Penelitian yang dilakukan di tiga sekolah dasar *full day school* di kabupaten Sidoarjo ini diperoleh hasil bahwa variable *self efficacy* dengan *perceive teacher support* mempengaruhi *academic boredom* pada siswa di sekolah dasar *full day school*. Terbukti semakin tinggi *self efficacy* dan *perceive teacher support* maka semakin rendah *academic boredom* pada siswa.

Sejalan dengan hasil diatas, penelitian lain telah menemukan bahwa ketika pelajar menganggap suatu tugas membosankan, kinerja mereka dalam tugas tersebut akan terpengaruh secara negatif (Pekrun dkk., 2010). Kebosanan akademik atau *academic boredom* menghambat kemampuan pelajar untuk menyalurkan sumber daya kognitifnya secara efektif dalam menyelesaikan tugas-tugas yang dianggap membosankan sehingga pelajar berusaha memusatkan perhatian, keterlibatan diri dalam segala aktivitasnya, memotivasi diri, melakukan pengaturan diri atau *self efficacy* dan penggunaan strategi pembelajaran agar tidak mempengaruhi prestasi (Pekrun, 2006; Pekrun dkk., 2010; Ekathushabe dkk., 2021). Ekathushabe dkk (2021) menemukan dalam penelitiannya bahwa perilaku dukungan guru mempengaruhi pembentukan efisiensi diri siswa tentang kemampuannya, nilai subjektif dan kemampuan untuk menurunkan *academic boredom* terkait pembelajaran fisika.

Siswa tentu pernah mengalami kesulitan menggunakan waktu secara produktif saat berada di sekolah seperti ketika berada di kelas, siswa berharap jam pelajaran cepat selesai. Cara untuk mengatasi permasalahan tersebut tentu membutuhkan bantuan guru dalam bentuk kepedulian dan bantuan emosional untuk membentuk keyakinan diri siswa pada kemampuannya. Kepedulian dan bantuan emosional Guru memberikan peranan penting untuk membantu siswa seperti saat siswa mengalami situasi yang dianggap sebagai situasi yang tidak menyenangkan karena berulang ulang dan monoton dengan cara memberikan keyakinan bahwa siswa memiliki kemampuan menghadapi berbagai situasi yang tidak menyenangkan dan bersedia mendengarkan berbagai keluhan kesah yang dirasakan siswa.

Siswa biasanya ketika bosan akan melamun, atau mencoret-coret merupakan perilaku alternatif yang paling sering diadopsi. Hal tersebut sebagai bentuk *self efficacy* yaitu kemampuan siswa dalam menyelesaikan dan menghadapi berbagai macam tantangan tugas yang sulit, untuk menumbuhkan hal itu mereka sangat membutuhkan arahan dan dukungan dari guru untuk membentuk keyakinan akan kemampuannya. Siswa kelas 6 sekolah dasar *full day school* mulai merasakan padatnya waktu belajar dan berkurangnya aktifitas non formal yang mereka lakukan karena mempersiapkan untuk menghadapi ujian kelulusan oleh karena itu siswa merasakan *Academic boredom* berkaitan dengan perasaan lelah atau mengantuk serta kesulitan untuk tetap fokus dan waspada, metode menggunakan ceramah tradisional dianggap kurang menarik dan membosankan dibandingkan seminar, tutorial, atau bentuk penyampaian lainnya.

Kuatnya keyakinan pada kemampuan yang dimiliki oleh siswa dengan dibantu oleh Guru yang memiliki kepekaan terhadap kondisi siswanya dapat mengurangi terjadinya *academic boredom*. Siswa yang menempuh waktu belajar yang lama dalam sehari tentu akan merasakan berkurangnya konsentrasi dan fokus serta keinginan untuk belajar saat, sehingga mudah teralihkan perhatian dan memilih untuk menunda pekerjaan. Hal tersebut dapat dihindari dengan cara memberikan solusi seperti memberikan *ice breaking* di sela-sela waktu pelajaran, hal itu diharapkan mampu mengembalikan semangat siswa dan membangun kembali keyakinan bahwa mereka dapat menyelesaikan sisa waktu belajar dengan baik.

Penelitian telah menemukan bahwa ketika pelajar menganggap suatu tugas membosankan, kinerja mereka dalam tugas tersebut akan terpengaruh secara negatif (Haager, Kuhbandner, & Pekrun, 2016; Pekrun dkk., 2010). Kebosanan menghambat kemampuan pelajar untuk menyalurkan sumber daya kognitifnya secara efektif dalam menyelesaikan tugas-tugas yang dianggap membosankan. Dengan cara ini, perhatian, keterlibatan, motivasi, pengaturan diri dan penggunaan strategi pembelajaran mereka terganggu sehingga mempengaruhi prestasi (Pekrun, 2006; Pekrun dkk., 2010).

Hipotesis kedua penelitian yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara *self efficacy* dengan *academic boredom* pada siswa di sekolah dasar *full day scholl*. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini terbukti, artinya ada hubungan yang negatif dan sangat signifikan antara *self efficacy* dengan *academic boredom* pada siswa di sekolah dasar *full day scholl*. Semakin tinggi *self efficacy*, semakin rendah *academic boredom* pada siswa.

Studi penelitian Goetz dkk (2006) menemukan bahwa konsep diri tentang kemampuan berhubungan negatif dengan *academic boredom*, dapat dikatakan bahwa kontrol subyektif atas kegiatan akademik berkorelasi negatif dengan *academic boredom*. *Self-efficacy* akademik siswa mewakili penilaian kontrol subyektif (Pekrun dkk, 2010). Hasil dari penelitian yang dilakukan melibatkan siswa sekolah dasar *full day school* ini berada pada kategori nilai dominansi di penilaian "Tinggi" dengan hasil 59,5%, bahkan terdapat penilaian yang masuk dalam kategori "sangat tinggi" dengan nilai 8,4%. penilaian tersebut membuktikan bahwa anak sekolah dasar *full day school* memiliki keyakinan untuk menghadapi kesulitan tugas, yakin untuk menyelesaikan berbagai macam tugas serta yakin pada kemampuan yang dimiliki.

Keyakinan diri untuk mampu melewati dan menyelesaikan tugas dan mata pelajaran sulit membantu siswa sekolah dasar *full day school* untuk menggunakan waktu secara produktif dan bertahan dalam situasi yang berulang-ulang. Durasi sekolah yang panjang membuat siswa memiliki harapan agar jam pelajaran segera berakhir, apalagi banyak mata pelajaran yang di anggap sulit dan tidak menyenangkan. Akibatnya siswa memiliki keinginan untuk melarikan diri dari pelajaran yang dianggap sulit dan merasa lelah saat harus terus menerus melakukan kegiatan pembelajaran sulit setiap hari. Salah satu contoh cara yang kongret untuk mengurangi kebosanan diatas adalah dengan membuat catatan yang berwarna dan menarik sehingga menimbulkan ketertarikan untuk dibaca dan dipelajari.

Sejalan dengan teori Goetz, dkk (2022) juga mengatakan bahwa *academic boredom* diperkirakan mempengaruhi kemampuan siswa dalam mengatur pembelajarannya, motivasi, strategi belajar dan pengaturan diri, tidak mengherankan jika *academic boredom* membuat siswa menjadi tidak fokus saat dikelas dan mengakibatkan menurunnya prestasi akademik. *Self efficacy* yang dimiliki siswa merupakan cara untuk mengurangi *academic boredom* (Liu & Lu, 2014). Siswa harus melakukan evaluasi diri terhadap kemampuan dan kopetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, dan menghadapi hambatan yang terjadi dalam menyelesaikan tugas (Baron & Byrne, 2005).

Keyakinan siswa untuk menghadapi berbagai kesulitan tugas juga dapat mengatasi kesulitan siswa saat kehilangan fokus akibat terlalu lama belajar. Yakin akan dapat menghadapi tugas yang sulit juga dapat membantu siswa tidak lagi merasa bahwa siswa sedang terkurung dalam istuasi yang kurang menyenangkan dan memiliki keinginan keluar dari kelas. Siswa yang mengalami *academic boredom* cenderung akan memiliki keinginan untuk meninggalkan atau menghindari situasi yang memicu *academic boredom* (Goetz dkk, 2022). Siswa dapat mengurangi rasa bosan dengan cara mempersiapkan diri dengan belajar lebih giat terutama pada pelajaran yang dirasa cukup sulit dan membuat catatan-catatan kecil saat pembelajaran berlangsung sehingga siswa memiliki kegiatan berarti dan menjaga fokusnya selama pembelajaran, dengan begitu siswa dapat dikatakan memiliki *Self efficacy* yang tinggi. Bandura (1997) mengatakan bahwa individu dengan efikasi diri tinggi cenderung akan memilih tugas yang sifatnya lebih menantang dengan tingkat kesulitan yang tinggi dan akan lebih tekun dalam meningkatkan usahanya meskipun dijumpai pengalaman yang dapat memperlemahnya.

Kegiatan sekolah yang melelaskan setiap hari membuat siswa sekolah *full day school* harus yakin bahwa mereka mampu untuk mengahdapi kegiatan sekolah yang uslit dan panjang. Kelelahan akibat sekolah yang panjang membuat berkurangnya motivasi belajar dan membuat siswa mudah teralihkan perhatian maka siswa lebih memilih melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan bagi mereka seperti bermain dari pada belajar, memilik mengobrol dengan teman dari pada menyelesaikan tugas dan menunda-nunda tugas dari guru. Hal yang diperlukan untuk mengatasinya adalah siswa harus menyadari bahwa dirinya harus menumbuhkan motivasi belajar supaya tidak menghindari atau meninggalkan situasi yang tidak menyenangkan dengan cara meningkatkan keyakinan untuk mampu

menghadapi berbagai macam kesulitan tugas, dengan kata lain siswa harus memiliki *self efficacy* dalam dirinya.

Penelitian serupa yang mengungkap bahwa ada hubungan negatif antara, *academic boredom* dan *self-efficacy* yang dilakukan oleh Liu & Zuhonglu (2017) pada siswa sekolah menengah Cina dengan menggunakan pengukuran berulang selama tiga tahun di sekolah menengah, dengan menggunakan pengukuran berulang dari waktu ke waktu menunjukkan bahwa efikasi diri akademik siswa sekolah menengah China memprediksi secara negatif kebosanan terkait akademik siswa. Sejalan dengan penelitian lain juga meneliti hubungan antara *self-efficacy* terhadap kompetensi seseorang dan *academic boredom* oleh Goetz dkk., (2006), penelitian ini mendukung model nilai-kontrol yang menunjukkan bahwa kontrol subyektif terkait dengan *academic boredom* dan menyiratkan bahwa meningkatkan *self-efficacy* adalah cara yang berguna untuk mengurangi *academic boredom*.

Siswa kelas 6 sekolah dasar mendapatkan banyak tuntutan penguasaan materi pembelajaran karena mereka tidak lama lagi akan menghadapi ujian kelulusan sekolah selain itu juga dibebankan tugas sekolah yang tidak sedikit. Penguasaan terhadap tugas harus dihadapi oleh siswa. Penguasaan siswa terhadap berbagai bidang tugas harus disertai oleh keyakinan untuk dapat menyelesaikan berbagai macam tugas tersebut. Jika tidak memiliki keyakinan maka sulit untuk dapat menyelesaikan berbagai macam tugas sekaligus (Bandura, 1997) keyakinan untuk bisa menyelesaikan tugas ini mampu membantu menghadapi kesulitan siswa dalam penggunaan waktu secara produktif, terjebak dalam situasi yang berulang setiap hari sehingga tampak seperti kegiatan yang monoton setiap hari, hingga merasa gelisah, lelah dan frustrasi menghadapi berbagai macam tugas. Menurut Acee, dkk (2010) paparan di atas dapat digambarkan menjadi dua aspek yaitu *Task-focused boredom* yang memiliki ciri-ciri yaitu ketika siswa merasa bahwa siswa melakukan tugas secara berulang dan terus menerus, tugas tersebut tidak berguna, dianggap tidak begitu penting, membosankan dan merasa seharusnya tidak mengerjakan hal tersebut, sedangkan *self-focused boredom* ditunjukkan dengan adanya perasaan gelisah, mudah terganggu, tidak sabar, mudah lelah dengan aktifitas, dan memiliki keinginan melakukan hal lain.

Siswa dengan efikasi diri yang tinggi memiliki keyakinan bahwa beberapa macam tugas akan mampu dikuasai dan diselesaikan sekaligus. Hal tersebut membantu siswa menghadapi kesulitan untuk memfokuskan diri menyelesaikan berbagai macam tugas. Membantu juga mengurangi perasaan lelah atau mengantuk saat pembelajaran berlangsung. Metode ceramah tradisional dianggap mudah memicu siswa untuk merasa bosan karena kurang menarik dibandingkan seminar, tutorial praktek, atau bentuk penyampaian lainnya. Perasaan yang lain ketika bosan di kelas mencakup keinginan untuk berada di luar kelas dan merasa cemas seperti khawatir karena kehilangan sesuatu yang penting. Siswa yang yakin terhadap dirinya yang mampu untuk menyelesaikan berbagai macam tugas dapat membantu dirinya untuk mengurangi penurunan motivasi belajar dan rasa ingin menunda-nunda untuk mengerjakan tugas. Baron & Byrne (2005) mengatakan bahwa siswa yang yakin terhadap kemampuan untuk menyelesaikan tugas ialah siswa yang memiliki *self efficacy* sebagai evaluasi diri untuk melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, dan menyelesaikan hambatan yang terjadi.

Kekuatan keyakinan yang dimiliki siswa juga merupakan aspek penting untuk menurunkan *academic boredom* (Pekrun dkk, 2010). Bandura (1997) mengatakan bahwa penting untuk mempunyai tingkat kekuatan terhadap keyakinan yang dimilikinya untuk menyelesaikan tugas akademik. Kekuatan tersebut membantu siswa untuk melakukan kegiatan yang sama dan berulang setiap hari. Anak sekolah dasar pada dasarnya merupakan anak yang suka berkegiatan di luar pembelajaran di kelas seperti olahraga atau bermain dibanding harus duduk diam selama 7-8 jam di kelas. Akibatnya mereka akan merasakan emosi negatif seperti kelelahan, mengantuk dan timbul rasa gelisah dan ingin mengakhiri waktu belajar mereka. Kekuatan keyakinan tersebut dapat dibentuk dari pengalaman keberhasilan yang pernah siswa capai seperti jika siswa pernah berhasil mengerjakan satu tugas maka akan timbul keyakinan bahwa dirinya bisa berhasil menyelesaikan tugas yang lain. Pengalaman keberhasilan yang telah dicapai seseorang akan meningkatkan *self efficacy* pada dirinya dan keberhasilan masa lalu akan memberikan efek kepercayaan diri dan kekuatan (Bandura, 1997). Woolfolk (2009) menambahkan *self-efficacy* atau efikasi diri juga dapat diartikan sebagai kuatnya keyakinan seseorang bahwa dirinya mampu melakukan tugas-tugas secara efektif. Membantu siswa untuk menumbuhkan motivasi belajar

dalam dirinya dengan cara mencoba aktif berdiskusi di dalam kelas, dan rajin untuk latihan soal-soal untuk mengasah kemampuan saya.

Strategi lain untuk mengatasi *Academic Boredom* adalah dukungan guru atau *perceive theacher support* yang merupakan komponen inti dari lingkungan belajar kelas, yang mungkin mempunyai pengaruh terhadap siswa. Siswa yang merasakan lebih banyak dukungan dapat mengurangi kebosanan akademik dalam kelas (Wang dkk., 2017). Hal tersebut sesuai dengan hipotesis ketiga yang menyatakan ada hubungan negatif antara *perceive teacher support* terhadap *academic boredom* pada siswa di sekolah dasar *full day school*.

Perceived teacher support memiliki efek positif terhadap keterlibatan dan kenyamanan pada proses akademis, dan juga mengurangi *academic boredom* (Zhao & Yang, 2022). Dengan adanya *perceived teacher support* selama kegiatan belajar dapat menghambat *academic boredom* dan akan meningkatkan perhatian, motivasi, pembelajaran, serta prestasi (Ekatushabe, Kwarikunda dkk., 2021). Adapun besaran efek *perceived teacher support* terhadap *academic boredom* tergolong sedang (Zhao & Yang, 2022).

Menghadapi situasi yang sulit, siswa berhak mendapatkan arahan dan nasehat guru agar siswa kembali memiliki motivasi belajar. Menurut Goatz dkk, (2022) guru sudah memahami dan familiar dengan perilaku belajar dan emosi siswa di dalam kelas, maka mereka dapat menilai tingkat kebosanan siswa dan dapat mengintervensi membantu siswa untuk mengenali dan mengantisipasi perasaan bosan mereka dan mengajarkan strategi efektif untuk mengatasi *Academic boredom*. Siswa yang menunjukkan tanda-tanda mengalami *Academic boredom* seperti saat sudah mulai kesulitan menggunakan waktu secara produktif dan mulai merasa bosan dengan kegiatan belajar setiap hari, disinilah dibutuhkannya peranan pennting dukungan guru.

Siswa yang mulai mengalami kesulitan untuk fokus dan waspada sehingga mudah terdiktraksi dengan hal-hal kecil dan memiliki perasaan ingin melarikan diri dari kelas dan enggan untuk belajar pada saat itulah dukungan guru memiliki peran penting. Siswa akan terbantu untuk bisa mengurangi *academic boredom* dengan mendapatkan kepedulian dan bantuan emosional dalam guru seperti guru memberikan pengajaran yang menyenangkan di kelas, mendengarkan segala keluh kesah entang masalah yang dihadapi siswa dan selalu memperlihatkan kepedulian dengan apa yang terjadi pada siswanya. Hal tersebut juga berkaitan dengan pentingnya membangun keterampilan diagnostik guru agar mereka agar mereka dapat melakukan identivikasi yang lebih baik ketika siswa bosan dan mempertimbangkan bantuan apa yang akan diberikan (Goatz dkk, 2022).

Academic boredom yang dialami oleh siswa dan dampaknya telah dikaitkan dengan lingkungan belajar di mana guru menawarkan dukungan emosional, sosial dan otonomi yang tinggi (Tze dkk, 2014; Wang dkk.,2017). Guru akan memberikan dampak pada perilaku motivasi siswa dengan memenuhi atau mengabaikan kebutuhan psikologis dasar siswa dengan memberikan harapan positif pada siswa. Kebutuhan dasar ini yaitu kebutuhan untuk kompetensi, autonomi, dan berhubungan (related) dengan individu lain. Hal tersebut membantu siswa yang tidak memiliki motifasi untuk belajar dan lebih memiliki keinginan untuk bermain. Fungsi dukungan guru membuat suasana belajar menyenangkan seperti pada saat bermain. Memberikan kegiatan seperti ice breaking juga membantu siswa untuk lebih fokus terhadap pembelajaran dan tidak mudah teralihkan perhatiannya saat pelajaran berlangsung.

Hasil dari sumbangan efektif total dari *self efficacy* dan *perceive theacher support* terhadap *academic boredom* pada siswa sebesar 39,7% maka hal ini juga membuktikan bahwa *self efficacy* dan *perceive theacher support* behubungan negatif terhadap *academic boredom* dengan masing-masing nilai *self efficacy* yaitu 30,08% dan *perceive theacher support* 9,62%. jadi dapat di simpulkan sebanyak 60,3% sumbangan efektif terhadap *academic boredom* dipengaruhi oleh variable lain seperti motivasi belajar siswa, stres akademik dan *academic bouyancy*.

KESIMPULAN

Sekolah dasar full day scholl merupakan sekolah yang memiliki waktu pembelajaran panjang dimulai dari jam 07 pagi hingga sekitar jam 15.00 sore. Jadwal sekolah yang panjang membuat anak menjadi kelelahan dan menimbulkan kebosanan saat berada di sekolah hal itu disebut dengan

Academic boredom. Siswa membutuhkan Strategi untuk mengatasi Academic boredom, dalam penelitian ini strategi yang dilakukan adalah self efficacy dan preveice teacher support. Penelitian ini dilakukan pada subyek anak kelas 6 sekolah dasar full day school sebanyak 131 anak di tiga sekolah di kabupaten sidoarjo.

Berdasarkan hasil uji regresi ganda (multiple regression) diperoleh nilai F hitung sebesar 42,120 dengan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini terbukti, artinya ada hubungan yang negative dan sangat signifikan antara self efficacy dan perceive theacher support dengan academic boredom pada siswa di sekolah dasar full day scholl. Semakin tinggi self efficacy dan perceive theacher support maka semakin rendah academic boredom pada siswa. Sementara sumbangan efektif terbesar terhadap variabel dependen academic boredom adalah self efficacy yaitu 30,08% dan perceive theacher support 9,62%, sedangkan secara keseluruhan sumbangan efektif total terhadap variabel academic boredom adalah 39,7%. Hasil analisis ini mejelaskan bahwa pengaruh dominan pada academic boredom berasal dari self efficacy. Dengan kata lain self efficacy siswa efektif menurunkan academic boredom.

REFERENCES

- Acee, T. W., Kim, H., Kim, H. J., Kim, J-I., Chu, H. R., Kim, M., Yoong Jung, C., & Wicker, F.W. (2010). Academic boredom in under- and over-challenging situations. *Contemporary Educational Psychology*, 35(1), 17–27. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2009.08.002>
- Alwisol, (2016). *Psikologi Kepribadian* : Edisi Revisi. Malang UMM Press.
- An, F., Yu, J., & Xi, L. (2022). Relations Between Perceived Teacher Support And Academic Achievement: Positive Emotions And Learning Engagement As Mediators. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03668-w>
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Babad, E. (1990). Measuring And Changing Teachers' Differential Behavior As Perceived By Students And Teachers. *Journal Of Educational Psychology*, 82(4), 683–690 <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.4.683>.
- Bandura, A. (1977). Self-Efficacy: Toward A Unifying Theory Of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84, 191–215.
- Bandura, A. (1982). Self-Efficacy Mechanism In Human Agency. *American Psychologist*, 37(2), 122–147. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122>
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise Of Control* (Pp. Ix, 604). W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
- Chen, Y., & Guo, S. (2016). Effect Of Perception Of Teachers' Supporting Behavior On Academic Achievement In Middle School Youths: A Mediated Moderation Effect. *Chinese Journal Of Clinical Psychology*, 24(2), 332–337. <https://doi.org/10.16128/j.cnki.1005-3611.2016.02.033>
- Belmont, M., Skinner, E., Wellborn, J., dan Connell, J. (1992). *Teacher as social context (TASC)*. Two measures of teacher provision of involvement, structure, & autonomy support. Technical Report. NY: University of Rochester.
- Derakhshan, A., Kruk, M., Mehdizadeh, M., & Pawlak, M. (2021). Boredom In Online Classes In The Iranian EFL Context: Sources And Solutions. *System*, 101. Scopus. <https://doi.org/10.1016/j.system.2021.10255>
- Education Studies*, 7(1), 21–36. <https://doi.org/10.5539/ies.v7n1p21>.
- Ekatushabe, M., Kwarikunda, D., Muwonge, C. M., Ssenyonga, J., & Schiefele, U. (2021). Relations Between Perceived Teacher's Autonomy Support, Cognitive Appraisals And Boredom In Physics Learning Among Lower Secondary School Students. *International Journal Of STEM Education*, 8(1). Scopus. <https://doi.org/10.1186/s40594-021-00272-5m>
- Ekman, P. (1984). *Ekspresi dan sifat emosi*. Dalam KS Scherer & P. Ekman (Eds.), *Pendekatan emosi* (hlm. 319–343). Hillsdale, NJ: Erlbaum

- Fahlman, S. A., Mercer-Lynn, K. B., Flora, D. B., & Eastwood, J. D. (2013). Development And Validation Of The Multidimensional State Boredom Scale. *Assessment*, 20(1), 68–85.
- Federici, R. A., & Skaalvik, E. M. (2014). Students' Perceptions Of Emotional And Instrumental Teacher Support: Relations With Motivational And Emotional Responses. *International* <https://doi.org/10.1177/107319111421303>
- Finkielsztejn, M. (2020). Class-Related Academic Boredom Among University Students: A Qualitative Research On Boredom Coping Strategies. *Journal Of Further And Higher Education*, 44(8), 1098–1113. Scopus. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2019.1658729>
- Fisher, C. D. 1993. "Boredom At Work: A Neglected Concept." *Human Relations* 46 (3): 395–418. Doi:10.1177/001872679304600305. <https://doi.org/10.1016/B978-012372545-5/50003-4> <https://www.neliti.com/publications/449015/dampak-pelaksanaan-full-day-school-terhadap-perkembangan-sosial-anak-di-sekolah> <https://www.nu.or.id/nasional/ini-dampak-lima-hari-sekolah-mulai-perilaku-belajar-hingga-psikologi-murid-dan-guru-l7KDE>
- Haris, MB (2000). Korelasi dan karakteristik kecenderungan kebosanan dan kebosanan. *Jurnal Sosial Terapan Psikologi*, 30, 576–598
- Liu, Y., & Lu, Z. (2014). The Relationship Between Academic Self-Efficacy And Academic-Related Boredom: MAOA Gene As A Moderator. *Youth & Society*, 49. <https://doi.org/10.1177/0044118X14535219>
- Metheny, J., McWhirter, E. H., & O'Neil, M. E. (2008). Measuring Perceived Teacher Support and Its Influence on Adolescent Career Development. *Journal of Career Assessment*, 16(2), 218–237. <https://doi.org/10.1177/1069072707313198>
- Pekrun, R. (2006). The Control-Value Theory Of Achievement Emotions: Assumptions, Corollaries, And Implications For Educational Research And Practice. *Educational*.
- Pekrun, R., Frenzel, A. C., Goetz, T., & Perry, R. P. (2007). Chapter 2 - The Control Value Theory Of Achievement Emotions: An Integrative Approach To Emotions In Education. In P. A. Schutz & R. Pekrun (Eds.), *Emotion In Education* 13–36. Academic Press. <https://doi.org/10.1037/A0019243>
- Pekrun, R., Goetz, T., Daniels, L. M., Stupnisky, R. H., & Perry, R. P. (2010). Boredom In Achievement Settings: Exploring Control-Value Antecedents And Performance Outcomes Of A Neglected Emotion. *Journal Of Educational Psychology*, 102(3), 531–549. *Psychology Review*, 18(4), 315–341. <https://doi.org/10.1007/S10648-006-90299>
- Ryan, A. M., & Patrick, H. (2001). The Classroom Social Environment and Changes in Adolescents' Motivation and Engagement During Middle School. *American Educational Research Journal*, 38(2), 437–460. <https://doi.org/10.3102/00028312038002437>
- Santrock, J. W (2012). *Life Span Defelopment* Jilid 2. Alih Bahasa Achmad Chusairi& Juda Damanik. Jakarta; Erlangga.
- Sarafino. (2011). Sarafino dan Smith, (Vol. 1999, Issue December).
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sharp, J. G., B. Hemmings, R. Kay, B. Murphy, and S. Elliott. 2017. "Academic Boredom among Students in Higher Education: A Mixed-methods Exploration of Characteristics, Contributors and Consequences." *Journal of Further and Higher Education* 41 (5): 657–677. doi:10.1080/0309877X.2016.1159292.
- Sharp, J. G., B. Hemmings, R. Kay, and C. Atkin. 2018. "Academic Boredom, the Approaches to Learning and Final-year Degree Outcomes of Undergraduate Students." *Journal of Further and Higher Education* 42 (8): 1055–1077. doi:10.1080/0309877X.2017.1349883.
- Sharp, J. G., B. Hemmings, R. Kay, and J. C. Sharp. 2019. "Academic Boredom and the Perceived Course Experiences of Final Year Education Studies Students at University." *Journal of Further and Higher Education* 43 (5): 601–627. doi:10.1080/0309877X.20171386287.
- Sharp, J. G., J. C. Tajam, and E. Young. 2020. "Academic Boredom, Engagement and the Achievement of Undergraduate Students at University: A Review and Synthesis of Relevant Literature." *Research Papers in Education* 35 (2): 144–184. doi:10.1080/02671522.2018.1536891.

- Simsek, H., Kula, S. S., Özçakir, B., & Ceylan Çeliker, T. (2020). The Relation Between Academic Boredom Of Students With Mathematics Self-Efficacy And Mathematics Anxiety. *Acta Didactica Napocensia*, 13(2), 30–42.
- Sumantri. (2015). *Strategi Pembelajaran*. Jakarta: Kharisma Putra Utama.
- Tze, V. M. C., Daniels, L. M., Klassen, R. M., & Li, J. C. (2013). Canadian and Chinese university students' approaches to coping with academic boredom. *Learning and Individual Differences*, 23, 32–43. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2012.10.015>
- Weybright, E., Schulenberg, J., & Caldwell, L. (2020). More Bored Today Than Yesterday? National Trends In Adolescent Boredom From 2008 To 2017. *Journal Of Adolescent Health*, 66(3), 360–365.
- Zhao, Y., & Yang, L. (2022). Examining The Relationship Between Perceived Teacher Support And Students' Academic Engagement In