

DAFTAR PUSTAKA

- Bintang, A., & Rositawati, S. (2019). Studi Deskriptif *Brunout* pada Tenaga pendidik yang Melaksanakan Pembelajaran Jarak Jauh. 29–37.
- Bili, L. D., & Dewi, M. (2019). Efektivitas Senam Otak Dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 2(2), 68–78.
Available at : <http://ejournal.upg45ntt.ac.id/index.php/ciencias/index>
- Cahyadi, A., Dani, R. A., & Aryono, M. (2022). Efektivitas Metode *Brain Gym* dalam Menurunkan Tingkat Stres Mahasiswa yang Menghadapi Pembelajaran Daring (*The Effectiveness of The Brain Gym Method in Reducing Stress Levels in College Students Who Take Online Learning*). 21(2), 144–151.
Available at : <https://doi.org/10.24167/psidim.v21i2.4243>
- Damayanti, A., Suradika, A., & Asmas, B. (2020). Strategi Mengurangi Kejenuhan Anak Dalam Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) melalui Aplikasi ICANDO pada Siswa Kelas I SDN Pondok Pinang 08 Pagi. *Seminar Nasional Penelitian LPPM UMJ*, 1–10.
Available at : <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaslit> Pengaruh Senam Otak terhadap
- Ilham, Mubarak, M. (2018). *Skripsi*. Upaya Menurunkan Kejenuhan Belajar Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Games pada Siswa Kelas XI Akuntansi SMK YPKK 2 Sleman.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). *Job burnout. Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- Mardayati, Erda. (2022). Pengaruh Metode Senam Otak (*Brain Gym*) Dalam Mengurangi Kejenuhan (*Burnout*) belajar Siswa di SMPN 22 Kota Jambi.
Available at : <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i6.9648>
- Mutakbir. (2019). Perbandingan Tingkat Kejenuhan Peserta Didik Sekolah yang menerapkan Full Day School Dan Non Full Day School di Kabupaten Pangkep Provinsi Sulawesi Selatan. Available at : <https://repositori.uin-alauddin.ac.id/14570/1/Mutakbir%2020600115038.pdf>
- Sutriani, M., & Rusni, M. (2019). Penurunan Tingkat Stres pada Narapidana di Lapas Narkotika Klas III Samarinda. (2019). 33, 524–530.
- Putri, Y. D., & Yetti, R. (2019). Kegiatan Senam Otak Anak Usia Dini. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo : Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 6(1), 12–17.
Available at : <https://doi.org/10.21107/pgpaustrunojoyo.v6i1.5366>

- Purwanto, S., Ranita, W., & Nuryati (2019.). Manfaat Senam Otak (*Brain Gym*) Dalam Mengatasi Kecemasan dan Stres pada Anak Sekolah. 81–90.
- Pujiastuti, N., Handoko, L., Gustirini, R., Indriani, R., & Sugiyatmi, T. A. (2024). Pendidikan Kesehatan Pada Anak Tentang Senam Otak Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(2), 2285. Available at : <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i2.22313>
- Regita, Dwiyanti, C. (2019). Kejenuhan Kerja (*Burnout*) pada Guru Honorer di Kota Makassar. Available at : <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/14015>
- Rudyanto, B., Hasnah, R. AR., & Zulkarnain. (2021). Pengaruh Beban Kerja dan Kejenuhan Kerja (*Burnout*) Terhadap Motivasi Kerja Guru di Yayasan Pendidikan Cendana. 9(2), 162–172.
- Rumeen, C., Joseph, W. B. S., Rumayar, A. A., Kesehatan, F., Universitas, M., Ratulangi, S., Pendidik, T., & Jauh, P. J. (2021). 101 Gambaran Tingkat Stres Kerja pada Tenaga Pendidik Terhadap Pembelajaran Jarak Jauh Di SMPN 1 Likupang Selatan dan SMPN 1 Dimembe. 10(6), 101–106.
- Safitri, H. U. (2020). Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja. 8(2), 174–179. *senam-aerobikjurnal-1.pdf*. (n.d.).
- Shabira, B. K., Ekawati, & Ida, W. (2023). Pengaruh Motivasi Kerja, Hubungan Interpersonal, dan *Burnout* (Kejenuhan Kerja) Terhadap Kepuasan Kerja Guru Tunagrahita di SLB Negeri Semarang. 22(3), 183-188.
- Siregar, N. S., & Juanda, F. (2017). Penerapan *Brain Gym* dalam Meningkatkan Konsentrasi pada Siswa Kelas VIII SMP Terpadu Al-Farabi. *Jurnal Kesehatan Dan Olahraga*, 1(2), 34–42.
- Shofanisa Alifia Zahra, & M. Firmansyah. (2024). Analisis Penerapan Manajemen Rangkap Jabatan terhadap Kinerja Karyawan di PT Karya Anugerah Medika Kabupaten Tangerang, Banten. *Jurnal Manajemen Dan Ekonomi Kreatif*, 2(3), 396–408. <https://doi.org/10.59024/jumek.v2i3.455>
- Sularyo, T.S., & Handyastuti, S. (2016). Senam Otak. *Sari Pediatri*, 4 (1), 36. Available at : <https://doi.org/10.14238/sp4.1.2002.36-44>
- Sugiyono. (2020). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta
- Kinerja Perusahaan. Utami, I. P. (2018). Pengaruh *burnout* terhadap kualitas kehidupan kerja pegawai pada pt. pln (persero) area makassar utara . Available at : https://digilibadmin.unismuh.ac.id/upload/2362-Full_Text.pdf
- Meiwinda, E. R., Fadhli, M., & Kalit, B. C. V. (2024). Peningkatan Konsentrasi Bekerja Melalui Brain Gym dan Ice Breaker pada Karyawan. *Jurnal Gotong*

Royong, 1, 101–108.

Vitasari, Ita. (2016). kejenuhan (*burnout*) belajar ditinjau dari tingkat kesepian dan kontrol diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta. *Available at* : <https://123dok.com/dokument/yd7drxgy-kejenuhan-burnout-belajar-ditinjau-tingkat-kesepian-kontrol-yogyakarta.html>

Wulan, D. K., & Sari, N. (2015). *Regulasi Emosi Dan Burnout Pada Tenaga Pendidik Honorer*. 4(43), 74–82.

Yulianti, Y., Hidaayah, N. (2018). Pengaruh Senam Otak (*Brain Gym*) Terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia di RT 03 RW 01 Kelurahan Tandes Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 10(1), 88–95. *Available at* : <https://doi.org/10.33086/jhs.v10i1.149>