

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyani, R., & Islam, A. (2023). *Analysis Of The Effect Of Tahfidz Quran Education On The Development Of Self-Actualization In Santri (Case Study At Pondok Baitul Quran Wonogiri" in "All Documents"; did you mean analysis of the effect of tahfidz quran education on the development of sel.* 1(1).
- Afifah, S. (2019). *Pengaruh Kejenuhan Belajar Dan Interaksi Sosial Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Dengan Sistem Pesantren Modern.* 7(4), 527–532.
- Al-Ghazali. (1989). *Ihya Ulumuddin.* <https://www.islamweb.net/ar/library/content/411/5667/بيان-حجج-القائلين-بتحريم-السماع-والجواب-عنها>
- Alaslan, A., Amane, A. P. O., Suharti, B., Laxmi, Rustandi, N., Sutrisno, E., Rustandi, Rahmi, S., Darmawi, & Richway. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif.*
- Ali, M., Syah, M., & Arifin, B. S. (2024). *AL-AFKAR : Journal for Islamic Studies Mengatasi Lupa dan Jenuh dalam Belajar.* 7(4), 1869–1878. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v7i4.1187.Overcoming>
- Amanda, P. C., & Satiningsih. (2022). Studi kasus: Kelelahan (Burnout) Akademik pada Siswa Kelas XII Pasca Kematian Orangtua. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(7), 127–137. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/48136>
- Amria, S., & Aulia, L. A.-A. (2023). Dampak Efikasi Diri terhadap Kejenuhan Belajar pada Santri. *Journal Of Gender Equality And Social Inclusion (Gesi)*, 2(1), 52–61.
- Anita, D., Suradika, A., & Asmas, T. 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. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaslit>
- Aran, K. A. (2021). *Journal Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi (PORKES)* | 39. 4(1), 39–44.
- Arikarani Yesi , Azman Zainal , Ansyah Fadillah Putri, Aisyah Siti, K. T. D. Z. (2024). *Konsep Pendidikan Islam Dalam Penguatan Moderasi Beragam.*
- Azim, A., Moh, L., Isnaini, Y., & Hidayatullah, M. R. (2023). Peran Olahraga Tradisional dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Santri di Pondok Pesantren Nu Darussalam Al-Falah Desa Bukit Tinggi Kecamatan Gunungsari. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 9(1), 129–138. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/3293207>
- Azizah, A. R., & Ajib, A. S. (2025). *Pengaruh Pendidikan Rekreasi dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Hubungan Social Siswa Sekolah Dasar.* 07(02), 9338–9346.

- Bahasa, B. P. dan P. (n.d.). *Rekreasi*. 2025. <https://kbbi.web.id/rekreasi>
- Bukhari, I. (n.d.). *Hadist 1839*. 2020. Retrieved April 26, 2026, from <https://hadits.tazkia.ac.id/>
- Bulungo, A. A. (2023). Hakikat pendidikan Islam dalam konteks pengembangan potensi manusia. *Jurnal Fastabiqulkhairaat*, 4(1), 19–28. <https://jurnalfastabiqulkhairaat.faiunisapalu.ac.id/index.php/jfk/article/view/24>
- Faiqoh, I. A., Herdiani, R. T., & Budisiwi, H. (2023). Penyesuaian Diri Santri Baru Terhadap Stres Di Lingkungan Pondok Pesantren Al-Amin Kabupaten Tegal. *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 1(2), 116–120. <https://doi.org/10.60126/maras.v1i2.29>
- Faisal, A. R., Agus, K., & Sugiyanto. (2017). Motif, Motivasi, dan Manfaat Aktivitas Pendakian Gunung Sebagai Olahraga Rekreasi Masyarakat (Study Fenomenologis Tentang Kelompok Masyarakat yang Melakukan Aktivitas Pendakian di Taman Nasional Gunung Merbabu). *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(2), 143–153.
- Fathira, S. A., & Wiyono, B. D. (2025). *Pengembangan Panduan Konseling Kelompok Teknik Motivational Interviewing Untuk Mereduksi Burnout Akademik Pada Siswa Penghafal Al-Qur'an*. 30–36.
- Fiantika, F. R., Wasil, M., Jumiyati, S., Mouw, E., Jonata, Mashudi, I., Hasanah, N., Maharani, A., Ambarwati, K., Noflindaputri, R., Nuryani, & Waris, L. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Issue March).
- Hatami, M. H. (2025). *Pendidikan Qur'ani : Kajian Tafsir QS . Al-Qashash Ayat 77 terhadap Nilai dan Prinsip*. 4(1), 1–13.
- Hiadayatullah, F. (2021). *An-Nur Ii "Al-Murtadlo" Berbasis Ekstrakurikuler Dalam Mengembangkan Kewirausahaan Santri*.
- Hizbulloh, A. L. S., & Resita, C. (2023). Pengaruh Pendidikan Jasmani Terhadap Fungsi Kognitif dan Capaian Belajar Peserta Didik. *JPOK*, 1(2), 46–53.
- Indra, A., Urohmah, S., Alfiyanah, L., & Ramanda, P. (2025). DINAMIKA ACADEMIC BURNOUT SANTRI DI PONDOK. *Versa*, 07(3), 478–484.
- Izati Fitrah, T. W. (2017). EDUSIANA : Jurnal Manajemen dan Pendidikan Islam. *Edusiana : Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Islam*, 4(1), 24–31.
- Jannah, K. I., Raihana, P. A., Ali, M., & Qur, A. (2019). Berasrama Dalam Menghadapi Kejenuhan (Boarding in the Face of Boredom). *Jurnal: Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Agama Islam*, 31(2), 107–117.
- Junarti, & Purwati, G. A. R. (2020). *Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Geografi Kelas XI IPS di SMA Negeri 6 Palu*. 17(1), 1–15.
- KBBI. (2025). *Jenuh*. Badan Pengembangan Dan Pembinaan Bahasa.
- Kemenag. (2025a). *Al-Qomar : 17. Qur'an* Kemenag.

- <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/54?from=17&to=55>
- Kemenag, Q. (2025b). *Al-Qasas* : 77. <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/28?from=76&to=77>
- Khoirunnisa, A., & Uyun, M. (2024). Kejenuhan dan Motivasi Belajar dengan Prestasi Akademik. *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 7(2), 29–37. <https://doi.org/10.36341/psi.v7i2.4083>
- Khomsiah, Hidayah, F., Aniati, A., & Baharun, H. (2024). Active Learning as a Solution to Student Burnout in Islamic Religious Education : Views from Madrasah Pembelajaran Aktif sebagai Solusi Kejenuhan Siswa dalam Pendidikan Agama Islam : Pandangan dari Madrasah. *Jurnal Riset Madrasah Ibtidaiyah (JURMIA)*, 4(2), 130–145.
- Kusumastuti, T., Fatkhurrohman, M., & Fatchurrohman, M. (2022). *Implementasi metode menghafal qur'an 3t+1m dalam meningkatkan kualitas hafalan santri*. 2(2), 259–273.
- Lestari, M., & Yuliasrid, D. (2021). Pemanfaatan Waktu Luang Untuk Aktivitas Rekreasi Bagi Karang Taruna Desa Tahunan Kecamatan Sale Kabupaten Rembang. *Juxrnal Kesehatan Olahraga*, 9(3), 91–100.
- Lutfiya, L., Affandi, G. R., & Triwidiyanti, W. (2025). the Description of Academic Boredom Among Female Students At Pondok Pesantren Putri X. *Archetype*, 7(1), 44–58. <https://doi.org/10.30651/arc.v7i1.27249>
- Maghriza, M. T. R., Irwan, L., & Uci, P. S. (2023). Tawazun Sebagai Prinsip Wasathiyah Dalam Kehidupan Muslim Kontemporer. *INSANI : Jurnal Ilmu Agama Dan Pendidikan*, 1(2), 164–182. <https://journal.pp-annur.com/index.php/insani/index>
- Mappanyukki, A. A., & Haeril. (2025). Peran Olahraga Rekreasi dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Kualitas Hidup Masyarakat : Tinjauan Literatur The Role of Recreational Sports in Improving Mental Health and Quality of Life in the Community : A Literature Review. *JOSEPHA*, 6(2).
- Mubarak, A. (2021). *Upaya Pembina Tahfidz Dalam Mengatasi Kejenuhan Santri Menghafal Al-Qur'an Dalam Perspektif Pai Di Pptq Darul Muqamah Kabupaten Sidrap*. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=DbLTru8AAAAJ&citation_for_view=DbLTru8AAAAJ:VL0QpB8kHFEC
- Mubarak, A. (2025). *Upaya PembinaTahfizh dalam Mengatasi Kejenuhan Santri Menghafal Al-Qur'an dalam Perspektif PAI di PPTQ Darul Muqamah Kabupaten Sidrap* (Vol. 11, Issue 1).
- Naamy, N. (2019). *Metodologi penelitian kualitatif*.
- Niswatin, K., & Naqiyah, N. (2020). Penerapan Kombinasi Antara Teknik Instruksi Diri Dan Film Pendek Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI TKR Di SMK Assa'Adah Bungah. *Jurnal Bimbingan Konseling UNESA*, 11(4), 630–640.

- Noer, S. (2021). Historistis Tahfidzul Qur'an: Upaya Melacak Tradisi Tahfidz di Nusantara. *JOIES*, 6.
- Rahmawati, F. (2021). Konsep Dakwah Moderat: Tinjauan Ummatan Wasathan dalam Al-Qur'an Surat Al-Baqarah:143. *Studia Quranika*, 6(1). <https://doi.org/10.21111/studiquran.v6i1.5570>
- Riadi, M. (2022). *Kejenuhan Belajar*. <https://id.scribd.com/document/613810730/Kejenuhan-Belajar>
- Ridho setiawan. (2023). *Faktor Determinan Penyebab Kejenuhan Belajar Pada Siswa*. 1, 343–355.
- Ridwan, M. Z. (2023). Karakteristik Tawazun dalam Surat Al-Qashash Ayat 77 di Era Revolusi Industri 4.0 (Perspektif Tafsir Al-Munir dan Double Movement Fazlur Rohman). *Mashahif: Journal of Qur'an and Hadist Studies*, 3(1).
- Sabiq, S. (2020). Eksistensi Pesantren Sebagai Lembaga Pendidikan Islam. *Atta'dib Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(2), 13.
- Safarudin, R., Kustati, M., & Sepriyanti, N. (2023). *Penelitian Kualitatif*. 3, 9680–9694.
- Shukri, N. H. A., & Nasir, M. K. M. (2020). *Educational Strategies on Memorizing the Quran : A Review of Literature*. 9(2), 544–558. <https://doi.org/10.6007/IJARPED/v9-i2/7649>
- Siby, R., & Kasingku, D. (2024). Pengaruh Rekreasi sebagai Sarana Pendidikan Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Siswa. *Jurnal Educatio*, 10(2), 416–424. <https://doi.org/10.31949/educatio.v10i2.7851>
- Sugiyono. (2013a). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.
- Sugiyono. (2013b). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.
- Sururi, R. (2025). *Pengaruh Olahraga Futsal Rekreasi Terhadap Tingkat Stres Santri Pondok Pesantren Al-Masyhuriyyah di Kabupaten Bantul Provinsi Yogyakarta*.
- Syafitri, R. A., Azmi, S., & Lubis, S. P. (2022). *Kejenuhan Belajar : Dampak Dan Pencegahan Jurnal Generasi Tarbiyah : Jurnal Pendidikan Islam*. 1, 163–169.
- Syarif, A. (2019). Minat Masyarakat Berolahraga Rekreasi di Kegiatan Car Free Day di Kota Palangka Raya. *Meretas*, 6(2).
- Tazkia, H. (2025). *Sunan Abu Dawud*. 2020. https://hadits.tazkia.ac.id/hadits/buku/4?page_haditses=125
- Warsono, & Ubaidilah. (2026). *Peran Guru Dalam Menumbuhkan Motivasi Santri Untuk Menghafal*. 330–340.
- Wiranto, H., Akbar, T., Yunanto, R., Studi, P., Psikolgi, M., Surabaya, U., & Kejuruan, S. M. (2024). *Proceedings of PsychoNutrition Student Summit*. 01(1), 283–292.
- Yakub, E., Mardes, S., Rahman, F., & Dwitrammi, N. A. (2024). Penggunaan Art

Therapy untuk Mengatasi Burnout Akademik Siswa. *TRIMAS: Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 92–96.
<https://doi.org/10.58707/trimas.v4i2.1071>

