



SCHOOL EDUCATION JOURNAL PGSD FIP UNIMED

Volume 13 No. 2 Juni 2023

The journal contains the result of education research, learning research, and service of the public at primary school, elementary school, senior high school and the university

<https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/school>



MENGATASI KEJENUHAN SISWA KELAS II SEKOLAH DASAR

Rosina Zahara¹, Fahlila Mutia², Nora Rahayu³, Gita Sari Anggreini⁴
SDN Keumuneng Hulu¹, SDN Babah Kreung², SDN 28 Bandar Baru³, SMPN 3 Langsa⁴
Surel: rosinazahara8@gmail.com

ABSTRACT

Successful learning is marked by the enthusiasm and enthusiasm of students in participating in the learning process. Another factor that supports the learning process is a learning atmosphere that is not boring and activities that make students happy and do not feel bored in learning. Saturation of learning is a mental condition of a person when experiencing extreme boredom and fatigue resulting in a feeling of lethargy, lack of enthusiasm or enthusiasm for activities. This study uses a descriptive qualitative approach. To obtain data the researcher conducted interviews, observation, documentation. High learning saturation results in low motivation for achievement in students. The consequences that arise because students experience boredom in learning are decreased achievement scores in learning or have low achievement in learning, skipping class, undisciplined, reluctant to learn, passive in class, busy in class, often leaving class, unable to answer questions, not doing homework etc. Although it must be admitted, boredom can be experienced by anyone. Therefore individuals must get an understanding and explanation of the consequences of learning boredom experienced by students.

Keywords: Saturation, Learning, Keumuneng Hulu.

ABSTRAK

Pembelajaran yang berhasil ditandai dengan antusiasme dan semangat peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran. Faktor lain yang mendukung proses pembelajaran adalah suasana belajar yang tidak membosankan dan aktivitas yang membuat siswa senang serta tidak merasa jenuh dalam belajar. Kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat, atau tidak bergairah untuk melakukan aktivitas. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Untuk memperoleh data peneliti melakukan wawancara, observasi, dokumentasi. Kejenuhan belajar yang tinggi mengakibatkan rendahnya motivasi untuk berprestasi pada peserta didik. Akibat yang ditimbulkan karena peserta didik alami kejenuhan dalam belajar adalah menurunnya nilai prestasi dalam belajar atau memiliki prestasi yang rendah dalam belajar, membolos, tidak disiplin, enggan untuk belajar, pasif di kelas, ramai di kelas, sering meninggalkan kelas, tidak mampu menjawab pertanyaan, tidak mengerjakan PR dll. Meski harus diakui, kejenuhan dapat dialami oleh siapa saja. Maka dari itu individu harus mendapatkan pengertian dan penjelasan tentang akibat kejenuhan belajar yang dialami oleh para peserta didik.

Kata Kunci: Kejenuhan, Belajar, Keumuneng Hulu.

Copyright (c) 20223 Rosina Zahara¹, Fahlila Mutia², Nora Rahayu³, Gita Sari Anggreini⁴

✉ Corresponding author :

Email : rosinazahara8@gmail.com

HP : 085262492376

ISSN 2355-1720 (Media Cetak)

ISSN 2407-4926 (Media Online)

Received 31 May 2023, Accepted 14 June 2023, Published 18 June 2023

<https://doi.org/10.24114/sejpsd.v13i2.46394>

PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peranan penting baik dalam proses pembangunan nasional maupun pertumbuhan ekonomi negara. Pelatihan juga merupakan kepentingan dalam peningkatan SDM, di mana peningkatan kemampuan dan kapasitas diterima sebagai variabel pendukung upaya manusia dalam mengurangi keberadaan manusia yang penuh dengan kerentanan. Dalam konteks ini, pendidikan dianggap penting bagi mereka yang ingin maju.

Dalam bidang pendidikan, proses belajar mengajar biasanya melibatkan empat komponen utama: siswa, guru, lingkungan belajar, dan materi pelajaran. Kemajuan siswa terhadap tujuan pembelajaran dipengaruhi oleh keempat aspek tersebut. Secara alami, setiap siswa memiliki tingkat kemampuan yang berbeda-beda dalam hal pemahaman, pengetahuan tentang materi pelajaran (knowledge), motivasi belajar, minat belajar, keterampilan belajar, tujuan belajar, dan lain sebagainya. Guru harus dapat mengarahkan siswa agar dapat menumbuhkan wawasannya sesuai dengan desain bidang studi yang dituju. Pembelajaran sebenarnya adalah sumber kegiatan belajar. Instruktur berkewajiban untuk memberikan iklim yang bersahabat sehingga tindakan mengarah pada tujuan yang ideal. Untuk itu pendidik harus berperan sebagai koordinator pembelajaran bagi peserta didik, agar target pembelajaran tercapai secara ideal dan tidak menimbulkan kejenuhan selama menjalani pendidikan.

Pendidikan yang menyeluruh pada dasarnya memiliki hubungan yang nyaman dengan kegiatan mengajar dan belajar. Oleh karena itu siklus yang diselesaikan harus bagus dan dapat diikuti oleh siswa. Selama waktu peragaan latihan guru berperan penting dalam mengarahkan siswa, karena guru juga

berperan dalam menumbuhkan minat dan inspirasi siswa dalam belajar latihan. “Guru harus memiliki strategi agar siswa dapat belajar secara efektif dan efisien, mencapai tujuan yang diharapkan”, Roestiyah (2006, p. 74). Seorang instruktur yang baik harus dapat membuat strategi pembelajaran yang menyenangkan, sehingga metode yang terlibat dengan latihan pendidikan dan pembelajaran membuat siswa bersemangat. Strategi pembelajaran yang baik dapat meningkatkan nilai siswa dan memberikan peningkatan untuk meningkatkan inspirasi belajar. Kegiatan KBM di sekolah merupakan salah satu cara untuk belajar dan menjadi lebih baik dalam suatu hal. Selain itu, banyak siswa menganggap KBM sebagai kegiatan yang menyenangkan. Namun pada kenyataannya metode pembelajaran yang dilakukan guru tidak mampu meningkatkan motivasi belajar siswa sehingga mengakibatkan kejenuhan belajar dan penurunan prestasi belajar di sekolah.

Kejenuhan belajar merupakan salah satu masalah yang sering terjadi pada siswa, dalam artian perendaman mengandung arti pekat atau penuh sehingga tidak dapat mengenali atau mengandung apapun. Selain itu, bosan juga bisa merujuk pada bosan. Syah, 2005). Ketidakmampuan siswa dalam mengolah dengan baik informasi atau pengalaman yang baru diperoleh dapat membuat upaya belajar menjadi tidak efektif jika mengalami kebosanan.

Kejenuhan belajar, sebagaimana didefinisikan oleh Pines & Aronson (Mubiar Agustin, 2008), adalah keadaan mental yang dialami siswa sebagai akibat dari tuntutan aktivitas belajar yang semakin meningkat. Sementara itu, Ni'matul Fauziah (2013) mendefinisikan kejenuhan sebagai kepenuhan ingatan seseorang sampai pada titik dimana

kapasitas yang diterima tidak dapat terserap dengan baik. Dengan demikian, dari pencelupan pembelajaran, siswa mengalami kegagalan untuk mengenali ilustrasi. sehingga proses pembelajaran tidak terserap dengan baik. Siswa sering mengalami fenomena yang dikenal sebagai "kejenuhan belajar."

Rumusan penelitian ini yaitu: Apa faktor-faktor penyebab kejenuhan peserta didik saat proses pembelajaran di SDN Kemuneng Hulu? Dan Bagaimana solusi mengatasi kejenuhan peserta didik saat proses pembelajaran di SDN Kemuneng Hulu?

Jenuh adalah akar dari kata "jenuh". Kejenuhan juga bisa berarti "bosan" atau "padat" hingga tidak bisa lagi memuat apa pun. Sejumlah waktu yang dihabiskan untuk belajar yang tidak membuahkan hasil dikenal sebagai kejenuhan belajar. Thohirin, sebagaimana dikemukakan dalam 2002: 22), dalam pembelajaran, selain siswa sering mengalami pelupa, terkadang juga mengalami kejenuhan belajar, yang juga dikenal dengan istilah learning plateau dalam psikologi.

Menurut Suhayadi (2020), kejenuhan secara harfiah berarti padat atau terisi sampai tidak dapat lagi menampung apapun. Perendaman dalam belajar adalah rentang waktu yang digunakan untuk berkonsentrasi tetapi tidak membawa hasil. Ramadhani (2013) mengutip Cherniss yang mengatakan bahwa kejenuhan belajar adalah keadaan kelelahan fisik, mental, emosional, dan sikap jangka panjang yang disebabkan oleh keterlibatan kerja yang intens. Selain itu, Cherniss menjelaskan bahwa kelelahan fisik akan mengakibatkan stagnasi dalam pencapaian pribadi, akademik, sosial, dan profesional.

Setiap manusia mengalami proses belajar dalam hidupnya. Proses ini berlangsung dari masa kecil sampai akhir

hayat seseorang. Begitu pentingnya proses belajar ini sehingga kita perlu memahami apa yang dimaksud dengan pengertian belajar. Menurut Mahmud (2012: 61), "Belajar adalah suatu proses yang dilakukan individu untuk memperoleh perubahan perilaku baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman individu itu sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungannya". Menurut Yamin (2012: 96) menyatakan "Belajar merupakan proses seseorang memperoleh kecakapan, keterampilan, dan sikap".

Pengalaman yang berkembang terjadi kapan saja secara sengaja atau tidak terduga dan berlangsung terus-menerus dan mendorong penyesuaian diri seseorang. Perubahan yang dimaksud adalah perubahan perilaku seseorang secara permanen sebagai hasil dari mempelajari keterampilan, pengetahuan, dan kebiasaan baru. Persepsi seseorang tentang proses pembelajaran menentukan kemungkinan mereka mencapai tujuan pendidikan itu sendiri.

Kejenuhan, menurut Al-Qawiy (2004:1), adalah tekanan yang sangat dalam yang telah mencapai kejenuhan. Keadaan mental yang dikenal dengan "kejenuhan belajar" terjadi ketika seseorang mengalami kebosanan dan kelelahan yang luar biasa, sehingga menimbulkan perasaan lesu daripada semangat untuk melakukan kegiatan belajar (Hakim, 2004:62). Sementara itu, Robert menyatakan (dalam Muhibbin Syah, 1999:162) bahwa kejenuhan belajar adalah banyaknya waktu yang digunakan untuk belajar tetapi tidak membuahkan hasil.

Menurut Reber dalam muhibbin Muhibbin Syah, (2010:170), ciri-ciri kejenuhan belajar antara lain:

1. Merasa seolah-olah informasi dan kemampuan yang diperoleh dari pengalaman pendidikan tidak

berkembang. Siswa yang mulai memasuki perendaman dalam pembelajaran merasa seolah-olah pengetahuan dan keterampilan yang mereka peroleh tidak bertambah, sehingga siswa merasa bosan dengan waktu belajar mereka.

2. Kerangka keilmuan tidak dapat mengisi bentuk yang sebenarnya dalam penanganan data atau pengalaman, sehingga mengalami kemunduran dalam kemajuan pembelajaran. Seorang siswa yang berada dalam kondisi pencilun, kerangka ilmiahnya tidak dapat mengisi formulir yang benar dalam menangani informasi berbeda yang didapat atau pengalaman baru yang didapatnyaerasa seakan –akan pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari proses belajar tidak ada kemajuan. Siswa yang mulai memasuki kejenuhan dalam belajarnya merasa seakan –akan pengetahuan dan kecekapan yang diperolehnya dalam belajar tidak meningkat, sehinggasiswa merasa sia-sia dengan waktu belajarnya
3. Kehilangan motivasi dan konsolidasi.Siswa yang dalam keadaan jenuh merasa bahwa dirinya tidak lagi mempunyai motivasi yang dapat membuatnya bersemangat untuk ,meningkatkan pemahamnya terhadap pelajaran yang diterimanya atau dipelajarinya.

METODE PENELITIAN

Metode deskriptif kualitatif digunakan dalam penelitian ini. Peneliti melakukan wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk mengumpulkan data. Miles, Huberman, dan Saldana, sebagaimana dilaporkan pada tahun 2014: 31-33) dalam pemeriksaan informasi subjektif terdapat tiga gelombang latihan yang terjadi pada waktu yang

bersamaan. Analisis data mencakup tugas-tugas berikut: Memadatkan data, menampilkan data, dan menarik kesimpulan serta memverifikasinya. SDN Kemuneng Hulu menjadi lokasi penelitian. Mengenai strategi yang digunakan dengan mengumpulkan informasi wawancara dan persepsi, subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah salah satu siswa yang mengalami imersi belajar di SDN Keumenung Hulu berinisial RA.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Proses KBM gagal berfungsi optimal ketika siswa mengalami kejenuhan belajar. Siswa yang menderita kelelahan belajar umumnya tidak dapat menangani hal ini. Mengingat hasil pertemuan dengan siswa berinisial RA diperoleh data bahwa siswa tersebut mengalami imersi belajar, siswa RA apatis untuk mengikuti pembelajaran dan bahkan di rumah pun lesu untuk terus belajar. Akibatnya RA mengalami kebosanan saat bersekolah karena kurangnya rasa ingin tahu dan semangat yang ditunjukkan oleh para guru. Dukungan dari semua pihak sangat diperlukan untuk mengurangi kejenuhan belajar, yang membantu siswa menjadi lebih termotivasi untuk belajar. Salah satu cara untuk mengurangi kelelahan belajar adalah melalui bantuan etis dari siswa untuk memberikan tingkat kepercayaan yang lebih tinggi. Wawancara dengan RA mengungkapkan bahwa kejenuhan belajar berpengaruh terhadap nilai harian dan ulangan. Untuk mengurangi imersi belajar, guru pembimbing di sekolah memberikan manfaat arahan individu sehingga siswa RA dapat mengalahkan imersi belajar.

Selain itu, berdasarkan hasil wawancara kepada RA ada beberapa permasalahan

diantaranya:

1. Belajar secara teratur atau dalam rutinitas tanpa istirahat. Salah satu bagian penting dalam persekolahan adalah pendidik, pendidik adalah pimpinan pendidikan. Dalam hal ini guru memiliki peran yang sangat besar dan penting, karena guru berada di ujung tombak pelaksanaan pendidikan. Melalui bimbingan dan keteladanan, guru berinteraksi langsung dengan siswa dalam kegiatan pembelajaran yang melibatkan transfer ilmu pengetahuan dan teknologi. Yang sebenarnya dan harus kita hindari adalah jangan sampai usia emas si anak jungkir balik, malah menjadi waktu tumpul pikiran si anak karena strategi, strategi, teknik atau Model pembelajaran yang disampaikan pendidik kurang pantas dan tidak sesuai dengan masa pembentukan anak.
2. Kekurangan kritik positif terhadap pembelajaran.
3. Siswa mungkin mengalami kebosanan akibat gaya belajar yang berpusat pada guru atau ketika mereka tidak diberikan kesempatan untuk menjelaskan. Apabila siswa merasa jenuh dengan pendekatan pendidik dalam mendidik, tentunya mereka akan bersikap apatis terhadap materi yang disampaikan oleh pendidik. Terlebih lagi, jelas hal ini akan mempengaruhi pemahaman dan hasil belajar yang mereka dapatkan. Oleh karena itu diharapkan pembelajaran menggunakan model pembelajaran yang mendorong siswa untuk berperan aktif dalam proses pembelajaran sehingga tidak mengalami kebosanan. Mengerjakan sesuatu karena terpaksa. Tidak adanya minat siswa dalam belajar dapat menyebabkan kejenuhan belajar.

4. Belajar hanya didalam kelas tanpa memanfaatkan lingkungan sekitar sekolah. siswa tidak pernah merasakan pembelajaran di luar kelas, siswa pun akan menjadi jenuh jika pembelajaran hanya terfokus di dalam kelas dan hanya menggunakan buku untuk media pembelajaran.

Solusi Menagatasi Kejenuhan Peserta Didik Di SDN Kemenung Hulu Dalam Proses Pembelajaran, anataro lain:

1. Belajar diluar kelas menjadikan peserta didik antara lain: *Pertama*, Belajar di luar kelas membuat suasana menjadi baru. *Kedua*, belajar di luar ruangan kelas sejatinya memberikan pengalaman langsung di lapangan.
2. Mengadakan *Field trip* memberikan pengalaman belajar nyata kepada anak-anak. Karena itulah, biasanya field trip dirancang agar berkaitan dengan kurikulum atau kegiatan belajar anak di kelas.
3. Menjadi guru yang menegur. Bisa saja menggunakan mengapa bosan dan jenuh untuk menambatkan, tetapi anda harus melakukannya jika prosedur yang anda pilih tidak berhasil. Ketika seorang guru diberi penghargaan yang bermakna, dia dapat membuat seseorang merasa lebih puas saat mengerjakan suatu proyek, dan hasilnya dapat ditingkatkan.
4. Gunakan model pembelajaran yang bervariasi, bertujuan untuk menimalisis kejenuhan pada saat proses pembelajaran.
5. Gunakan komunikasi dua arah yaitu guru sebagai komunikator (Penyampai informasi) dan siswa sebagai komunikan (informasi) bergantian memberikan

informasi. Siswa akan merasa nyaman, nyaman, dan aman belajar di kelas jika digunakan komunikasi dua arah yang akan meningkatkan suasana kelas.

Sementara itu, menurut Cross (1974) kelelahan siswa, pendalaman belajar siswa, terbagi menjadi 3 bagian, yaitu: 1) Kelelahan fisik dan indrawi siswa; 2) Kelelahan mental siswa; 3) Kelelahan mental siswa. Sementara kelelahan fisik dan indrawi siswa dapat dikurangi dengan istirahat yang cukup, makanan padat nutrisi, dan asupan air, kelelahan mental harus ditangani oleh psikolog atau psikiater karena merupakan penyebab utama dari kondisi tersebut.

SIMPULAN

Rasa jenuh dalam belajar bagi siswa di SD Keumenung Hulu adalah mereka membutuhkan dukungan dari diri mereka sendiri, di luar diri mereka dan iklim yang tidak baik membuat mereka malas untuk mengikuti pembelajaran. Siswa yang memiliki tingkat kejenuhan belajar yang tinggi kurang memiliki motivasi untuk berhasil. Akibatnya, masyarakat perlu memahami dan memberikan penjelasan

tentang dampak kebosanan belajar siswa. Bekerjasama dengan keluarga, sekolah, dan teman sebaya, serta mengubah berbagai model pembelajaran dalam kegiatan belajar mengajar agar siswa belajar dengan cara yang menyenangkan, dapat menjadi cara untuk memerangi kebosanan belajar.

DAFTAR RUJUKAN

- Agustin, Mubiar dan Syaodih, Ernawulan. 2008. *Bimbingan dan Konseling Anak Usia Dini*. Jakarta. Universitas Terbuka
- Al-Qawi, Abdirrahman, Abu. 2004. *Mengatasi Kejenuhan*. Jakarta: Khalifa Mahmud.
2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia
- Roestiyah N.K. 2006. *Strategi Belajar Mengajar (Salah Satu Unsur Pelaksanaan Strategi Belajar Mengajar: Teknik Penyajian)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syah Muhibbin, 2010. *Psikologi Belajar*, Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Yamin, Martinis. 2012. *Strategi Pembelajaran Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Press Group.