

Kejenuhan Belajar Siswa dalam Penerapan *Learning from Home* (Studi Kasus di SMA Negeri 1 Majene)

Student Learning Saturation in the Application of Learning from Home (Case Study at SMA Negeri 1 Majene)

Fildzah Khaerana Putri¹, Syamsul Bachri Thalib², Abdullah Pandang³

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

Penulis Koresponden: Fildzahkhaeranaputri@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini membahas tentang kejenuhan belajar dalam penerapan *learning from home* di SMA Negeri 1 Majene. Kajian utama dari penelitian ini adalah: (1) Gambaran kejenuhan belajar siswa kasus berinisial SPR selama *learning from home* di SMA Negeri 1 Majene. (2) Faktor-faktor apa saja yang menimbulkan kejenuhan belajar pada siswa kasus berinisial SPR selama *learning from home* di SMA Negeri 1 Majene. (3) Apa dampak kejenuhan belajar yang dialami siswa kasus berinisial SPR selama *learning from home* di SMA Negeri 1 Majene (4) Bagaimana peran guru BK dan orang tua dalam mengatasi masalah kejenuhan belajar pada siswa kasus berinisial SPR selama *learning from home* di SMA Negeri 1 Majene. Pendekatan pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus non klinis. Subjek penelitian dipilih secara *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Analisis data menggunakan triangulasi. Hasil penelitian yang diperoleh yaitu: (1) Gambaran kejenuhan belajar yang dirasakan selama *learning from home* oleh siswa kasus berinisial SPR di SMA Negeri 1 Majene meliputi merasa bosan, merasa lelah, tidak mengerjakan tugas, menjadi malas belajar dan merasa tidak kompeten. (2) Faktor-faktor yang menimbulkan kejenuhan belajar selama *learning from home* yaitu karena metode pembelajaran yang terlalu monoton, tuntutan belajar yang terlalu membebani, *deadline* tugas yang terlalu cepat, dan materi yang sulit dipahami. (3) Dampak dari kejenuhan belajar selama *learning from home* yang dirasakan oleh siswa SPR yaitu berdampak pada kondisi fisik dan hasil belajarnya selama *learning from home* (4) Upaya yang dilakukan oleh guru BK dan orang tua untuk mengatasi masalah kejenuhan belajar selama *learning from home* yaitu dengan memberikan layanan bimbingan klasikal, kunjungan rumah, dan mengundang siswa untuk datang ke sekolah melakukan kegiatan pembelajaran agar terdapat perbedaan suasana belajar yang dialami selama *learning from home*. Adapun usaha orang tua untuk mengatasi kejenuhan belajar yaitu dengan memberikan motivasi dan penguatan terhadap anaknya.

Kata Kunci: Kejenuhan Belajar, *Learning from Home*

Abstract

This study discusses the saturation of learning in the application of learning from home at SMA Negeri 1 Majene. The main studies of this study are: (1) Description of student learning boredom with the initials SPR during learning from home at SMA Negeri 1 Majene. (2) What are the factors that cause learning saturation in the case students with the initials SPR during learning from home at SMA Negeri 1 Majene. (3) What is the impact of learning boredom experienced by case students with the initials SPR during learning from home at SMA Negeri 1 Majene (4) What is the role of BK teachers and parents in overcoming the problem of learning saturation in case students with the initials SPR during learning from home at SMA Negeri 1 Majene. The approach in this study is a qualitative approach with the type of non-clinical case study research. Research subjects were selected by purposive sampling. Data were collected through interviews, observation and documentation. Data analysis using triangulation. The results obtained are: (1) The description of learning boredom felt during learning from home by case students with the initials SPR at SMA Negeri 1 Majene includes feeling bored, feeling tired, not doing assignments, being lazy to study and feeling incompetent. (2) The factors that cause learning saturation during learning from home are because the learning method is too monotonous, learning demands are too burdensome, task deadlines are too fast, and material is difficult to understand. (3) The impact of learning boredom during learning from home that is felt by SPR students is the impact on physical conditions and learning outcomes during learning from home (4) Efforts made by BK teachers and parents to overcome the problem of learning boredom during learning from home are by providing classical guidance services, home visits, and inviting students to come to school to carry out learning activities so that there are differences in the learning atmosphere experienced during learning from home. The efforts of parents to overcome learning boredom is to provide motivation and reinforcement for their children.

Keywords: Study Saturation, Learning from Home

1. PENDAHULUAN

Kegiatan pembelajaran yang ada di Indonesia saat ini mengalami perubahan dikarenakan munculnya wabah *Coronavirus Disease* (Covid-19). Sejak adanya pandemi Covid-19, pemerintah mengambil kebijakan agar pembelajaran dilakukan di rumah (Belajar dari Rumah) atau biasa disebut dengan istilah *Leraning from Home* (LFH). Kegiatan pembelajaran yang biasanya dilakukan di kelas, dihentikan untuk sementara waktu mulai dari jenjang prasekolah hingga pendidikan tinggi, baik negeri ataupun swasta guna mengurangi penyebaran virus yang setiap harinya meningkat. Meskipun *Learning from Home* (LFH) saat ini menjadi solusi di masa pandemi Covid-19, akan tetapi juga memiliki kendala dalam pelaksanaannya.

Berdasarkan hasil survey awal, diperoleh informasi dari guru BK bahwa kebijakan yang dilakukan oleh pemerintah yaitu pembelajaran dari rumah kurang efektif bagi siswa. Kegiatan pembelajaran daring menimbulkan permasalahan yang dihadapi oleh siswa sehingga siswa merasa jenuh dalam proses belajarnya. Kemudian dari hasil wawancara dengan subjek diperoleh informasi bahwa SPR selama diterapkannya *learning from home* merasa bosan, merasa lelah, menjadi malas belajar, tidak mengerjakan tugas dan merasa tidak kompeten. Dari gejala kejenuhan belajar yang muncul faktor-faktor yang menyebabkan SPR merasakan hal tersebut karena karena metode pembelajaran yang diberikan bapak/ibu guru di sekolah terlalu monoton, materi yang diberikan sulit dipahami, tuntutan belajar yang terlalu membebani, dan juga *deadline* tugas yang terlalu cepat. Hal tersebut yang mengindikasikan bahwa SPR mengalami masalah kejenuhan belajar. Pandemi Covid-19 telah mengubah semua aktivitas, semua kegiatan tidak dapat dijalankan secara normal. Begitupun dengan kegiatan pembelajaran yang biasanya dilakukan secara tatap muka. Perubahan kegiatan pembelajaran membuat siswa merasa kaget dan juga tidak terbiasa dengan pembelajaran daring. Kegiatan pembelajaran secara daring ini membuat siswa merasa jenuh, begitupun dengan yang dirasakan oleh SPR selama *learning from home*.

Kejenuhan belajar merupakan masalah yang banyak dialami oleh para pelajar, dimana akibat serius dari masalah kejenuhan ialah menurunnya keinginan dalam belajar, timbulnya rasa malas yang berat, dan menurunnya prestasi belajar (Harahap, 2017). Gejala kejenuhan belajar pada siswa terdiri dari tiga aspek yang terdapat pada Maslach *Burnout Inventory-Student*

Survey (MBI-SS) diantaranya, (1) *emotional exhaustion* atau keletihan emosi ditandai dengan merasa bosan, mudah menyerah, merasa lelah dan mudah cemas, (2) *cynicism* atau depersonalisasi ditandai dengan tidak mengerjakan tugas, bolos sekolah, kehilangan ketertarikan untuk mengikuti pelajaran, dan berfikir negatif terhadap guru, (3) *reduced academic efficacy* atau menurunnya keyakinan akademik ditandai dengan merasa rendah diri, merasa tidak berprestasi, dan merasa tidak kompeten.

Masalah kejenuhan belajar yang sedang dialami oleh peserta didik di sekolah merupakan masalah penting yang perlu mendapat perhatian yang serius di kalangan para pendidik. Untuk mencegah dampak negatif yang mungkin timbul karena kejenuhan belajar yang dialami peserta didik, maka para pendidik yaitu orang tua, guru, serta guru bimbingan dan konseling harus waspada terhadap gejala-gejala kejenuhan belajar yang sedang dialami oleh peserta didik terutama selama penerapan *learning from home*.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Defenisi Kejenuhan Belajar

Menurut KBBI kejenuhan berasal dari kata jenuh yang artinya jemu/bosan. Syah (Sugandi, 2020: 34) mengemukakan bahwa secara etimologi kata jenuh dapat diartikan sebagai "padat atau penuh". Wicaksono (2017) mengemukakan bahwa kejenuhan dapat diartikan sebagai suatu tekanan yang dirasakan oleh seseorang untuk menerima informasi baru, atau kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat. Pines (Syaimi & Putra, 2020: 175) kejenuhan merupakan keadaan emosional yang terdapat pada diri individu saat merasakan kelelahan dan juga jenuh baik secara fisik maupun mental, dampak dari banyaknya tekanan pada pekerjaan yang semakin meningkat. Sebagai fenomena yang berhubungan dengan pekerjaan, kelelahan yang dimaksud ada pada diri siswa yaitu ia merasa dirinya lelah karena tuntutan belajar.

Kejenuhan belajar merupakan suatu tekanan yang efek minimalnya ialah timbulnya rasa malas, lamban dan santai dalam melakukan sesuatu hal yang sebelumnya pernah melakukan hal tersebut dengan penuh semangat dan menggebu-gebu, sehingga berdampak pada hilangnya semangat dan gairah untuk melakukan kegiatan tersebut (Dahlia, dkk. 2016).

Thursan Hakim (Khusumawati & Christiana, 2014: 4) mendefinisikan kejenuhan belajar sebagai kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan ataupun lelah yang amat sangat sehingga dapat

memicu timbulnya rasa lesu dan tidak bersemangat untuk melakukan aktivitas belajar.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kejenuhan belajar adalah kondisi dimana seseorang merasa bosan dan kelelahan baik secara fisik maupun mental, karena tuntutan pekerjaan atau tuntutan belajar yang semakin meningkat, dan dapat memicu timbulnya masalah seperti menurunnya keinginan untuk belajar, tidak bersemangat untuk melakukan aktivitas belajar dan menurunnya prestasi belajar siswa.

2.2 Indikator Kejenuhan Belajar

Menurut Muna (Saudi, 2018: 14) menjelaskan secara garis besar indikator kejenuhan belajar dibagi menjadi 3, yang pertama yaitu kelelahan emosi yang ditandai dengan adanya sikap mudah menyerah, merasa lelah, merasa lesu, tidak memiliki gairah untuk belajar. Kemudian yang kedua yaitu sinisme atau depersonalisasi yang ditandai dengan bolos sekolah, sering marah-marah, tidak mengerjakan tugas sekolah, berpikiran negatif kepada guru dan hilangnya ketertarikan siswa terhadap pelajaran. Selanjutnya yang ketiga yaitu menurunnya keyakinan siswa akan akademiknya ditandai dengan merasa tidak percaya diri, hilangnya keyakinan akan kemampuannya dalam sesuatu sehingga membuat siswa merasa tertekan, merasa tidak kompeten, dan merasa bahwa dirinya tidak berprestasi.

Kemudian, menurut Maslach dan Leter (Setiawan, 2020: 11), gejala kejenuhan belajar pada siswa terdiri dari tiga aspek yang terdapat pada Maslach *Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) diantaranya, (1) *emotional exhaustion* atau kelelahan emosi ditandai dengan merasa bosan, mudah menyerah, merasa lelah dan mudah cemas, (2) *cynicism* atau depersonalisasi ditandai dengan tidak mengerjakan tugas, bolos sekolah, kehilangan ketertarikan untuk mengikuti pelajaran, dan berfikir negatif terhadap guru, (3) *reduced academic efficacy* atau menurunnya keyakinan akademik ditandai dengan merasa rendah diri, merasa tidak berprestasi, dan merasa tidak kompeten.

Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa gejala kejenuhan belajar ditandai dengan kelelahan emosi, depersonalisasi, dan menurunnya keyakinan akademik.

2.3 Faktor-Faktor Kejenuhan Belajar

Menurut Syah (Pawicara & Conilie, 2020: 33) faktor kejenuhan belajar terdiri dari faktor internal & eksternal. Faktor eksternal yang mempengaruhi antara

lain; persaingan yang ketat dan menuntut kerja intelek yang berat. Selain itu durasi waktu yang panjang dan disertai dengan materi yang cukup banyak diterima oleh memori otak sehingga menimbulkan kejenuhan. Sedangkan faktor internal ialah rasa bosan dan kelelahan yang dialami oleh individu.

Sementara itu, Ningsih (2020) menambahkan beberapa faktor yang mempengaruhi peserta didik merasa jenuh dalam belajar selama pandemi covid-19, yaitu:

- 1) Kesulitan yang dialami oleh siswa ketika menerima pembelajaran
- 2) Banyaknya tugas yang diberikan oleh guru
- 3) Tidak adanya teman ketika pembelajaran jarak jauh
- 4) Berkurangnya konsentrasi belajar

2.4 Dampak Kejenuhan Belajar

Dahlia, dkk. (2016) mengemukakan bahwa siswa yang mengalami kejenuhan belajar biasanya akan mengalami titik jenuh yang tinggi dan dapat berpengaruh terhadap kondisi fisik dan mentalnya, di mana prestasi belajarnya akan rendah serta kurangnya motivasi dan minatnya untuk belajar. Menurut Rosyidah (Wicaksono, 2017) dampak dari kejenuhan belajar sangatlah banyak. Mulai dari tidak produktifnya siswa karena merasa terbebani dengan tugas-tugasnya yang sangat banyak dan potensi yang dimiliki oleh siswa menjadi terhambat. Selain itu, juga mengakibatkan proses belajar mengajar menjadi kurang efektif dan juga dapat mengakibatkan psikologis peserta didik menjadi terganggu sehingga dapat mempengaruhi kualitas dirinya, prestasi hingga masa depannya.

Berdasarkan pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dampak dari kejenuhan belajar dapat berdampak pada kondisi fisiknya dan juga prestasi belajarnya.

2.5 Upaya Mengatasi Kejenuhan Belajar

Muhibbin Syah (Sugandi, 2020) mengemukakan bahwa ada beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mengatasi kejenuhan belajar antara lain;

- 1) Melakukan istirahat yang cukup dari berbagai aktivitas dan juga mengkonsumsi makanan & minuman bergizi
- 2) Penjadwalan ulang jam-jam dari hari-hari belajar yang dianggap lebih efektif
- 3) Penataan ulang lingkungan belajar hingga memungkinkan siswa merasa berada di sebuah lingkungan baru yang lebih menyenangkan

- 4) Memperbanyak pemberian motivasi, pujian dan juga stimulus terhadap kemajuan yang siswa dapatkan selama proses belajar
- 5) Menanamkan pendirian di dalam diri siswa bahwa mencoba untuk belajar dan terus belajar lagi merupakan kunci dan melawan kejenuhan dalam belajar

Kemudian Dahliana, dkk. (2016) menambahkan upaya guru bimbingan konseling dalam menangani kejenuhan belajar siswa di SMP Negeri Banda Aceh yaitu melalui upaya *preventif*, *kuratif* dan *developmental*. Kemudian upaya *preventif* dengan memberikan bimbingan secara kelompok maupun individual, upaya *kuratif* melalui konseling individual, komunikasi dan pendekatan guru BK dengan siswa. Sedangkan upaya *developmental* dengan memberikan pembinaan psikologis, mental dan pembinaan kepribadian siswa serta bimbingan belajar yang intensif.

2.6 Layanan Bimbingan dan Konseling

Alip Badrujama (Ramlah, 2018: 17) mengatakan bahwa bimbingan dan konseling dapat diartikan sebagai seperangkat program pemberian layanan yang dilakukan melalui kegiatan perorangan maupun berkelompok untuk membantu peserta didik dalam melaksanakan kehidupan sehari-hari secara mandiri dan berkembang secara optimal, serta membantu peserta didik mengatasi masalah yang dialaminya.

Kemudian menurut Wardati & Jauhar (2011) pemberian layanan bimbingan dan konseling di sekolah merupakan usaha membantu peserta didik dalam mengembangkan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kegiatan belajar, serta perencanaan dan pengembangan karir. Pemberian layanan konseling memfasilitasi pengembangan peserta didik, secara individual maupun kelompok, sesuai dengan kebutuhan potensi, bakat, minat, perkembangan, kondisi, serta peluang-peluang yang dimiliki.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling merupakan pemberian layanan kepada peserta didik, baik secara individual ataupun kelompok untuk membantu peserta didik dalam melaksanakan kehidupan sehari-hari secara mandiri dan berkembang secara optimal, serta membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi baik dalam kehidupan pribadi, sosial, belajar, serta perencanaan dan pengembangan karirnya.

2.7 Tujuan Layanan Bimbingan dan Konseling

Secara umum, bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu peserta didik dalam mencapai tugas-tugas perkembangannya secara optimal. Secara khusus, tujuan bimbingan dan konseling di sekolah ialah agar peserta didik dapat mengembangkan seluruh potensi yang dimilikinya seoptimal mungkin, mengatasi kesulitan yang dialami dalam memahami dirinya sendiri, mengatasi kesulitan yang dialami dalam memahami lingkungannya yang meliputi lingkungan sekolah, keluarga, pekerjaan, sosial-ekonomi, dan kebudayaan, mengatasi kesulitan dalam mengidentifikasi dan memecahkan masalahnya, mengatasi kesulitan dalam menyalurkan kemampuan, minat, dan bakatnya dalam bidang pendidikan maupun pekerjaan, memperoleh bantuan secara tepat dari pihak-pihak di luar sekolah untuk mengatasi kesulitan-kesulitan yang tidak dapat dipecahkan di sekolah tersebut (Ditjen PMPTT Diknas, 2008).

2.8 Fungsi Layanan Bimbingan dan Konseling

Menurut Wardati dan Jauhar dalam bukunya, pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah memiliki beberapa fungsi, antara lain;

- 1) Fungsi pemahaman
- 2) Fungsi pencegahan / *preventif*
- 3) Fungsi penuntasan
- 4) Fungsi pemeliharaan dan pengembangan
- 5) Fungsi penyaluran
- 6) Fungsi penyesuaian

2.9 Prinsip-Prinsip Bimbingan dan Konseling

Menurut Wardati dan Jauhar di dalam bukunya, terdapat sejumlah prinsip yang mendasari gerak dan langkah penyelenggaraan bimbingan dan konseling, antara lain;

- 1) Prinsip yang berkenaan dengan sasaran layanan
- 2) Prinsip yang berkenaan dengan permasalahan individu
- 3) Prinsip yang berkenaan dengan program layanan
- 4) Prinsip yang berkenaan dengan tujuan dan pelaksanaan layanan

3. METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan dan Jenis Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah dan rumusan masalah yang telah ditentukan, pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif. Sugiyono (2016) mengatakan bahwa metode penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada

kondisi alamiah (*natural setting*); disebut sebagai metode kualitatif karena data yang telah dikumpulkan juga analisisnya bersifat kualitatif.

Adapun jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi kasus. Menurut Yin (Tohirin, 2012) studi kasus adalah salah satu metode penelitian bidang ilmu sosial. Lebih lanjut, Robert K. Yin (Tohirin, 2012) mengatakan bahwa Studi kasus merupakan suatu inkuri empiris yang menyelidiki fenomena di dalam konteks kehidupan nyata bilamana batas-batas antara fenomena dan konteks tak tampak dengan tegas, dan dimana multisumber bukti dimanfaatkan.

Studi kasus dipilih untuk mengeksplorasi secara mendalam tentang masalah yang dihadapi oleh subjek sehingga peneliti dapat menemukan gambaran masalah yang dialami subjek SPR. Peneliti mempelajari dan mengkaji lebih dalam masalah yang dialami subjek SPR.

3.2 Kehadiran Peneliti

Dalam penelitian ini, peneliti bertindak sebagai instrumen aktif dan pengumpul data dalam upaya mengumpulkan data-data di lapangan. Selain berperan sebagai instrumen aktif, peneliti juga berperan sebagai instrumen manusia. Dapat pula digunakan berbagai bentuk alat-alat bantu dan dokumen-dokumen untuk menunjang keabsahan hasil penelitian yang berfungsi sebagai instrumen pendukung. Oleh karena itu, kehadiran peneliti secara langsung dan aktif di lapangan mutlak diperlukan, untuk menunjang atau sebagai tolak ukur keberhasilan penelitian.

3.3 Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merupakan salah satu siswa di SMA Negeri 1 Majene yang dipilih secara *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sumber data yang mengkhususkan pada subjek yang mengalami masalah yang diteliti (Moleong, 2007). Kriteria yang digunakan yaitu siswa yang mengalami masalah kejenuhan belajar selama *learning from home*. Subjek penelitian berinisial SPR, berjenis kelamin perempuan. Dalam hal ini, SPR ditetapkan sebagai subjek penelitian karena berdasarkan studi pendahuluan SPR mengalami kejenuhan belajar selama *learning from home*. SPR terindikasi mengalami kejenuhan belajar ditandai dengan siswa merasa bosan, merasa lelah, tidak mengerjakan tugas, menjadi malas belajar, dan merasa tidak kompeten.

3.4 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Majene yang terletak di Jl. M. Djud P. No. 2, Kel.

Labuang, Kec. Banggae Timur, Kabupaten Majene, Provinsi Sulawesi Barat. Sekolah ini memiliki tempat yang sangat strategis dan mudah dijangkau karena berada di tengah-tengah kota Majene. Pemilihan lokasi penelitian ini karena berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti, terdapat salah satu peserta didik yang teridentifikasi mengalami kejenuhan belajar selama penerapan *learning from home*.

3.5 Jenis Data

1. Data Primer

Data primer dalam penelitian ini adalah subjek SPR. Subjek SPR merupakan siswa yang teridentifikasi mengalami masalah kejenuhan belajar. Peneliti melakukan wawancara untuk mendapatkan informasi langsung tentang perilaku subjek SPR yang diidentifikasi sebagai peserta didik yang memiliki gejala kejenuhan belajar selama penerapan *learning from home*.

2. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini untuk memperoleh informasi dari orang tua SPR, sahabat/teman dekat SPR, serta guru BK, yang diharapkan dapat memberikan informasi yang akurat untuk memperkuat dan melengkapi informasi yang telah dikumpulkan sebelumnya pada data primer.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu:

1. Observasi

Observasi merupakan bagian yang sangat penting dalam penelitian kualitatif. Nasution (Sugiyono, 2019) menyatakan bahwa, observasi merupakan dasar semua ilmu pengetahuan. Para ilmuwan hanya dapat bekerja berdasarkan data, yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi.

Dalam penelitian ini, observasi dilakukan untuk mengetahui gambaran kejenuhan belajar selama penerapan *learning from home*. Adapun aspek-aspek yang diobservasi dalam penelitian ini ditandai dengan keletihan emosi, depersonalisasi, dan menurunnya keyakinan akademik.

2. Wawancara

Teknik wawancara merupakan teknik penggalan data melalui percakapan yang dilakukan dengan maksud tertentu, dari dua pihak atau lebih. Sugiyono (2019), mengemukakan bahwa wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga

apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam.

Untuk memudahkan wawancara dengan subjek, maka digunakan pedoman wawancara sebagai pegangan peneliti, agar wawancara dapat terstruktur sesuai dengan tujuan penelitian. Melalui penelitian ini, peneliti menjalin hubungan dengan peserta didik yang mengalami kasus dan subjek lainnya secara terbuka, akrab, intensif dan empati sehingga dapat diperoleh informasi yang akurat dan tidak dibuat-buat.

Teknik penelitian dengan metode wawancara dalam bentuk tanya jawab dengan peserta didik yang teridentifikasi mengalami kejenuhan belajar selama penerapan *learning from home*. Selain wawancara dengan subjek SPR, peneliti juga melakukan wawancara dengan orang tua SPR, sahabat/teman dekat SPR dan juga dengan guru BK untuk menguatkan informasi dan fakta-fakta yang diperoleh akan lebih mudah diperoleh melalui informan yang mengetahui keadaan dan kondisi subjek. Semua proses wawancara yang peneliti lakukan berlangsung dalam setting obrolan sekitar 30-60 menit.

3. Dokumentasi

Kamus Besar Bahasa Indonesia mengartikan dokumentasi sebagai pengumpulan, pemilihan, pengolahan serta penyimpanan informasi dalam bidang pengetahuan. Selain itu dokumentasi juga diartikan sebagai pemberian atau pengumpulan bukti dan keterangan seperti gambar, kutipan, video dan bahan referensi lainnya.

Data dokumentasi yang diperoleh peneliti adalah data hasil belajar siswa yang terindikasi mengalami kejenuhan belajar selama penerapan *learning from home* untuk membandingkan data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan keadaan diri kasus yang sebenarnya. Adapun beberapa dokumentasi tambahan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah catatan-catatan dari guru BK tentang subjek SPR.

3.7 Analisis Data

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini berdasarkan dengan model Miles and Huberman. Miles and Huberman (Sugiyono, 2019) mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung terus menerus hingga tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data sebagai berikut:

1. Data Collection (Pengumpulan Data)

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan alat pengumpul data berupa observasi, wawancara dan dokumentasi untuk menggali informasi kejenuhan

belajar SPR selama *learning from home*. Peneliti juga melibatkan orang tua, sahabat/teman dekat dan juga guru BK untuk mendapatkan informasi lebih lanjut dari masalah kejenuhan belajar selama *learning from home*.

2. Data Reduction (Reduksi Data)

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema dan polanya. Pada penelitian ini peneliti melakukan reduksi data dengan membuang hasil wawancara yang dianggap tidak penting dan memfokuskan pada pokok permasalahan yang diteliti sehingga peneliti dengan mudah untuk menarik simpulan. Selanjutnya pada hasil wawancara peneliti melakukan pengkodean dari setiap informan seperti pengkodean pada subjek SPR (wwcr01/tanggal wawancara/SPR/Subjek pertama), pada orang tua SPR (wwcr/tanggal wawancara/OT/Subjek kedua), pada sahabat SPR (wwcr/tanggal wawancara/S/Subjek ketiga), dan yang terakhir yaitu guru BK (wwcr/tanggal wawancara/BK/Subjek keempat). Pengkodean ini dilakukan oleh peneliti saat awal penelitian sampai akhir penelitian dari hasil wawancara yang didapatkan

3. Data Display (Penyajian Data)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data atau penyajian data. Dalam penyajian data, peneliti membuat matriks penelitian terlebih dahulu dengan membuat kolom berisikan fokus penelitian, rincian pertanyaan, sumber informasi, dan teknik pengumpulan data. Setelah itu peneliti membuat lebih rinci pertanyaan wawancara untuk setiap informan agar peneliti lebih mudah menyusun setiap pertanyaan. Dengan mendisplaykan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut.

4. Conclusion Drawing/Verification (Kesimpulan)

Langkah terakhir dalam analisis data kualitatif yaitu penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan bisa berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Saat peneliti melakukan survey awal, subjek SPR mengungkapkan bahwa selama *learning from home* ia merasa bosan, menjadi malas belajar, merasa lelah, tidak mengerjakan tugas dan merasa tidak kompeten. Hal tersebut masih bersifat sementara dikarenakan data yang didapatkan belum kuat. Akhirnya peneliti melakukan studi secara mendalam kepada subjek SPR dengan melibatkan teman dekat/sahabat SPR, orang tua SPR, serta guru BK untuk menguji data yang diberikan oleh SPR. Hasil yang didapatkan berdasarkan wawancara yang dilakukan

peneliti terhadap subjek SPR, orang tua, sahabat/teman dekat menunjukkan bahwa pada saat survey awal dan saat penelitian masih sama atau berkembang dan hal tersebut semakin diperkuat saat peneliti melibatkan orang tua dan sahabatnya.

3.8 Pengecekan dan Keabsahan Data

Dalam penelitian ini, standar pengecekan dan keabsahan data dilakukan dengan uji kredibilitas data atau kepercayaan terhadap data hasil penelitian kualitatif antara lain dilakukan dengan triangulasi dan *member check*.

1. Triangulasi

Sugiyono (2019) menyatakan bahwa triangulasi diartikan teknik pengumpulan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan waktu.

a. Triangulasi sumber

Triangulasi sumber untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Setelah melakukan wawancara kepada beberapa informan yang memiliki kedekatan dan mengetahui kondisi subjek yang diteliti, hasil wawancara dengan informan tersebut dideskripsikan dengan dan dikategorikan dengan hasil wawancara dengan subjek untuk melihat data mana yang memiliki pandangan sama dan pandangan yang berbeda. Jika data dari informan penelitian ini sesuai dengan data yang diperoleh dari subjek maka data tersebut memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi sehingga tingkat kebenaran kesimpulan akhir hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan.

b. Triangulasi teknik

Untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Misalnya data diperoleh dengan wawancara, lalu dicek dengan observasi, dokumentasi, atau kuesioner. Bila dengan tiga teknik pengujian kredibilitas tersebut, menghasilkan data yang berbeda-beda, maka peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yang bersangkutan atau yang lain, untuk memastikan data mana yang dianggap benar.

c. Triangulasi waktu

Waktu juga sering mempengaruhi kredibilitas data. Data yang dikumpulkan dengan teknik wawancara di pagi hari pada saat narasumber masih segar, belum banyak masalah, akan memberikan data yang lebih valid sehingga kredibel. Untuk itu dalam rangka pengujian kredibilitas data dapat dilakukan dengan cara melakukan pengecekan dengan wawancara, observasi atau teknik lain dalam waktu atau situasi yang berbeda-beda. Bila hasil uji

menghasilkan data yang berbeda, maka dilakukan secara berulang-ulang sehingga sampai ditemukan kepastian datanya.

3.9 Tahap-Tahap Penelitian

Dalam penelitian ini, tahap yang ditempuh sebagai berikut:

1. Tahap Sebelum ke Lapangan

Dalam penelitian ini peneliti melakukan wawancara pada guru BK untuk mengetahui gambaran masalah yang banyak dialami oleh siswa SMA Negeri 1 Majene. Hasil yang didapatkan bahwa selama *learning from home* siswa merasa bosan selama pembelajaran daring. Situasi yang mengharuskan siswa untuk melakukan pembelajaran dari rumah membuat siswa merasa jenuh. Setelah itu peneliti juga melakukan wawancara awal dengan salah satu siswa kelas XI SMA Negeri 1 Majene berinisial SPR. Peneliti mengaitkan dengan hasil wawancara yang diperoleh dari guru BK dan juga siswa SPR. Selanjutnya peneliti mengaitkan masalah yang dialami SPR dengan teori dan dari penyesuaian teori yang ada SPR mengalami kejenuhan belajar pada aspek keletihan emosi, depersonalisasi, dan menurunnya keyakinan akademik. Peneliti kemudian menghubungi SPR untuk melakukan penelitian terhadap dirinya dan mengurus persuratan untuk sekolah tersebut. Peneliti kemudian membuat fokus penelitian dengan mengkonsultasikan dengan dosen pembimbing dan didapatkan empat fokus penelitian yaitu gambaran kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa kasus SPR, Faktor-faktor apa saja yang menyebabkan kejenuhan belajar yang dialami oleh SPR, Apa saja dampak dari kejenuhan belajar yang dialami oleh SPR, dan Bagaimana upaya guru BK serta orang tua dalam mengatasi masalah kejenuhan belajar.

2. Tahap Pekerjaan di Lapangan

Peneliti membuat daftar wawancara untuk subjek SPR, orang tua, sahabat dan juga guru BK agar lebih memudahkan peneliti dalam mendapatkan informasi terkait masalah yang dialami subjek SPR. Selanjutnya daftar wawancara tersebut dikonsultasikan dengan dosen pembimbing dan di validasi oleh dosen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Peneliti menggunakan dokumentasi seperti rekaman, catatan tertulis, dan gambar sebagai bukti bahwa peneliti melakukan penelitian dengan sebenar- benarnya

3. Tahap Analisis Data

Pada tahap ini peneliti mengumpulkan seluruh data yang diperoleh dari hasil wawancara dan dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap subjek SPR, orang tua, sahabat SPR, dan guru BK. Dari

hasil wawancara peneliti melakukan analisis data dengan menggunakan metode analisis data menurut Miles dan Huberman (Sugiyono, 2019) yaitu (1) data collection (pengumpulan data); (2) reduksi data (data reduction); (3) penyajian data (data display); dan (4) penarikan simpulan.

Selain itu peneliti melakukan triangulasi baik triangulasi teknik pengumpulan data maupun triangulasi sumber untuk menguji tingkat kevalidan setiap instrument yang digunakan agar hasil yang didapatkan kredibel (dapat dipercaya) dan dipertanggung jawabkan.

4. Tahap Penulisan Laporan

Pada tahap ini peneliti mengumpulkan semua data yang telah diperoleh dari hasil wawancara yang telah dilakukan bersama informan. Selanjutnya peneliti menyusun setiap hasil temuan pada bagian bab hasil dan pembahasan dengan mengaitkan teori yang relevan dari hasil temuan. Setelah itu peneliti mengkonsultasikan hasil penelitian dengan dosen pembimbing untuk mendapat perbaikan ataupun saran demi kesempurnaan hasil penelitian. Langkah terakhir melakukan pengurusan kelengkapan persyaratan untuk ujian hasil penelitian.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

1. Gambaran Kejenuhan Belajar Siswa selama *Learning from Home*

a. Gambaran Diri Konseli

Konseli merupakan siswi kelas XI di SMA Negeri 1 Majene yang sekarang ini, pada semester ganjil tahun ajaran 2021-2022 berada di kelas XII. Konseli berinisial SPR berjenis kelamin perempuan. Saat ini konseli telah berusia 17 tahun dengan tinggi 150 cm, berat badan kurang lebih 40kg, memiliki mata yang agak bulat, bulumata yang lentik, suara yang cempreng, memiliki kulit putih, mengenakan hijab seperti siswi pada umumnya. Secara ekonomi, keadaan keluarga konseli tergolong berkecukupan. Memiliki hobby travelling/jalan-jalan bersama keluarga setiap libur semester. Konseli merupakan anak pertama dari 3 bersaudara, dengan satu adek laki-laki dan satu adek perempuan. Berdasarkan hasil observasi, konseli merupakan siswi yang cukup aktif di kegiatan Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS) dan sedang memangku jabatan sebagai wakil bendahara, dan juga merupakan siswi yang cukup ramah terhadap teman-temannya.

b. Perilaku Kejenuhan Belajar Selama *Learning from Home*

Konseli merupakan siswi yang tergolong aktif di dalam kelas dan merupakan salah satu siswi yang dikategorikan sebagai siswi yang memiliki kemampuan akademik yang cukup atau memiliki kemampuan rata-rata. Namun, saat kegiatan pembelajaran dialihkan menjadi pembelajaran di rumah atau *learning from home* membuat subjek SPR mengalami beberapa masalah. Subjek teridentifikasi mengalami kejenuhan belajar. Dan juga hasil wawancara peneliti dengan guru BK diperoleh bahwa subjek SPR sebelumnya tidak pernah memiliki riwayat melanggar peraturan di sekolah dan mendapatkan catatan dari guru BK.

Dari hasil wawancara yang didapatkan oleh peneliti, subjek SPR selama *learning from home* merasakan gejala-gejala kejenuhan belajar yang ditandai dengan aspek keletihan emosi, depersonalisasi, dan menurunnya keyakinan akademik. Pada aspek keletihan emosi, SPR merasa bosan. Hal tersebut karena rutinitas yang monoton yang dilakukan setiap harinya dan juga suasana yang kurang mendukung bagi SPR. Selain merasa bosan, SPR juga merasa kelelahan karena tuntutan pekerjaan yang terlalu membebani dirinya selama *learning from home*. Selanjutnya pada aspek depersonalisasi diperoleh informasi bahwa selama *learning from home* terjadi perubahan terhadap SPR. Terdapat perbedaan perilaku SPR antara *learning from home* dengan pembelajaran tatap muka. Perbedaan tersebut seperti, semenjak *learning from home* SPR kadang tidak mengerjakan tugasnya, ia juga menjadi malas belajar dan tidak memperhatikan pelajarannya karena memilih bermain sosial media ketika pembelajaran sedang berlangsung. Dan pada aspek menurunnya keyakinan akademik diperoleh informasi bahwa Selama *learning from home* SPR juga merasakan bahwa dirinya tidak kompeten ia merasa kurang yakin akan kemampuannya dalam melakukan sesuatu, sama halnya dalam mengerjakan tugas-tugasnya.

2. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Kejenuhan Belajar Siswa selama *Learning from Home*

Dari hasil wawancara yang didapatkan oleh peneliti, terdapat beberapa faktor yang menyebabkan SPR merasakan gejala-gejala kejenuhan belajar selama *learning from home*, yaitu karena metode pembelajaran yang terlalu monoton, materi yang diberikan sulit dipahami, tuntutan belajar yang terlalu membebani dan juga *deadline* tugas yang terlalu singkat.

1. Metode Pembelajaran yang Terlalu Monoton

Selama pembelajaran dari rumah, SPR merasa bosan karena metode pembelajaran yang diberikan

oleh bapak/ibu guru di sekolah tidak menarik, tidak bervariasi, atau terlalu monoton dan juga rutinitas yang terlalu monoton dilakukan setiap harinya.

2. Materi yang diberikan Sulit dipahami

Selama *learning from home* jumlah tugas yang diberikan bapak/ibu guru di sekolah mengalami peningkatan. SPR merasa tugas yang diberikan selama *learning from home* lebih banyak dibanding pembelajaran secara tatap muka. Hal tersebut yang membuat SPR merasa terbebani.

3. Deadline Waktu yang terlalu Singkat

Selain jumlah tugas yang diberikan meningkat, SPR juga merasa bahwa tuntutan waktu pengumpulan tugas yang diberikan sangat singkat.

4. Tuntutan Belajar yang Terlalu Membebani

Proses belajar dari rumah membuat SPR merasa sulit memahami materi yang diberikan oleh bapak/ibu guru karena tidak adanya interaksi secara langsung antara dirinya dengan guru. Terlebih lagi bapak/ibu guru terkadang hanya memberikan materi tanpa menjelaskan terlebih dahulu.

3. Dampak Kejenuhan Belajar selama *Learning from Home*

a. Kondisi Fisik

Dampak dari kejenuhan belajar sangatlah banyak, salah satunya akan berdampak pada kondisi fisik individu. Dampak tersebut akan terlihat setelah proses pembelajaran berlangsung. Dari hasil wawancara yang diperoleh oleh peneliti, SPR memiliki kondisi fisik yang lemah, SPR sering merasa sakit kepala, memiliki nafsu makan yang rendah. Selama *learning from home* SPR sudah 4x drop karena merasa kelelahan mengerjakan tugas-tugasnya. Dan juga dampak yang lain yang bisa membuat kondisi fisiknya terganggu yaitu karena menatap layar secara berjam-jam hampir setiap harinya

b. Hasil Belajar selama *Learning from Home*

Salah satu dampak nyata dari kejenuhan belajar yaitu hilangnya semangat dan minatnya dalam belajar sehingga mengakibatkan tidak tercapainya prestasi belajar yang terlebih dahulu telah ditetapkan. Dari hasil wawancara diperoleh informasi bahwa prestasi SPR selama *learning from home* mengalami perubahan. Hasil belajar SPR selama *learning from home* mengalami perubahan, SPR juga mengalami nilai yang tidak tuntas atau tidak mencapai standar. Hal tersebut terjadi karena ketika pembelajaran sedang berlangsung ia tidak memperhatikan melainkan lebih memilih bermain sosial media.

4. Peran Guru BK dan Orang Tua dalam Mengatasi Masalah Kejenuhan Belajar Siswa selama *Learning*

from Home

Selama *learning from home*, guru BK juga pastinya mengalami keterbatasan dalam melaksanakan tugasnya. Keterbatasan yang dialami oleh guru BK itu juga karena adanya aturan-aturan di masa pandemi yang tidak memungkinkan untuk melaksanakan kegiatan-kegiatan yang selalu dilakukan secara luring. Akan tetapi guru BK tetap berusaha semaksimal mungkin untuk melakukan berbagai upaya untuk mengatasi masalah kejenuhan yang dialami oleh siswa. Adapun upaya yang dilakukan yaitu dengan memberikan layanan bimbingan klasikal baik itu secara daring maupun luring, melakukan kunjungan rumah, dan mengundang siswa untuk datang ke sekolah melakukan kegiatan pembelajaran secara luring agar adanya perbedaan suasana monoton yang ia rasakan selama *learning from home*.

Orang tua juga memiliki peran yang sangat penting untuk mengatasi masalah yang dialami oleh anaknya. Terutama dalam situasi yang sekarang ini, situasi yang mengharuskan siswa untuk melakukan kegiatan pembelajaran dari rumah. Orang tua lah yang akan mengontrol anaknya selama proses pembelajaran dari rumah. Selama *learning from home* orang tua seharusnya mampu menghadirkan suasana yang nyaman untuk belajar, akan tetapi tidak semua orang tua mampu menciptakan suasana belajar yang nyaman sekaligus berperan menjadi guru untuk anaknya karena berbagai alasan. Ketika orang tua tidak mampu untuk menciptakan suasana belajar dan menjadi sosok guru di rumah, orang tua hendaknya memberikan motivasi dan dukungan terhadap anaknya, karena pemberian motivasi juga hal yang sangat penting diberikan kepada anak yang sedang melakukan proses belajar dari rumah. Begitupun dengan yang dilakukan oleh orang tua SPR. Orang tua SPR hanya mampu memberikan dukungan dan motivasi terhadap anaknya agar tidak merasa bosan dan jenuh dalam proses belajarnya di rumah.

4.2 Pembahasan

1. Gambaran Kejenuhan Belajar selama *Learning from Home*

Menurut Al-Qawiy (Amelia,dkk. 2021: 112) menyatakan bahwa kejenuhan belajar merupakan suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga dapat mengakibatkan timbulnya rasa lesu tidak bersemangat dan tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar. Kemudian menurut Harahap (2017) kejenuhan belajar merupakan masalah yang banyak yang dialami oleh siswa dan akibat serius dari masalah tersebut adalah

timbulnya rasa malas dan keinginan untuk belajar.

Hasil menunjukkan bahwa subjek SPR mengalami masalah kejenuhan belajar. Hal ini didapatkan berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap subjek SPR, orangtua, teman dekat dan juga guru BK. Dalam penelitian ini, pada diri SPR terdapat gejala kejenuhan belajar yaitu (1) keletihan emosi yang ditandai dengan konseli SPR merasa bosan dan merasa lelah. (2) depersonalisasi ditandai dengan tidak mengerjakan tugas dan kehilangan ketertarikan untuk mengikuti pelajaran. (3) menurunnya keyakinan akademik ditandai dengan merasa tidak kompeten. Menurut Maslach dan Leter Gejala kejenuhan belajar terdiri 3 aspek yang terdapat pada Maslach *Burnout Inventory Student Survey* (MBI-SS) diantaranya (1) *emotional exhaustion* atau keletihan emosi ditandai dengan merasa bosan, mudah menyerah, merasa lelah dan mudah cemas, (2) *cynicism* atau depersonalisasi ditandai dengan tidak mengerjakan tugas, bolos sekolah, kehilangan ketertarikan untuk mengikuti pelajaran, dan berfikir negatif terhadap guru, (3) *reduced academic efficacy* atau menurunnya keyakinan akademik ditandai dengan merasa rendah diri, merasa tidak berprestasi, dan merasa tidak kompeten. Berdasarkan keterangan yang didapatkan oleh peneliti di lapangan, dapat disimpulkan bahwa konseli SPR mengalami kejenuhan belajar yang cukup tinggi karena dari 10 gejala kejenuhan belajar, terdapat 5 gejala yang dialami oleh SPR. Gejala yang lebih dominan yaitu pada aspek keletihan emosi dan depersonalisasi.

2. Faktor yang Menyebabkan Kejenuhan Belajar selama *Learning from Home*

Menurut Ningsih (2020) faktor-faktor yang menyebabkan siswa merasa jenuh dalam belajar selama *learning from home* yaitu karena banyaknya tugas yang diberikan oleh guru, metode pembelajaran yang diberikan terlalu monoton, tidak adanya teman ketika pembelajaran jarak jauh, dan berkurangnya konsentrasi belajar.

Pada diri SPR faktor-faktor yang menyebabkan ia merasa jenuh dalam belajar selama *learning from home* yaitu; 1) metode pembelajaran yang terlalu monoton, 2) tuntutan belajar yang terlalu membebani, 3) *deadline* tugas yang terlalu cepat, 4) materi yang diberikan sulit dipahami.

Menurut pendapat Agustina dkk (2019: 98) kejenuhan belajar berasal dari rutinitas yang terlalu monoton. Dalam proses pembelajaran daring siswa merasa bahwa mereka memiliki tugas yang lebih banyak dibanding sekolah tatap muka sehingga

tuntutan pekerjaan atau tuntutan belajar yang dirasakan siswa lebih banyak. Selain itu siswa juga merasa bahwa tuntutan waktu yang membuatnya harus menyelesaikan tugas tepat pada waktunya. Dan terkadang guru memberikan tugas dan batasan waktu yang bersamaan dengan tugas lainnya (Kurnia, 2020).

Selanjutnya menurut Arifin (2020) mengatakan bahwa selama pembelajaran daring siswa sulit dalam menerima materi karena kurangnya bimbingan dan penjelasan oleh guru, dan juga terdapat sebagian guru yang hanya memberikan tugas tanpa memberikan penjelasan dan hanya dilakukan di rumah saja.

3. Dampak Kejenuhan Belajar selama *Learning from Home*

Dampak dari kejenuhan belajar yang terjadi pada setiap siswa tidaklah sama. Masing-masing siswa mengalami dampak yang berbeda-beda. Pada konseli SPR dampak dari kejenuhan belajar yang ia alami berdampak pada kondisi fisik dan juga pada prestasi atau hasil belajarnya selama *learning from home*. Sesuai dengan pendapat Widari dkk (Sugandi, 2020: 45) kejenuhan belajar dalam diri individu akan berdampak pada kognitif, emosi dan fisik individu. Kemudian menurut Sari dkk (2020) dampak yang sangat jelas yang dirasakan adalah pada kesehatan. Jika keadaan *learning from home* terus berlanjut dalam jangka panjang, tentunya tidak hanya akan berdampak pada kondisi fisik siswa tetapi kondisi psikologis dan psikososial siswa akan jauh lebih berdampak. (Nurkholis, 2020).

Salah satu dampak nyata yang dapat dilihat dari seseorang yang sedang mengalami masalah kejenuhan belajar yaitu hilangnya semangat dan minatnya dalam belajar yang dimana hal ini dapat mengakibatkan tidak tercapainya prestasi belajar yang telah ditetapkan lebih dulu. Menurut Agustina dkk (2019) kejenuhan yang terjadi pada siswa dapat berdampak pada prestasi siswa dan pencapaian siswa yang ingin dicapai. Yusuf (Kurnia, 2021: 8) mengemukakan bahwa ketidakmampuan siswa dalam mencerna setiap informasi pelajaran yang diberikan oleh bapak/ibu guru dan tidak adanya tempat untuk bertanya sehingga timbul rasa bosan, jenuh dan malas pada diri siswa, maka dampaknya ialah menurunnya nilai yang telah diperoleh siswa.

4. Peran Guru BK dan Orang Tua dalam Mengatasi Masalah Kejenuhan Belajar selama *Learning from Home*

Peran guru BK dalam mengatasi masalah kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa ataupun

SPR selama *learning from home* yaitu dengan memberikan layanan klasikal baik itu secara daring dan secara tatap muka meskipun memiliki keterbatasan dalam melaksanakannya. Menurut Rahma (Kamalia dkk, 2020: 97) pelaksanaan layanan bimbingan klasikal termasuk komponen layanan dasar yang cenderung bersifat preventif, disusun secara terstruktur untuk mencapai tujuan layanan. Layanan bimbingan klasikal termasuk layanan yang sangat penting sebagai salah satu bentuk layanan yang akan membimbing siswa. Selain memberikan layanan bimbingan klasikal, guru BK juga melakukan kunjungan rumah guna memperoleh data terkait permasalahan yang dialami oleh siswa. Menurut Sukardi (2010), kunjungan rumah (*home visit*) merupakan kegiatan pendukung dalam bimbingan dan konseling untuk memperoleh data, keterangan, serta kemudahan bagi terentaskannya permasalahan yang dialami oleh konseli melalui kunjungan rumah. Kemudian guru BK juga mengundang siswa datang ke sekolah untuk melakukan kegiatan pembelajaran secara tatap muka, menikmati fasilitas sekolah agar terdapat perbedaan suasana belajar yang dialami siswa selama ini *learning from home*. Namun hal ini tidak membuat SPR tertarik karena kegiatan yang dilakukan masih sangat terbatas karena adanya aturan-aturan selama pandemi yang harus sekolah patuhi.

Adapun usaha yang dilakukan oleh orang tua yaitu dengan memberikan nasehat, memberikan motivasi, memberikan dukungan dan semangat kepada anaknya. Kurnia (2021) Pemberian motivasi dan penguatan sangat penting dilakukan agar siswa merasa nyaman dan semangat untuk melakukan kegiatan pembelajaran meskipun dari rumah. Motivasi dan penguatan dapat dilakukan dengan memberikan kalimat-kalimat penyemangat ataupun pengkondisian lingkungan belajar yang dilakukan rumah seperti memberikan ruang dan fasilitas belajar yang memadai bagi siswa yang sedang belajar di rumah.

5. KESIMPULAN

Hasil penelitian tentang kejenuhan belajar siswa selama penerapan *learning from home* adalah sebagai berikut :

1. Gambaran kejenuhan belajar yang dialami oleh SPR adalah 1) merasa bosan, 2) merasa lelah, 3) tidak mengerjakan tugasnya, 4) kurang tertarik untuk mengikuti pelajaran atau menjadi malas belajar, 5) merasa tidak kompeten dan kurang yakin akan kemampuannya dalam mengerjakan sesuatu.

2. Pada diri SPR faktor-faktor yang menyebabkan ia merasa jenuh dalam belajar selama *learning from home* yaitu; 1) metode pembelajaran yang terlalu monoton, 2) tuntutan belajar yang terlalu membebani, 3) *deadline* tugas yang terlalu cepat, 4) materi yang diberikan sulit dipahami.

3. Dampak dari *learning from home* yang dialami oleh SPR yaitu berdampak pada kondisi fisiknya seperti merasa kelelahan karena tugas yang terlalu berlebihan, menatap layar selama berjam-jam setiap harinya dan juga hasil belajar atau prestasinya selama *learning from home* mengalami perubahan. Hasil belajar atau prestasi belajarnya menurun karena ketika pembelajaran sedang berlangsung ia tidak memperhatikan melainkan lebih memilih bermain sosial media.

4. Meskipun memiliki keterbatasan dalam melaksanakan tugas-tugasnya karena adanya aturan-aturan selama pandemi, guru BK tetap berusaha semaksimal mungkin untuk mengatasi masalah yang dialami. Peran guru BK dalam mengatasi masalah kejenuhan belajar yaitu melalui layanan bimbingan klasikal, kunjungan rumah, dan juga mengundang siswa datang ke sekolah agar terdapat perbedaan suasana belajar yang dialami oleh siswa selama *learning from home*. Kemudian peran orang tua dalam mengatasi masalah kejenuhan belajar yaitu dengan memberikan motivasi dan penguatan kepada anaknya. Akan tetapi salah satu upaya yang dilakukan masih kurang efektif, upaya yang dilakukan dengan mengundang siswa datang ke sekolah tidak membuat SPR tertarik karena siswa yang diundang ke sekolah dibatasi

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, dkk. (2019). Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Kejenuhan Belajar Pada Siswa dan Usaha Guru BK untuk Mengatasinya. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 96-102.
- Ameliaa, dkk. (2021). Studi Fenomenologi Dampak Psikologis Anak Selama Belajar Dirumah Akibat Pandemi Covid-19. *REAL in Nursing Journal (RNJ)*, 4(2), 111-121.
- Arifin, H. N. (2020). Respon Siswa Terhadap Pembelajaran dalam Jaringan Masa Pandemi COVID-19 di Madrasah Aliyah Al-Amin Tabanan. *Widya Balina: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Ekonomi*, 5(9), 1-12.

- Dahlia, dkk. (2016). Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Menangani Kejenuhan Belajar Siswa Di Smp Negeri Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 14-26.
- Harahap, J. (2017). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar Siswa dalam Mata Pelajaran IPS Kelas VIII di SMPN 7 Muaro Jambi. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2008). Jakarta: Balai Pustaka.
- Kamalia dkk. (2020). Layanan Bimbingan Klasikal Berbasis Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *DE JOURNAL (Dharmas Education Juornal)*, 1(2), 96-106.
- Khusumawati & Christiana. (2014). Penerapan Kombinasi Antara Teknik Relaksasi dan *Self Instruction* untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA 2 SMA Negeri 22 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 5(1).
- Kurnia, D. (2021). Dinamika Gejala Kejenuhan Belajar Siswa Pada Proses Belajar Online Faktor Faktor Yang Melatarbelakangi dan Implikasinya Pada Layanan Bimbingan Keluarga (Penelitian Terhadap Siswa Kelas Viii Mts Negeri 3 Bandung Tahun Pelajaran 2020/2021). *Jurnal Inovasi Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 1(1), 1-10.
- Muna, Naelul. (2020). Strategi Guru BK dalam mengatasi *Burnout Study* Siswa SMKN 1 Widasari. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 4(1), 81-92.
- Ningsih, K.L. (2020). Kejenuhan Belajar Masa Pandemi Covid-19 Siswa SMTA di Kedungwungu Indramayu. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nurkholis, N. (2020). Dampak Pandemi Novel-Corona Virus Disiase (Covid-19) Terhadap Psikologi Dan Pendidikan Serta Kebijakan Pemerintah. *Jurnal PGSD*, 6(1), 39-49.
- Pawicara & Conilie. (2020). Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi Iain Jember Di Tengah Pandemi Covid-19. *ALVEOLI: Jurnal Pendidikan Biologi*, 1(1).
- Ramlah. (2018). Pentingnya Layanan Bimbingan Konseling Bagi Peserta Didik (*The Importance Of Counting Country Services For Students*). *Jurnal Al-Mau'izhah*, 1(1), 70-76
- Rangkuti, P.A. (2018). Studi Kasus Kesulitan Belajar dan Peran Guru Bimbingan Konseling Pada Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Washilah Tembung. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Medan: Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Republik Indonesia. (2003). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Safitri.A.R. (2016). Penerapan Senam Otak (*Brain Gym*) dalam Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa di SMP Negeri 8 Makassar. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Makassar: Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.
- Santrock, J.W. (2007). *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*. Jakarta: Panada Media Group.
- Sari, dkk. (2020). Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Bandar Lampung. *Journal of Guidance and Counseling Inspiration*, 01(01), 45-52
- Saudi.Y.A. (2018). Penerapan Teknik *Guided Imagery* untuk Menurunkan Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa di MAN 1 Makassar. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Makassar: Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.
- Setiawan Irwandi. (2020). Penerapan Teknik *Self Regulated Learning* Dalam Mereduksi Tingkat *Academic Burnout* Siswa di Sekolah MAN 1 Watansoppeng. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Makassar: Jurusan Psikologi

Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu
Pendidikan Universitas Negeri Makassar.

- Sugandi.F.R. (2020). Implementasi Konseling Kelompok Teknik *Homeroom* Dalam Menurunkan Kejenuhan Belajar Santri Pondok Pesantren An-Nur Kedaton Baturaja Sumatera Selatan. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Surabaya: Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D, dan Penelitian Pendidikan)*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, K.D. (2010). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syaimi & Putra. (2020). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Six Thinking Hats* untuk Mengatasi Kejenuhan Belajar. *Genta Mulia*, 10(2), 175-176.
- Tohirin, D. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Wardati & Jauhar. (2011). *Implementasi Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Wicaksono,T.M. (2017). Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas VIII SMPN 16 Surabaya. *Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. Jurnal BK UNESA*, 7(1).