

Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar Siswa SMP Kelas VIII Pada Pembelajaran Bahasa Indonesia

Trisnawati ¹, Diena San Fauziya ²

^{1,2} Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas
Pendidikan Bahasa, IKIP Siliwangi

Jl. Terusan Jend Sudirman Baros, kec Cimahi Tengah, Kota Cimahi Jawa Barat 40521

Email : ¹ trisnatrisnawati23@gmail.com, ² dienasanf@ikipsiliwangi.ac.id

Abstract. *This research aims to determine the factors that cause learning boredom in class VIII middle school students in Indonesian language subjects and the efforts that teachers must make to overcome student learning boredom. The method used in this research is descriptive qualitative. Data collected through observation and interviews. The research techniques used are data reduction, data presentation and drawing conclusions. The results of research on the factors that cause student learning boredom are the method of delivering material that is too monotonous, Indonesian language subjects that are less popular, tight class hours and heavy learning evaluations. Meanwhile, efforts that must be made by teachers are using varied learning methods, doing ice breaking, approach to students, a fun learning atmosphere, and occasionally learning outside the classroom.*

Keywords: *Learning Boredom, Student Attitudes, SMP*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor penyebab kejenuhan belajar siswa SMP kelas VIII pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia dan upaya yang harus dilakukan guru untuk mengatasi kejenuhan belajar siswa. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif. Data yang dikumpulkan melalui observasi dan wawancara. Teknik penelitian yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian data dan menarik kesimpulan. Hasil dari penelitian terhadap faktor penyebab kejenuhan belajar siswa yaitu cara penyampaian materi terlalu monoton, Mata Pelajaran Bahasa Indonesia yang kurang diminati, padatnya jam pelajaran dan evaluasi pembelajaran yang berat. Sedangkan upaya yang harus dilakukan oleh guru yaitu menggunakan metode pembelajaran yang bervariasi, melakukan ice breaking, pendekatan terhadap siswa, Suasana belajar yang menyenangkan, dan sesekali belajar diluar kelas.

Kata Kunci: Kejenuhan Belajar, Sikap Siswa, SMP

LATAR BELAKANG

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor penyebab kejenuhan belajar siswa SMP pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia. Siswa kurang bersemangat dalam proses pembelajaran berlangsung. Peserta didik seringkali bercakap-cakap dengan teman sekelas, mengganggu mereka dan bahkan tidur saat pelajaran sedang berlangsung. Hal ini, tidak bisa untuk dibiarkan secara terus menerus.

Proses pembelajaran melibatkan perubahan tingkah laku yang terjadi ketika seseorang berinteraksi dengan lingkungannya untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Menurut Fadillah (2017) pendidikan akan dapat berhasil manakala mampu melibatkan secara aktif peserta didik dalam pembelajaran, sehingga mereka mendapatkan banyak pengalaman untuk bekal kehidupannya. Salah satu kesalahan yang sering terjadi adalah adanya pengalaman belajar yang menghambat perkembangan kemampuan individu dalam mencapai tujuan pendidikan yang diinginkan. Namun, pendidikan seringkali hanya

fokus pada aspek intelektual dan pencapaian hasil yang dapat diukur dengan standar nilai kualitatif semata..

Rahmayanti (2016) minat belajar siswa merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan pendidikan dan pengajaran. Namun, tidak semua siswa memiliki minat belajar yang sama, ada juga beberapa siswa yang malas ketika belajar atau merasa jenuh. Sekolah sering menjadi penyebab utama kejenuhan belajar karena kurikulum yang terasa terlalu menuntut, gaya mengajar yang monoton, dan sikap guru yang terlalu menekan, juga interaksi sosial di antara siswa. Peserta didik dapat merasa jenuh dalam belajar karena adanya tekanan akademik dan peraturan sekolah yang harus mereka patuhi. Belakangan ini, semakin sering terjadi kejenuhan di kalangan siswa karena semakin seringnya program pembelajaran yang menekan terhadap siswa.

Jika situasi ini terus terjadi tanpa penyelesaian, akan mengakibatkan dampak yang baru, seperti terjadinya sindrom kejenuhan pada peserta didik. Sindrom kejenuhan belajar timbul karena tekanan di lingkungan sekolah yang terus-menerus tidak diatasi (Agustina et al., 2019). Sindrom kejenuhan merupakan seseorang yang merasakan kelelahan atau tidak semangat untuk belajar.

Tanjung & Namora (2022) Kejenuhan belajar merupakan kondisi emosional akibat aktivitas yang monoton sehingga timbul rasa lelah, bosan, dan tidak bisa memahami materi. salah satu bentuk kesulitan belajar yang ditandai dengan penurunan kinerja akademik, kesulitan menyelesaikan tugas-tugas sekolah tepat waktu, serta perilaku aneh seperti kurang perhatian terhadap orang lain, sikap bermusuhan, berpura-pura, berbohong, bolos sekolah, datang terlambat, atau mengganggu ketertiban di lingkungan sekolah.

Kejenuhan belajar dapat terjadi karena adanya tuntutan bagi siswa untuk dapat selalu mematuhi aturan dan dapat mengerjakan semua tugas tepat pada waktunya, akibat dari kegiatan yang terus berulang di tiap harinya membuat siswa merasakan kejenuhan belajar, kejenuhan ini sangat berdampak bagi siswa untuk keberlangsungan proses belajar mengajar (Yusuf, 2016).

Kejenuhan dalam proses belajar dapat menyebabkan penurunan fokus dan kemampuan untuk memahami materi yang diajarkan. Kejenuhan muncul ketika perasaan dan pikiran terjebak dalam rutinitas yang berlangsung akibat tekanan belajar yang terus-menerus. Menurut Arirahmanto (2018), siswa atau mahasiswa seringkali menunjukkan sikap sinis dan apatis terhadap pelajaran, yang ditandai dengan kurangnya rasa percaya

diri dan keengganan untuk belajar, serta kesulitan dalam memahami materi pelajaran. Menurut Muna (2016), kelelahan belajar dapat dibagi menjadi tiga kategori, yaitu kelelahan indra, kelelahan fisik, dan kelelahan mental. Meskipun kelelahan indra dan fisik dapat diatasi dengan istirahat yang cukup, namun kelelahan mental lebih sulit untuk dihilangkan. Maka, kelelahan pikiran menjadi faktor utama yang menyebabkan kebosanan dalam belajar.

Penelitian mengenai kejenuhan belajar pada siswa telah banyak dilakukan oleh beberapa para ahli, salah satunya oleh Madum, (2021). Pada penelitian tersebut menjelaskan penyebab kejenuhan yang terjadi pada siswa yaitu, faktor jasmani, peserta didik merasakan fisik kurang sehat yang disebabkan karena kurangnya istirahat serta asupan makanan yang diterima kurang bergizi. Faktor berikutnya adalah faktor rohani dimana mental peserta didik belum begitu tertata sesuai dengan masanya yang masih pubertas. Faktor terakhir adalah faktor dari kurangnya perhatian lebih dari guru kepada peserta didik.

Adapun dalam penelitian KURNIA, (2021) penyebab kejenuhan siswa yaitu faktor yang melatarbelakangi berada pada empat indikator yaitu :semangat belajar, emosi belajar dan menurunnya keyakinan akademik dengan prosentase yang amat tinggi pada kategori ya dan tidak. Tentu perlu solusi untuk mengatasi kejenuhan belajar ini supaya proses belajar online tetap dapat dilakukan dengan baik dan optimal.

Penelitian ini mencoba untuk memperluas pengetahuan mengenai faktor penyebab kejenuhan pada siswa yang sering ditemukan pada dunia pembelajaran. Pada penelitian ini juga bukan hanya faktor penyebab saja, tetapi dengan adanya solusi yang diharapkan dapat membantu untuk mengurangi kejenuhan pada siswa-siswa dalam belajar.

KAJIAN TEORITIS

Istilah kata jenuh bisa diartikan padat atau penuh sehingga tidak dapat memuat apapun, kata jenuh juga berarti bosan ataupun jemu. Kejenuhan dalam belajar merupakan sesuatu yang dialami siswa dalam proses belajar, namun siswa tersebut merasa tidak mendapatkan hasil dan merasa hanya membuang-buang waktu. Menurut Khusumawati & Christiana (2018) kejenuhan belajar merupakan kondisi mental peserta didik ketika merasakan bosan,lelah, kurang perhatian dalam pembelajaran, tidak ada minat serta motivasi, serta tidak memperoleh hasil.

Mailita dkk., (2016) mengatakan bahwa kejenuhan belajar adalah salah-satu yang sering terjadi di kalangan siswa saat proses pembelajaran berlangsung, karena kejenuhan berarti penuh yang tidak dapat untuk siswa menerima apapun. Sedangkan menurut Khaira, (2018) mengatakan bahwa kejenuhan adalah suatu keadaan fisik,mental, sikap, emosi seseorang yang merasakan kelelahan dan dalam kondisi yang tidak mendukung atau suatu pekerjaan yang dilakukan dengan jangka waktu terlalu panjang. Dari beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa kejenuhan belajar siswa merupakan suatu kondisi yang harus diwaspadai didalam konteks pendidikan, karena hal tersebut akan menimbulkan dampak negatif yang dapat mempengaruhi pembelajaran peserta didik jika tidak dikelola dengan baik.

Wangge dkk., (2021) kejenuhan belajar yang dialami siswa dapat berdampak pada menurunnya prestasi dalam belajar karena tidak mampu untuk berpikir atau otak tidak dapat mengolah informasi yang didapat kan siswa selama proses pembelajaran. Kejenuhan belajar juga dapat menyebabkan siswa menjadi kurang efektif ketika mengikuti pembelajaran (Arirahmanto, 2018). Ada juga aspek-aspek kejenuhan belajar Scaufely dan Enzmann dalam (Magrur et al., 2020) yaitu kecapean secara emos, fisik,kognitif dan menurunnya motivasi belajar siswa.

Kejenuhan belajar yang dialami peserta didik merupakan hal yang banyak terjadi di lingkungan pendidikan, ketika hal tersebut terjadi maka dapat mempengaruhi capaian pembelajaran tidak sesuai dengan yang ditetapkan. Bahkan kesempatan siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran akan menurun. Menurut Muhibbin Syah (2012:181) mengatakan bahwa peserta didik yang mengalami rasa jenuh cara berfikirnya tidak akan bekerja sesuai dengan yang diharapkan dalam memperoleh informasi atau pengalaman baru,sehingga tidak akan ada kemajuan dalam belajarnya.

Kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran Bahasa Indonesia dapat disebabkan dari berbagai faktor. Misalnya, rendahnya variasi pada metode pembelajaran, tidak mengaitkan materi pada kehidupan sehari-hari siswa, dan situasi lingkungan dalam pembelajaran yang kurang mendukung. Dengan menggunakan pendekatan yang tepat, pembelajaran Bahasa Indonesia memungkinkan dapat menjadi menarik dan efektif bagi siswa.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif yang bertujuan untuk mengamati sikap siswa SMP kelas VIII ketika merasakan kejenuhan belajar Bahasa Indonesia. Menurut V. Wiratna Sujarwenim (2014) mengatakan bahwa pendekatan kualitatif merupakan prosedur penelitian deskriptif berupa kata-kata tertulis maupun lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.

Data penelitian ini dikumpulkan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Menurut Ardiansyah et al., (2023) mengatakan terdapat tiga pengumpulan data dalam penelitian yaitu, (1) wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang melibatkan interaksi langsung antara peneliti dan partisipan penelitian. (2) observasi merupakan teknik pengumpulan data yang melibatkan pengamatan langsung terhadap partisipan dan konteks yang terlibat dalam fenomena penelitian. (3) dokumentasi melibatkan pengumpulan data dari dokumen, arsip, atau bahan tertulis lainnya yang berkaitan dengan fenomena penelitian.

Selanjutnya, teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 1) Reduksi data merupakan pemilihan terhadap sebuah hasil yang telah diperoleh, 2) Penyajian data merupakan penyusunan terhadap hasil dengan terstruktur, dan 3) Penarikan kesimpulan yaitu menarik kesimpulan dari hasil penelitian yang telah diperoleh (Pasehah & Firmansyah, 2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian tentang faktor penyebab kejenuhan belajar siswa SMP kelas VIII pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia adalah sebagai berikut:

A. Sikap siswa yang terjadi pada proses pembelajaran Bahasa Indonesia

Mata Pelajaran Bahasa Indonesia merupakan Mata Pelajaran yang wajib dipelajari oleh setiap peserta didik terutama pada siswa SMP ini. Mata Pelajaran Bahasa Indonesia terpacu pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah disusun oleh guru yang menguasai Mata Pelajaran Bahasa Indonesia guna untuk mencapai suatu Kompetensi Dasar (KD) yang telah ditetapkan. Adapun sikap yang sering terjadi dilakukan oleh para siswa, yaitu:

1. Mengobrol

Terdapat siswa yang mengajak teman sebangkunya mengobrol, dan pada akhirnya teman sebangkunya keasikan mengobrol saat pembelajaran berlangsung.

Mengobrol di kelas menyebabkan ketidak fokusaan dalam materi yang telah guru sampaikan dan pada akhirnya membuat siswa tidak paham terhadap materi tersebut. Hal tersebut sudah menjadi kebiasaan siswa yang disebabkan karena merasa jenuh atau bosan untuk mengikuti pembelajaran tersebut.

Akibat dari mengobrol saat pembelajaran berlangsung, peserta didik bisa saja kehilangan informasi tentang pembelajaran yang disampaikan oleh guru. Mengobrol saat pembelajaran berlangsung dapat mengurangi ke efektivitasan saat belajar. Mengobrol di kelas juga termasuk ke dalam masalah kedisiplinan dan etika siswa. Oleh karena itu, guru harus fokus terhadap pengelolaan kelas dan menyampaikan materi dengan semaksimal mungkin.

Penting bagi peserta didik untuk memahami bahwa mengobrol di kelas ketika pembelajaran berlangsung di kelas sangat mengganggu terhadap temannya maupun guru. Pada dasarnya, peserta didik ada saja yang tidak mematuhi peraturan di kelas saat pembelajaran, tidak menghargai waktu, dan mudah merasa bosan sehingga tidak fokus saat menyimak materi yang di sampaikan guru.

2. Tidur di kelas

Adapun siswa yang tidur di kelas. Siswa yang tidur di kelas biasanya memilih duduk di bangku paling belakang atau di tengah sehingga guru yang hanya melakukan keliling di kelas saat memberikan materi tidak akan ketahuan bahwa terdapat siswa yang tidur di kelas tersebut.

Tidur di kelas umumnya dianggap tidak baik dan dapat menimbulkan berbagai dampak negatif. Biasanya, tidur di kelas saat pembelajaran dapat menjadi pertanda adanya masalah kesehatan atau kondisi pribadi yang dialami oleh peserta didik. Misalnya, peserta didik yang kurang tidur di rumahnya.

Peserta yang tidur di kelas sangat mempengaruhi nilai akademik mereka selama pembelajaran. Adapun, alasan peserta didik tertidur di kelas karena merasa jenuh atau kurang minatnya terhadap materi yang diajarkan. Tidur di kelas bukan sesuatu yang diharapkan, melainkan dapat mengganggu proses pembelajaran.

3. Izin ke kamar mandi

Terdapat siswa yang izin ke kamar mandi. Hal ini mungkin memang dianggap karena siswa ingin cuci muka atau hal lainnya. Namun, dari pengakuan siswa tersebut dia hanya bosan belajar di dalam kelas dan dia izin ke kamar mandi hanya ingin menghilangkan rasa bosannya ketika proses pembelajaran berlangsung.

Peserta didik yang selalu izin ke kamar mandi dapat mengganggu alur dalam pembelajaran yang berlangsung. Guru selalu mengulas atau mengulangi materi yang disampaikan ketika ada siswa yang izin untuk pergi ke kamar mandi. Hal ini juga menjadi pertimbangan tentang kesehatan pada peserta didik. Namun, ada juga yang sengaja izin ke kamar mandi karena merasa bosan saat berada di kelas.

4. Datang terlambat

Ada beberapa siswa yang terlambat datang ke kelas dengan sengaja dan berbagai alasan seperti tidak ada kendaraan padahal rumah nya tidak begitu jauh jika berjalan kaki pun akan sampai tepat waktu. Namun, siswa zaman sekarang mengedepankan gengsi. Saat siswa yang terlambat datang ke kelas, ini mempengaruhi atau mengganggu siswa lain yang berada di kelas. Sehingga, pikiran dan fokus siswa lain menjadi terganggu.

Keterlambatan datang ke kelas juga berdampak buruk pada siswa tersebut. Peserta didik yang terlambat di pandang sebagai peserta didik yang tidak disiplin atau siswa yang tidak tau pentingnya waktu. Jika terus-menerus dibiarkan biasanya akan menjadi kebiasaan bagi siswa tersebut.

5. Menggunakan *Handphone*

Setiap siswa rata-rata mempunyai *HandPhone* tetapi seringkali di gunakan di waktu yang tidak tepat. Ketika pembelajaran berlangsung ada beberapa siswa yang bermain *HandPhone* dengan cara ditutupi buku dan lain-lain. Hal ini membuat guru mengiri setiap siswa yang diam saja menyimak materi yang disampaikan padahal siswa tersebut bermain *HandPhone*.

Bermain *HandPhone* saat pembelajaran berlangsung di kelas selain dengan kebutuhan pembelajaran sering terjadi di beberapa kelas lain. Siswa yang sering bermain *Handphone* di kelas selain untuk pembelajaran biasanya saat mengerjakan tugas di kelas siswa tersebut ketergantungan pada internet. Bahkan tidak dapat untuk berfikir secara kritis dalam pembelajaran.

6. Coret-corek Buku

Hampir semua siswa mencoret corek bukunya mungkin dengan cara tersebut siswa dapat menghilangkan rasa bosan atau jenuh saat proses pembelajaran berlangsung. Bahkan, beberapa siswa tidak menyadari coretan di bangku dapat merusak fasilitas sekolah dan dapat mengganggu siswa lainnya.

Siswa merasa merasa bosan atau tidak tertarik pada pembelajaran tersebut. Sehingga siswa mencoret-corek bangku atau bukunya untuk mengisi waktu mereka

selama pembelajaran berlangsung. Masalah ini merupakan perilaku yang tidak baik, Seringkali mencoret bangku dianggap hal spele oleh para siswa dan tidak di anggap masalah serius.

B. Faktor Penyebab kejenuhan siswa

Kejenuhan sudah hal bisa yang terjadi pada setiap peserta didik dimana pun. Namun, jenuh tersebut tentunya ada beberapa penyebabnya seperti pembelajaran yang dilakukan secara monoton, metode pembelajaran yg tidak berubah dan lain sebagainya. Ada beberapa penyebab yang membuat siswa merasa jenuh saat proses belajar berlangsung, yaitu:

1. Cara penyampaian materi

Beberapa siswa mengatakan bahwa pada pembelajaran Bahasa Indonesia cara penyampaian materinya tidak menarik hanya begitu-begitu saja sehingga siswa merasakan jenuh terhadap pembelajaran Bahasa Indonesia. Hal tersebut dapat berdampak negatif pada minat dan motivasi belajar pada siswa. Jika gaya penyampaian dalam pembelajaran yang monoton seperti metode ceramah saat belajar tanpa adanya melibatkan siswa membuat tumbuh rasa jenuh terhadap para siswa tersebut.

Penyampaian materi yang tidak interaktif akan membuat terputusnya siswa dalam pembelajaran. Oleh karena itu, siswa diharapkan untuk terlibat aktif dalam pembelajaran tersebut. Bahkan terkadang materi yang disampaikan tidak dihubungkan dengan kehidupan sehari-hari membuat siswa sulit untuk melihat nilai atau relevansi yang mereka pelajari.

2. Mata Pelajaran Bahasa Indonesia tidak disukai

Ada beberapa siswa yang tidak menyukai Mata Pelajaran Bahasa Indonesia. Hal ini terjadi karena kebanyakan siswa yang menganggap Bahasa Indonesia itu pelajaran yang gampang atau spele. Adapun beberapa siswa menganggap bahwa pelajaran Bahasa Indonesia mempunyai banyak aturan di dalamnya, seperti tata bahasa dan struktur kalimat yang berbeda dengan bahasa lain.

Hampir semua kurikulum Bahasa Indonesia ditunjukan untuk pemahaman dan penghormatan pada Sastra Indonesia. Ada beberapa peserta didik kurang tertarik terhadap bacaan sastra ataupun puisi. Oleh karena itu, beberapa siswa tidak tertarik pada pembelajaran Bahasa Indonesia.

Adapun pengalaman terhadap beberapa siswa yang mendapatkan nilai rendah dan mendapatkan tekanan dari orang tua serta guru sebelumnya. Sehingga, membuat peserta didik menjadi kurang menyukai mata pelajaran Bahasa Indonesia.

3. Padatnya jam pelajaran

Siswa rata-rata belajar dari pagi sampai sore jika jam pelajaran sangat padat akan mengakibatkan gagal fokus terhadap siswa, siswa juga akan merasa kelelahan. Pada pembelajaran Bahasa Indonesia ini diletakan pada jam terakhir yang mengakibatkan siswa kurang bersemangat dan bosan apalagi belajar dari pagi sampe sore dengan pelajaran yang sangat padat.

Padatnya jam pembelajaran merupakan salah satu faktor kejenuhan belajar siswa yang sering terjadi. Peserta didik memerlukan waktu untuk istirahat yang cukup untuk memulihkan tenaga dan konsentrai mereka. Waktu yang terlalu lama saat pembelajaran dikelas membuat peserta didik merasakan tegang atau setres, yang dapat mempengaruhi bahkan mengurangi kemampuan saat belajar.

4. Evaluasi yang terlalu berat

Beberapa siswa merasa cemas dan tertekan ketika evalusi dalam pembelajaran terlalu berat. Peserta didik tertekan untuk mencapai hasil yang maksimal saat tes atau ujian di kelas atau dalam pembelajaran tersebut. Evaluasi dalam bentuk tes tertulis yang mengharuskan peserta didik untuk fokus pada hafalan materi ketika menghadapi evaluasi, bukan memahami konsep secara mendalam.

Melakukan evaluasi secara tertulis dapat mengurangi peningkatan keterampilan lainnya yang penting. Misalnya, keterampilan berpikir kritis, kerjasama antar siswa lain, dan komunikasi. Peserta didik menganggap bahwa evaluasi hanya untuk membuat nilainya tinggi saja, sehingga peserta didik kehilangan motivasi belajar secara mendalam untuk memahami materi.

Kejenuhan belajar pada siswa merupakan salah satu penghambat besar dalam sebuah pendidikan. Hal tersebut, ketika peserta didik bosan atau kehilangan motivasi dalam belajar. Sehingga dapat mebatasi kemampuan untuk meningkatkan secara kreatif serta keterampilan dalam berfikir kritis. Kejenuhan belajar dapat membuat resiko terhadap siswa untuk tidak melanjutkan pendidikannya.

C. Upaya yang Dilakukan Oleh Guru

Guru tentunya ingin yang terbaik untuk para peserta didik. Salah-satu yang dihadapi oleh guru yaitu kejenuhan belajar pada siswa, para guru sebagai pendidik harus

bisa menghadapi masalah tersebut dengan melakukan beberapa upaya. Berikut merupakan upaya yang harus dilakukan guru:

1. Metode Pembelajaran yang bervariasi

Metode pembelajaran tentunya berpengaruh terhadap proses pembelajaran terhadap siswa. Menggunakan metode pembelajaran yang menarik tentunya akan membangun semangat para peserta didik saat melakukan pembelajaran. Sebaiknya, setiap pembelajaran tidak hanya menggunakan metode yang sama, tetapi merubah rubah metode pembelajaran sesuai dengan kemampuan para peserta didik tersebut. Untuk menghilangkan rasa jenuh terhadap siswa, maka guru harus bisa mengembangkan teknologi dan menggunakan dengan baik dikelas.

2. Melakukan *Ice Breaking*

Melakukan ice breaking di sela-sela pembelajaran akan membuat rasa bosan para siswa berkurang dan kembali bersemangat. Ice Breakin ini bertujuan untum mencairkan susana saat pembelajaran berlangsung.

3. Pendekatan terhadap siswa

Pendekatan terhadap siswa sangat diperlukan, karena jikaguru memperlihatkan hal yang membuat para siswa tegang, maka siswa akan merasa tidak menyukai terhadap guru atau pembelajaran tersebut. Dalam proses belajar baiknya guru bersikap baik dan melakukan pendekatan kepada setiap para siswa. Hal ini, akan membuat siswa tertarik untuk belajar. Guru juga harus memberikan perhatian penuh terhadap setiap siswa, karena pada dasarnya bakat dan minat setiap siswa berbeda-beda.

4. Suasana belajar yang menyenangkan

Menciptakan suasana atau lingkungan belajar yang nyaman ketika proses pembelajaran berlangsung. Pancing para siswa untuk aktif di kelas, seperti melakukan diskusi, debat, atau merangsang siswa dengan memberikan beberapa pertanyaan sederhana terkait apa yang akan dipelajari di kelas.

5. Belajar di luar kelas

Terkadang siswa merasa jenuh belajar karena di tempat yang sama. Maka dari itu, sesekali guru mengajak para peserta didik untuk belajar di luar kelas seperti di lapangan, perpustakaan atau di mana saja yang penting mendukung untuk pembelajaran.

Pendidik berperan penting dalam mengatasi kejenuhan dalam pembelajaran. Dalam menerapkan berbagai cara tersebut, pendidik berharap upaya-upaya tersebut dapat

membantu mengatasi kejenuhan belajar siswa serta meningkatkan keefektifan belajar siswa di kelas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Kejenuhan dalam proses belajar dapat menyebabkan penurunan fokus dan kemampuan untuk memahami materi yang diajarkan. Sikap yang dilakukan siswa SMP Kelas VIII yaitu mengobrol, tidur di kelas, izin ke kamar mandi, coret- coret buku dan bermain *handphone*. Adapun faktor penyebab kejenuhan siswa yaitu cara penyampaian materi yang monoton, Mata Pelajaran yang tidak disukai, terlalu padatnya jam pelajaran dan evaluasi yang terlalu berat.

Selanjutnya, upaya yang harus dilakukan oleh guru SMP pada siswa kelas VIII yaitu dengan cara menggunakan metode Pembelajaran yang bervariasi, melakukan ice breaking di sela-sela pembelajaran, melakukan pendekatan kepada siswa, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan sesekali melakukan pembelajaran di luar kelas.

Penelitian ini jauh dari kata sempurna. Maka penulis menerima saran dan kritik yang boleh guna membangun pemikiran atau wawasan penulis yang kemudian dapat dievaluasi ke depannya. Untuk peneliti selanjutnya dan pembaca di kalangan mahasiswa atau masyarakat, khususnya yang tertarik dalam penelitian analisis faktor penyebab kejenuhan belajar siswa, disarankan dapat mengembangkan penelitian melalui pemakaian metode dan pendekatan yang lebih baik dengan cara membaca dengan penelitian yang serupa agar hasilnya lebih maksimal.

DAFTAR REFERENSI

- Agustina, P., Bahri, S., & Bakar, A. (2019). Analisis faktor penyebab terjadinya kejenuhan belajar pada siswa dan usaha guru BK untuk mengatasinya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 96–102.
- Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik pengumpulan data dan instrumen penelitian ilmiah pendidikan pada pendekatan kualitatif dan kuantitatif. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57>
- Arirahmanto, S. B. (2018). Pengembangan aplikasi penurunan kejenuhan belajar berbasis Android untuk siswa SMPN 3 Babat. *Journal of Science and Education (JSE)*, 4(1), 1–10.

<http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaslit%0Ahttp://jim.unsyiah.ac.id/pbk/article/view/7153>

- Fadillah, M. (2017). Aliran progresivisme dalam pendidikan di Indonesia. *Jurnal Dimensi Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(1), 17–24.
- Khaira, N. A. (2018). Penerapan teknik self instruction untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa. *Jurnal Pencerahan*, 4(1), 13–30.
- Khusumawati, Z. E., & Christiana, E. (2018). Penerapan kombinasi antara teknik relaksasi dan self-instruction untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas XI IPA 2 SMAN 22 Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 5(1), 8.
- Kurnia, D. (2021). Dinamika gejala kejenuhan belajar siswa pada proses belajar online: Faktor-faktor yang melatarbelakangi dan implikasinya pada layanan bimbingan keluarga. *Teaching : Jurnal Inovasi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.51878/teaching.v1i1.70>
- Madum, M. (2021). Faktor penyebab kejenuhan belajar Al-Qur'an Hadis pada peserta didik kelas XII di MA An-Nawawi 03 Kebumen. *Ilmu Al-Quran Dan Tafsir*, 4(September), 186–198.
- Magrur, R. Y., Siregar, N. R., & Silondae, D. P. (2020). Pengaruh layanan konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa. *Jurnal Ilmiah Bening: Belajar Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 117–124. <https://doi.org/10.36709/bening.v4i1.10496>
- Mailita, Basyir, M., & Dahliana. (2016). Upaya guru bimbingan konseling dalam menangani kejenuhan belajar siswa di SMP Negeri Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 1(November), 14–26.
- Muna, N. R. (2016). Efektivitas teknik self regulation learning dalam mereduksi tingkat kejenuhan belajar siswa di SMA Insan Cendekia Sekarkemuning Cirebon. *14(02)*, 57–78.
- Pasehah, A. M., & Firmansyah, D. (2020). Analisis kemampuan representasi matematis siswa pada materi penyajian data. *Prosiding Seminar Nasional Matematika Dan Pendidikan Matematika*, 1094–1108.
- Rahmayanti, V. (2016). Pengaruh minat belajar siswa dan persepsi atas upaya guru dalam memotivasi belajar siswa terhadap prestasi belajar Bahasa Indonesia siswa SMP di Depok. *SAP (Susunan Artikel Pendidikan)*, 1(2), 206–216. <https://doi.org/10.30998/sap.v1i2.1027>
- Syah, M. (2003). *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Tanjung, W. U., & Namora, D. (2022). Kreativitas guru dalam mengelola kelas untuk mengatasi kejenuhan belajar siswa di Madrasah Aliyah Negeri. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Al-Thariqah*, 7(1), 199–217. [https://doi.org/10.25299/al-thariqah.2022.vol7\(1\).9796](https://doi.org/10.25299/al-thariqah.2022.vol7(1).9796)

- Wiratna Sujarweni, V. (2014). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Wangge, M. Y., Santoso, A. P., Kartika, V., & Febriani, U. F. (2021). Strategi guru dalam mengatasi kejenuhan belajar daring pada siswa SMAN 4 Semarang selama masa pandemi. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 2(2), 135–141. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v2i2.109>
- Yusuf, M. (2016). Pengaruh slow learner dan kejenuhan belajar terhadap kesulitan belajar fisika siswa MTs. Madani Alauddin Paopao Kabupaten Gowa. *Jurnal Inspiratif Pendidikan*, 5(2), 332–341. <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/PendidikanFisika/article/view/1093>