

Strategi Guru dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ)

Siti Virni Saniyah*, Rusdi Kasman

Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Universitas Ibn Khaldun, Indonesia

* sitivirni1422@gmail.com

Abstract

The purpose of this study was to determine the strategies used by educators or teachers in overcoming student boredom during distance learning (PJJ) or online. Respondents from this study were 15 teachers from various schools, both elementary school (SD), junior high school (junior high school) and vocational high school (SMK). The method used by the researcher is qualitative, using observation, interviews and documentation. The subject of the research is education staff or teachers, the object of the research is the teacher's strategy to overcome the boredom of student learning. The results of the study show that, in distance learning, there are many obstacles that are found by teachers and students such as signals or networks, quotas and even gadgets, with all the limitations the teacher is still obliged to carry out a quality learning process. With that, the teacher applies various learning models that vary, of course, seeing how the readiness and condition of the students are. In online learning, teachers need to work together with parents so that learning continues to run effectively.

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui strategi yang di gunakan pendidik atau guru dalam mengatasi kejenuhan belajar siswa pada saat pembelajaran jarak jauh (PJJ) atau Online. Responden dari penelitian ini adalah 15 guru dari berbagai sekolah, baik sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP) maupun sekolah menengah kejuruan (SMK). Metode yang digunakan peneliti yaitu kualitatif, dengan menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Subjek penelitiannya adalah, tenaga kependidikan atau guru, objek penelitiannya yaitu strategi guru untuk mengatasi kejenuhan belajar peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, dalam pembelajaran jarak jauh ini banyak sekali hambatan yang di temukan oleh guru maupun siswa seperti sinyal atau jaringan, kuota bahkan gadget, dengan segala keterbatasan guru tetaplah berkewajiban melaksanakan proses pembelajaran yang bermutu. Dengan itu, guru menerapkan berbagai model pembelajaran yang bervariasi tentunya melihat bagaimana kesiapan dan kondisi para siswa. Dalam pembelajaran Online, guru perlu bekerja sama dengan orang tua agar pembelajaran terus berjalan dengan efektif.

Article Information:

Received February 2, 2022

Revised February 27, 2022

Accepted March 1, 2022

Keywords: Sosiometry; Guidance and Counseling

Kata Kunci: Sosiometri; Bimbingan dan Konseling

How to cite: Saniyah, S. V., & Kasman, R. (2021). Strategi Guru dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). *Prophetic Guidance and Counseling Journal*, 2(2), 47–54. doi: 10.32832/PRO-GCJ.V2I2.6877

E-ISSN: 2614-1566

Published by: LPPM Universitas Ibn Khaldun Bogor & Program Studi BKPI UIKA

Pendahuluan

Sosiometri pertama kali di populerkan oleh Jacob Levy Moreno. Beliau adalah seorang psikiatri yang berasal dari Austria yang bermigrasi ke Amerika. Moreno menggunakan metode sosiometri sebagai alat untuk menganalisis “*interpersonal-relation*” yang dilakukan dalam suatu kelompok sosial atau masyarakat tertentu. Lebih lanjut menurut Eko Susanto (2012), sosiometri termasuk pada salah satu instrumentasi nontes yang dapat dimanfaatkan oleh guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam menganalisis pola hubungan sosial peserta didik pada suatu kelompok atau dalam kelas tertentu. Implementasi sosiometri penting dilakukan guna mengetahui kondisi kelas sehingga mendukung pada pengembangan kehidupan secara efektif.

Setiap individu memiliki hak untuk mendapatkan pendidikan sebagai tempat untuk mengembangkan potensi diri. Jika potensi yang dimiliki oleh individu dikembangkan dengan baik, maka besar harapan individu dapat meraih cita-cita yang ingin dicapai. Menurut Undang-undang Nomor 20 tahun 2003 tentang SISDIKNAS, menjelaskan bahwa pendidikan adalah suatu usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran yang kondusif agar peserta didik dapat secara aktif mengembangkan potensi dirinya sehingga meraih kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang ditemukan dalam dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara. Lebih lanjut Akhmad Sudrajat (2010), mengemukakan 3 pokok pikiran utamanya dalam definisi sebagai berikut: (1) Usaha sadar dan terencana. Jadi, pendidikan adalah proses yang di rencanakan dengan sengaja baik dalam tataran nasional, regional/provinsi dan kabupaten kota, institusional/sekolah maupun operasional. (2) Suasana belajar. Suasana belajar adalah, faktor penentu keberhasilan mencapai sasaran belajar. Seorang guru idealnya kreatif mendesain lingkungan belajar agar tercipta suasana yang menyenangkan. (3) Aktif mengembangkan potensi. Potensi untuk memiliki kekuatan yang berdimensi ketuhanan, pribadi dan sosial.

Pendidikan tidak akan lengkap tanpa hadirnya seorang pendidik yang profesional. Sebagaimana dalam Undang-undang Republik Indonesia No. 14 tahun 2005 bab 1 pasal 1 bahwa; guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, menilai, melatih, dan mengembangkan peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar dan pendidikan menengah. Dengan demikian sistem pendidikan akan terimplementasikan dengan baik jika semua komponen dalam pendidikan saling memberikan dukungan dan kerja sama baik untuk mencapai tujuan bersama.

Perkembangan pendidikan di Indonesia sangat dipengaruhi oleh situasi dan kondisi lingkungan yang memadai. Namun sebagaimana yang diketahui bahwa kondisi lingkungan di Indonesia sendiri saat ini belum menunjukkan status baik. Terhitung sejak 2 Maret 2020, untuk pertama kalinya pemerintah mengumumkan 2 kasus pasien positif covid-19 di Indonesia. Virus yang melanda seluruh Negara ini menyebabkan kepanikan yang luar biasa pada masyarakat, hal inilah yang membuat masyarakat melakukan kebiasaan baru. Pemerintah mengambil kebijakan guna untuk memutuskan rantai penularan virus, salah satunya yaitu penerapan kebijakan sosial *distancing*. Di mana masyarakat harus menjalankan seluruh aktivitasnya di rumah, termasuk ibadah maupun belajar. Dalam kebijakan ini, guru, siswa maupun orang tua atau pihak lainnya belum siap untuk melaksanakan pembelajaran jarak jauh (PJJ) atau dalam jaringan (Daring).

Masa pandemi covid-19 memberikan gambaran untuk dunia pendidikan dimasa depan dengan bantuan teknologi. Tetapi perkembangan teknologi pun tetap tidak dapat

menggantikan sepenuhnya terhadap peran pendidik dalam interaksi belajar antar peserta didik dengan pendidik. Peran guru menjadi lebih berat, karena guru berkewajiban melaksanakan proses pembelajaran yang bermutu di tengah segala keterbatasan kondisi yang mempengaruhi pembelajaran sehingga tidak maksimal. Selain guru, siswa juga para orang tua memiliki hambatannya sendiri. Untuk melakukan pembelajaran jarak jauh, banyak sekali siswa yang terhambat oleh jaringan, kuota, kapasitas gadget yang minim bahkan tidak sedikit siswa yang belum memiliki gadget sendiri. Orang tua kewalahan dalam memahami perkembangan teknologi saat ini, ada juga orang tua yang mengeluh akan ekonomi untuk pembelajaran dalam jaringan.

Berdasarkan sebuah hasil survei yang dilakukan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, menyatakan bahwa diperoleh hasil sebesar 58% anak menyatakan proses pembelajaran yang dilakukan dari rumah (daring) tidak menyenangkan. Dampak terparah dari kasus kejenuhan belajar mulai dari stres berat hingga berpotensi ke arah perilaku bunuh diri. Sebagaimana dilansir dari *mediaindonesia.com* terdapat sebuah kasus bunuh diri yang dilakukan oleh siswi dengan inisial MI kelas 2 pada salah satu SMA di Gowa, Sulawesi Selatan melakukan aksi bunuh diri dengan cara menenggak racun rumput dirumahnya. Identifikasi sementara kasus tersebut dipicu oleh kondisi depresi berat yang dialami MI karena banyaknya tugas sekolah yang harus dia kerjakan selama masa pembelajaran daring atau pembelajaran jarak jauh (Nelliani, 2020)

Satu masalah besar yang tidak dapat dipungkiri oleh seorang pelajar, baik sekolah tatap muka maupun dalam jaringan yaitu, kejenuhan belajar. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Kejenuhan merupakan kejemuhan atau kepadatan. Secara Harfiah, (Syah, M., 2013 180) arti kejenuhan sendiri memiliki arti padat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apa pun, juga berarti jemu atau bosan (Fay, 1967). Berikut merupakan kejenuhan menurut para ahli:

Abu Abdirrahman Al-Qawiy (2004: 1) menjelaskan beberapa hal tentang kejenuhan, yaitu: merupakan sebuah tekanan yang mendalam dan sudah sampai titik tertentu dan siapa pun yang pada kondisi kejenuhan, ia akan berusaha sekuat tenaga melepaskan diri dari tekanan itu. (Ambarwati, 2020). Lebih lanjut, Hakim T (2010:62) menjelaskan bahwa kejenuhan merupakan suatu kondisi mental individu yang mengalami rasa bosan dan lelah dengan intensitas yang tinggi sehingga mengakibatkan timbulnya rasa enggan, lesu, kurang semangat, atau kurang bergairah dalam melakukan aktivitas belajar.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa aspek kejenuhan belajar dapat berupa kelelahan fisik yang dialami siswa pada saat belajar, kelelahan emosi, kognitif dan menurunnya motivasi belajar siswa tanpa siswa sadari. Sehingga kejenuhan belajar jika tidak ditangani dengan baik, dapat memberikan dampak lebih besar di luar perkiraan. Oleh karena itu dalam hal mengatasi kejenuhan belajar perlu adanya strategi khusus dari guru untuk memberikan relaksasi mengatasi kejenuhan belajar siswa.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang di gunakan yaitu, kualitatif. Berdasarkan modul rancangan penelitian (2019) yang diterbitkan Ristekdikti, kualitatif dapat dipahami sebagai prosedur riset yang memanfaatkan data deskriptif berupa kata-kata tulisan atau lisan dari orang-orang yang dapat di amati. Subjek penelitiannya adalah, tenaga kependidikan atau guru, objek penelitiannya yaitu strategi yang digunakan guru untuk mengatasi kejenuhan belajar peserta didik. Teknik pengumpulan data yang digunakan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik

analisis data yang digunakan yaitu, pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.

Hasil dan Pembahasan

A. Temuan penelitian

Kata strategi dalam dunia pendidikan dimaknai sebagai perencanaan yang berisi tentang rangkaian kegiatan yang disiapkan untuk mencapai tujuan pendidikan (Ii & Pustaka, 2001). Pelaksanaan pembelajaran jarak jauh (PJJ) juga membutuhkan strategi pendidikan yang tepat agar tujuan dan aspek pembelajaran tetap dapat tercapai dengan baik dan efektif. Banyak metode yang dapat dilakukan oleh para guru untuk berlangsungnya pembelajaran tersebut. Tentunya, metode yang di gunakan harus sesuai dengan situasi, kondisi dan juga kesiapannya peserta didik.

Guru dapat melakukan model pembelajaran yang bervariasi, melakukan pendekatan kepada peserta didik, juga melakukan evaluasi pada tiap akhir pelajaran. Dengan begitu guru dapat mengukur aspek psikologis dan kondisi siswa juga menguji kemampuan dan capaian pembelajaran siswa. Tentunya guru juga harus bisa membuat siswa menyukai pembelajaran, hal itu dapat dilakukan dari:

1. Guru menjadi sosok yang menyenangkan, yaitu memiliki kemampuan memahami berbagai karakter yang ada pada siswanya, dan mengelola kelas dengan kreatif dan dinamis
2. Guru menjadi sosok yang baik, yaitu baik dalam berpenampilan, sikap, perbuatan, dll. Menjadi teladan bagi siswa-siswanya
3. Guru menjadi seorang motivator, yaitu menularkan energi positif, tidak hanya sekedar memberi tugas atau menasihatinya tetapi juga memberi contoh
4. Guru menjadi sosok yang luar biasa, yaitu Mampu menghadirkan cinta pada profesi dan juga peserta didik

Pentingnya strategi yang digunakan oleh guru dalam mengatasi kejenuhan, peneliti menyimpulkan beberapa poin dari hasil wawancara, di antaranya adalah:

1. Pembelajaran jarak jauh dilakukan sejak pandemi virus corona

Hampir 2 tahun virus ini melanda negeri, terhitung sejak pertama kali diumumkannya pasien positif covid-19. Begitu pun lamanya peserta didik juga para tenaga kependidikan melakukan belajar mengajar secara Online.

2. Siswa jauh lebih aktif jika pembelajaran dilakukan melalui tatap muka

Awal dilakukannya pembelajaran jarak jauh (PJJ), para siswa kerap bersemangat untuk mengikuti kegiatan pembelajarannya maupun mengerjakan tugas yang diberikan oleh para guru, namun lambat laun beriringan dengan lamanya PJJ ini, semua siswa merasakan kejenuhan. Karna yang siswa harapkan adalah kehadiran seorang guru yang membantunya memberi pemahaman terhadap pembelajaran.

3. Banyak kendala yang di temukan para siswa, membuat mereka kurang aktif

Dalam satu kelas, keadaan yang di hadapi para siswa sangat beragam. Mulai dari minimnya kuota, sinyal atau jaringan, kapasitas Hp yang kurang besar, bahkan ada beberapa siswa yang tidak memiliki gadget

4. Bagi siswa yang tidak mengikuti kelas Online, guru akan menindaklanjutinya

Tindakan yang diberikan guru seperti, memberi tugas tambahan, mencoba menghubungi siswa tersebut, guru berkomunikasi dengan orang tua atau *home visit*. Jika tindakan tersebut tidak kunjung membuahkan hasil, maka guru memanggil siswa ke sekolah untuk belajar secara Offline.

5. Siswa yang kehilangan konsentrasi saat pembelajaran

Banyak alasan yang membuat para siswa kehilangan konsentrasi saat belajar. Entah karna banyaknya notifikasi yang masuk pada layar Hp atau PC, atau karna tidak teraturnya pola makan dan istirahat siswa, bahkan karna suasana belajar daring yang tidak nyaman. Guru memanfaatkan berbagai media pembelajaran agar siswa tidak mudah merasa jenuh Sebagai seorang guru, guru memiliki kewajiban memfasilitasi kegiatan belajar mengajar juga berkewajiban membantu peserta didik agar tetap menjalankan pembelajaran dengan mengurangi rasa jenuh atau bosannya. Data penelitian menunjukkan bahwa, para guru menggunakan berbagai media seperti *Whatsapp*, *Google Meet*, *Zoom*, *Google Class Room*, *Google Form* atau media lainnya yang sudah ada di internet dengan gratis atau sumber-sumber Kemendikbud seperti TV edukasi Kemendikbud, suara edukasi Kemendikbud, radio edukasi Kemendikbud dll.

B. Kelebihan dan kekurangan saat pembelajaran jarak jauh (PJJ)

Waktu yang di gunakan untuk melakukan pembelajaran jarak jauh (PJJ) lebih fleksibel, membuat guru menggali lebih dalam lagi terkait IT , dengan begitu membuka wawasan pada siswa terhadap penggunaan pembelajaran berbasis IT yang tentunya lebih menarik, orang tua juga dapat meluangkan waktunya lebih banyak untuk anak-anaknya.

Selain memiliki kelebihan, tentunya juga ada kelemahannya pada sesi pembelajaran Online ini, yaitu: 1) Para guru kesulitan mengatur waktu siswa untuk disiplin dalam belajar daring, 2) Tidak dapat menilai langsung proses belajar siswa, 3) Terkadang sinyal dan kuota dijadikan alasan para murid untuk tidak melakukan pembelajaran secara Online, 4) Materi tidak dapat di tangkap secara maksimal, 5) Para siswa sering menyepelkan waktu belajar, 6) Untuk mengerjakan tugas siswa tidak banyak berpikir, mereka dengan mudahnya membuka Google dan melakukan *copy paste*, 7) Menurunkan semangat belajar mengajar

Menurut Sayyid Muhammad Nuh (2003: 15), Jenuh atau futur ialah suatu penyakit hati (rohani) yang efek minimalnya timbulnya rasa malas, lamban dan sikap santai dalam melakukan sesuatu yang sebelumnya pernah dilakukan dengan penuh semangat, efek maksimalnya terputus sama sekali dari kegiatan tersebut.

Berdasarkan pendapat di atas, kejenuhan adalah tekanan peserta didik yang di dapatkan dalam rentan waktu belajar, hal ini menimbulkan rasa bosan, lelah, malas, dan lamban sehingga tidak menghasilkan apa-apa. Al-Qowiy. A (2004: 79) menjelaskan faktor penyebab timbulnya kejenuhan belajar yaitu;

1. Kesibukan yang monoton, artinya bahwa seseorang melakukan aktivitas yang sama dan dilakukan sehari hari serta dalam kurun waktu yang cukup lama
2. Prestasi *mandeg*, artinya bahwa seseorang mengalami penurunan motivasi sehingga prestasi cenderung menurun
3. Lemah minat, artinya bahwa individu kurang bersungguh-sungguh menekuni bidang yang sedang dikaji
4. Penolakan hati nurani, artinya bahwa terdapat unsur keterpaksaan dalam menjalankan sesuatu

5. Kegagalan beruntun, artinya bahwa seseorang mengalami kegagalan yang berturut-turut hingga belum menemukan keberhasilan
6. Penghargaan nihil, artinya bahwa tidak apresiasi yang diberikan oleh orang lain kepada dirinya saat meraih sebuah prestasi
7. Ketegangan panjang, artinya bahwa seseorang berada pada kondisi tidak nyaman
8. Perlakuan buruk, artinya bahwa seseorang mendapatkan perlakuan yang tidak semestinya ia dapatkan dan cenderung menyakitinya.

Beberapa poin di atas senada dengan pendapat Chaplin (dalam Syah, M 2013:181) bahwa kejenuhan dapat dialami oleh siapa pun ketika mereka merasa kehilangan motivasi dan kehilangan konsolidasi pada salah satu tingkat keterampilan tertentu sebelum individu tersebut sampai pada tingkat keterampilan berikutnya. (Vitasari, 2013). Masih berkaitan dengan kejenuhan belajar, Hakim T (2010:63) berpendapat bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kejenuhan belajar yaitu: 1) Cara atau metode yang tidak bervariasi, 2) Belajar hanya di tempat tertentu, 3) Suasana belajar yang tidak berubah-ubah, 4) Kurang aktivitas rekreasi atau hiburan, dan 5) Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut pada saat belajar. Lebih dari itu, menurut Al-Qawiy, A(2004:39) dampak buruk kejenuhan belajar adalah sebagai pemicu kezaliman dan menimbulkan frustrasi.

Kejenuhan belajar memberi dampak buruk pada kondisi psikologis peserta didik, hal ini akan berpengaruh pada kualitas diri individu, pencapaian prestasi dan juga masa depannya. Penelitian ini bertujuan mengetahui strategi yang digunakan para guru dalam mengatasi kejenuhan belajar siswa selama pembelajaran jarak jauh (PJJ) atau daring (Dalam jaringan). Harapannya, penelitian ini dapat menjadi bahan bacaan untuk para guru agar mengetahui bagaimana strategi yang tepat untuk digunakan dan diterapkan pada peserta didik agar mengurangi rasa jenuhnya dalam belajar. Strategi ini dapat digunakan oleh guru mata pelajaran apa pun atau wali kelas sekalipun.

Kesimpulan

Melalui penelitian ini diketahui bahwa, keaktifan siswa saat belajar Online sangat berkurang di bandingkan saat pembelajaran tatap muka, sehingga menimbulkan kejenuhan. Rasa jenuh yang di alami siswa tidak dapat di hindari oleh setiap guru, hal ini perlu mendapat perhatian dan kerja sama dari berbagai pihak seperti guru dengan orang tua maupun dengan siswa itu sendiri. Berdasarkan analisis di atas, strategi pembelajaran yang digunakan oleh guru saat pembelajaran jarak jauh (PJJ) adalah dengan memanfaatkan berbagai media berbasis TI yang dapat digunakan secara gratis. Selain itu, Kemendikbud juga sudah menyediakan berbagai layanan yang dapat digunakana oleh para siswa selama pembelajaran jarak jauh (PJJ) masa covid-19 ini. Selain menggunakan metode yang bervariasi, guru juga melakukan pendekatan terhadap siswa, harapannya dapat mengukur aspek psikologis maupun kondisi emosional siswa. Saran dari peneliti dalam pembelajaran jarak jauh ini, guru melakukan evaluasi setiap di akhir pembelajaran. Guna menguji kemampuan dan capaian siswa. Hasil evaluasi tersebut dapat di laporkan kepada orang tua. Untuk siswa yang tertinggal, guru dapat memberikan remedial atau tugas tambahan.

Daftar Pustaka

- Al-Qawi, A. A. (2004). *Mengatasi Kejenuban*, Jakarta: Khalifa, cet.I.
- Agustina, P., & Bahri, S. B., & Bakar, A.(2019). *Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Kejenuban Belajar Pada Siswa Dan Usaha Guru BK Untuk Mengatasinya*, 96-102.
- Agustin, M. (2008). *Model Konseling Kognitif Prilaku untuk menangani Kejenuban Belajar*, Disertasi Doktor pada pPs UPI Bandung, tidak di terbitkan
- Ambarwati, N. A. (2020). Kejenuban Belajar dan Cara Mengatasinya Agar Tidur Nyenyak. *Jurnal Psikologi Pendidikan Islam*, 6(1), 9–16.
- Fay, D. L. (1967). *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Ii, B. A. B., & Pustaka, K. (2001). *Berasal Dari Kata Kerja “*: 13–31. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan konseling*, 4 (1), 96-102
- Kadir, S., Astaman & Masdul, M, R. (2018). *Upaya Mengatasi Kejenuban Belajar*,
- Muhaimin, (2012). *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers
- Syah, M. (2005). *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, Bandung: Remaja Rosdakarya
- Nelliani. (2020). *Pandemi dan Kejenuban Belajar Daring*. <https://www.ajnn.net/news/pandemi-dan-kejenuban-belajar-daring/index.html>. Diakses Pada 30 September 2021.
- Terjadinya Kejenuban Belajar pada Siswa dan Usaha Guru Bk untuk Mengatasi*. Palu: FAI Unismuh Pres
- Vitasari, I. (2013). Kejenuban (Burnout) Belajar Ditinjau Dari Tingkat Kesepian Dan Kontrol Diri Pada Siswa Kelas XI Sma Negeri 9 Yogyakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.