

MENGATASI KEJENUHAN BELAJAR (*BURN OUT*) PESERTA DIDIK MELALUI STRATEGI PEMBELAJARAN GURU DI MI RAUDLATUT THOLABAH KRANDING MOJO KEDIRI

Isma Husna Laili Mutafaridho

Pascasarjana UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

ismahusnalailimutafaridho@gmail.com

Agus Purwowidodo

UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

widodopurwo74@gmail.com

Abstrak

Kejenuhan belajar merupakan salah satu bentuk kesulitan belajar yang tidak selalu mudah diatasi dan penyebabnya tidak dapat diketahui dengan jelas. Gejala umum yang muncul antara lain keengganan menyelesaikan kegiatan belajar, perasaan malas, lesu, dan kurang semangat. Faktanya, mereka yang terkena dampak masih memiliki keinginan untuk belajar. Kejenuhan belajar biasanya timbul akibat proses pembelajaran yang monoton (tidak berubah) dan berlangsung terus menerus dalam jangka waktu yang lama. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis dan menemukan strategi pembelajaran guru dalam mengasi kejenuhan belajar (Burn Out) peserta didik di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri. Peneliti dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara mendalam, observasi partisipan, dan dokumentasi. Hasil penelitian dalam penelitian ini adalah (1) Melakukan pendekatan atau interaksi antara guru dengan peserta didik, yaitu guru memegang peranan penting dalam memahami karakteristik peserta didik melalui pendekatan atau interaksi yang berbeda-beda agar tidak terjadi kejenuhan dalam proses pembelajaran. (2) Menerapkan metode pembelajaran yang bervariasi, yaitu guru kelas MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri selain menggunakan metode ceramah juga menggunakan metode lain seperti diskusi, tanya jawab, Picture And Picture, Ice Breaking, dan lain sebagainya agar peserta didik tidak bosan dengan materi pelajaran yang diajarkan. (3) Melakukan evaluasi pada tiap akhir pembelajaran, hal tersebut dilakukan di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta didik dalam proses pembelajaran dan mengetahui langkah selanjutnya yang harus diambil, dengan demikian proses pembelajaran terus ditingkatkan untuk mencapai hasil belajar yang optimal.

Kata kunci: Kejenuhan Belajar, Burn Out, Strategi Pembelajaran

Abstract

Learning boredom is a form of learning difficulty that is not always easy to overcome and the cause cannot be clearly identified. Common symptoms that appear include reluctance to complete learning activities, feelings of laziness, lethargy, and lack of enthusiasm. In fact, those affected still have the desire to learn. Learning boredom usually arises due to a learning process that is monotonous (does not change) and continues over a long period of time. The aim of this research is to analyze and find teachers' learning strategies to overcome learning boredom (Burn Out) of students at MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri. Researchers in this study used a qualitative approach. The data collection techniques used in this research are in-depth interviews, participant observation, and documentation. The research results in this study are (1) Taking approaches or interactions between teachers and students, namely teachers play an important role in understanding the characteristics of students through different approaches or interactions so that boredom does not occur in the learning process. (2) Applying varied learning methods, namely the MI

Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri class teacher, apart from using the lecture method, also uses other methods such as discussion, question and answer, Picture And Picture, Ice Breaking, and so on so that students do not get bored with the lesson material. taught. (3) Carrying out evaluations at the end of each lesson, this is done at MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri with the aim of knowing the level of students' understanding in the learning process and knowing the next steps that must be taken, in this way the learning process continues to be improved to achieve good learning outcomes. optimal.

Keywords: Learning Saturation, Burn Out, Learning Strategies

PENDAHULUAN

Dunia Pendidikan khususnya lembaga Pendidikan Islam seperti madrasah semakin menghadapi berbagai tantangan dan peluang. Seperti di masa sekarang ini, banyak orang yang dihadapkan pada tantangan untuk mempunyai pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman yang unggul agar dapat bersaing dan memanfaatkan beragam peluang yang tersedia. Umat manusia saat ini dihadapkan pada tantangan untuk bersikap kreatif, inovatif, dinamis, terbuka dan demokratis, memiliki etos kerja yang tinggi serta memiliki kehandalan spiritual sebagai upaya untuk menghindari berbagai dampak negatif.¹ Sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Tahun 2003, “Tujuan pendidikan nasional adalah membentuk manusia yang sehat, bertanggung jawab, beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, dan mengembangkan potensi peserta didik.”

Guru merupakan sebuah profesi yang bertugas mendidik siswanya. Guru disebut juga pendidik dan pelatih, namun kita harus mengerti bahwa tidak semua pendidik adalah guru, karena mengajar pada hakikatnya adalah suatu profesi yang memerlukan persyaratan keterampilan teknis dan sikap pribadi tertentu, yang kesemuanya itu dapat diperoleh melalui proses belajar mengajar dan pelatihan. Guru juga merupakan salah satu unsur kunci keberhasilan pada proses pembelajaran. Guru bertanggung jawab merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, mengevaluasi, melakukan kajian penelitian, dan mengawali komunikasi dengan masyarakat.

Guru seringkali berperan sebagai garda depan dan posisi sentral dalam pelaksanaan proses pembelajaran. Hal ini guru akan menjadi bahan perdebatan banyak orang, namun tentunya itu tidak lain adalah sifat-sifat atau kualitas yang dimiliki oleh seorang guru. Kualitas seorang guru ditandai dengan tingginya tingkat kecerdasan, keterampilan, dedikasi dan loyalitas, serta promosi pendidikan dan pelatihan peserta didik.

Strategi pembelajaran hendaknya dikuasai oleh semua guru. Proses pembelajaran hendaknya diatur dan direncanakan agar tujuan pembelajaran dapat dengan mudah tercapai. Hal ini tidak hanya memudahkan guru dalam mengajarkan materi pembelajaran kepada peserta didik,

¹ Abudin Nata, *Manajemen Pendidikan: Mengatasi Kelemahan Pendidikan Islam Di Indonesia* (Jakarta: Kencana Prenada Media, 2010).

namun juga memudahkan peserta didik itu sendiri dalam strategi pembelajaran.² Di sisi lain, ketika memilih strategi perlu untuk memilih strategi yang tepat. Pengajaran yang diberikan kepada peserta didik juga tidak bersifat paksaan. Sebaliknya, pendidik perlu berinteraksi satu sama lain. Oleh karena itu, tugas pendidik adalah mempertimbangkan dan memilih strategi yang sesuai dengan tujuan pembelajaran dan karakteristik peserta didik.

Pemahaman peserta didik terhadap isi materi pelajaran merupakan hasil belajar kognitif yang merupakan salah satu tujuan pembelajaran yang tercapai. Hasil belajar adalah hasil yang dicapai siswa dalam kegiatan belajar sesuai standar acuan tujuan pembelajaran yang ditentukan. Indikator hasil belajar yang baik adalah peserta didik mampu memahami materi yang diajarkan oleh gurunya. Tetapi seringkali dijumpai hambatan-hambatan dan permasalahan dalam proses belajar mengajar. Permasalahan yang sering dijumpai salah satunya adalah masalah kejenuhan belajar yang dialami para peserta didik pada saat proses pembelajaran berlangsung.

Kejenuhan belajar merupakan salah satu bentuk kesulitan belajar yang tidak selalu mudah diatasi dan penyebabnya tidak dapat diketahui secara jelas. Gejala yang umum terjadi antara lain yaitu rasa enggan menyelesaikan kegiatan belajar, rasa malas, lesu, dan kurang semangat.³ Faktanya, mereka yang terkena dampak masih memiliki keinginan untuk belajar. Kejenuhan belajar biasanya diakibatkan oleh proses pembelajaran yang monoton (tidak berubah atau tidak bervariasi) dan berlangsung dalam waktu yang lama.

Kejenuhan belajar juga dapat mempengaruhi peserta didik, sehingga mereka kehilangan motivasi dan terpaku pada tingkat keterampilan tertentu sebelum melanjutkan ke tingkat keterampilan berikutnya. Peserta didik yang mengalami kejenuhan saat belajar merasa tidak mengalami kemajuan dalam pengetahuan dan keterampilan yang diperolehnya selama belajar. Ketika peserta didik jenuh, kemajuan belajarnya menjadi stagnan karena sistem intelektualnya tidak mampu berfungsi sebagaimana mestinya dalam mengolah informasi dan pengalaman baru. Oleh karena itu, motivasi diperlukan agar tidak menyia-nyiakan ilmu yang diperoleh dari hasil belajar.⁴

Pada penelitian tahun 2011 yang dilakukan oleh Sugara mengenai *Learning Burnout* pada siswa SMA Angkasa Bandung, intensitas *Learning Burnout* pada siswa kategori tinggi sebesar 15,32%, siswa kategori sedang sebesar 72,97%, dan siswa dalam kategori rendah sebesar 11,71%. Area kejenuhan belajar yang ditemukan pada penelitian ini adalah 48,10% pada area kelelahan emosional, sedangkan 19,19% pada area depersonalisasi, dan 32,71% pada area penurunan

² Maulana Akbar Sanjani, "Pentingnya Strategi Pembelajaran Yang Tepat Bagi Siswa," *Jurnal Seruni Administrasi Pendidikan* 10 (October 2021).

³ Thursan Hakim, *Belajar Secara Efektif* (Jakarta: Niaga Swadaya, 2005).

⁴ Siti, Aminuriyah et al., "Upaya Guru Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa Full Day School Di SDIT Nur Hidayah Surakarta," *Jurnal Humaniora* 9 (2022).

kepercayaan diri akademik.⁵ Penelitian mengenai kejenuhan belajar juga dilakukan oleh Firmansyah pada tahun 2012 pada siswa kelas 8 SMPN 1 Lembang dan ditemukan bahwa 14,6% siswa kategori tinggi, 72,9% siswa kategori sedang, dan 12,5% siswa kategori rendah mengalami kejenuhan belajar. Penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh siswa di sekolah mengalami kejenuhan saat belajar, dan banyak siswa di sekolah yang mengalami kelelahan belajar.

Dari penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa siswa mengalami kejenuhan sedang saat belajar. Hal ini menunjukkan bahwa siswa cenderung merasa bosan dalam proses pembelajaran karena tingkat kelelahan belajar sedang dan persentasenya cukup tinggi serta rentang kelelahan berada pada rentang kelelahan mental. Jika kejenuhan belajar siswa terus menerus masuk dalam kategori tersebut, maka siswa akan cenderung untuk meninggalkan tugas-tugas mereka dan tidak fokus dalam belajar.

Permasalahan yang ditemukan peneliti ketika awal observasi yaitu kejenuhan belajar yang dialami peserta didik pada saat proses pembelajaran berlangsung. Hal ini dilihat dari keadaan peserta didik kurang memperhatikan penjelasan materi yang diberikan oleh guru pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung. Hal ini terjadi karena masih memakai metode lama dalam proses pembelajaran yang masih tertuju pada pendidik, akhirnya situasi kelas saat proses belajar mengajar cenderung pasif, rendahnya keaktifan peserta didik dalam proses pembelajaran, dan selama proses pembelajaran ditemukan beberapa peserta didik meminta izin kepada guru untuk pergi ke kamar mandi dengan alasan buang air atau membasuh wajah. Hal ini disebabkan karena peserta didik merasa bosan saat berlangsungnya pembelajaran dan berbicara dengan teman sebangkunya saat guru menjelaskan materi sehingga membuat peserta didik tidak fokus dalam belajar.

Dari kenyataan yang terdapat di lapangan bahwa peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar membutuhkan perhatian yang lebih dalam proses pembelajaran, sehingga setiap satuan pendidikan terutama sebagai guru wajib mengetahui kelebihan dan kekurangan peserta didik dalam kegiatan belajar mengajar, selain itu guru juga harus memiliki strategi yang baik dan cocok untuk anak didiknya. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan minat belajar dan meningkatkan pemahaman peserta didik terhadap setiap materi yang diajarkan oleh guru, agar dapat meningkatkan hasil pembelajaran yang diharapkan secara signifikan. Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan tersebut, mendorong peneliti untuk menganalisis lebih mendalam tentang strategi pembelajaran guru yang tepat terhadap anak yang memiliki masalah atau hambatan belajar khususnya kejenuhan belajar (*Burn Out*) dalam artikel ini dengan judul “Strategi Pembelajaran Guru dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar (*Burn Out*) Peserta Didik di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri”

⁵ Sugara, *Efektivitas Teknik Self-Instruction Dalam Menangani Kejenuhan Belajar Siswa* (Bandung: PBB-FIP UPI, 2011).

METODE PENELITIAN

Peneliti dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *kualitatif*. Pendekatan ini dipilih karena cocok untuk menyelesaikan permasalahan yang diajukan. Penelitian *kualitatif* adalah penelitian yang menggunakan wawancara terbuka untuk menggali dan memahami sikap, pandangan, perasaan dan perilaku individu atau kelompok orang.⁶ Penelitian *kualitatif* ini juga merupakan suatu metode penelitian yang mempelajari keadaan benda-benda alam, dan hanya manusia sebagai instrumennya yang dapat memahami hubungan antar realitas dalam bidang tersebut.

Jenis penelitian yang digunakan disini adalah penelitian lapangan dengan pandangan fenomenologi, yaitu mengumpulkan data sebanyak-banyaknya mengenai strategi yang digunakan oleh guru untuk mengatasi kejenuhan belajar (*Burn Out*) peserta didik. Penelitian ini dilaksanakan di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri, dimana di lembaga tersebut terdapat guru dan strategi pembelajaran khusus mengatasi peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar (*Burnout*). Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara mendalam, observasi partisipan, dan dokumentasi. Adapun teknik analisis data menggunakan analisis data Model Miles, Huberman dan Saldana, yang terdiri dari kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.⁷

Adapun uji keabsahan data menggunakan teknik triangulasi data, diantaranya triangulasi sumber (waka kurikulum, guru kelas, dan guru mapel selaku informan dalam penelitian ini), triangulasi waktu (dilakukan beberapa kali di waktu yang berbeda), dan triangulasi metode (observasi, wawancara, dokumentasi). Peneliti juga menggunakan beberapa bahan referensi sebagai alat pendukung untuk membuktikan data yang telah ditemukan oleh peneliti, dan peneliti juga melakukan uji *Dependability* (keterikatan) kepada dosen pembimbing.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kejenuhan mengacu pada kebosanan ketika sistem intelektual tidak bekerja seperti yang diharapkan saat memproses informasi atau pengalaman baru. Kejenuhan dapat diartikan sebagai keadaan emosional dimana seseorang merasa lelah secara mental atau fisik karena meningkatnya tuntutan pekerjaan atau studi. Jenuh dalam arti sebenarnya adalah padat atau penuh, sehingga tidak mengandung apapun. Kejenuhan belajar disebabkan oleh situasi yang monoton, kebisingan saat belajar, tugas yang terlalu banyak, ekspektasi yang tinggi, kontrol yang kurang, tekanan yang tinggi, kurangnya apresiasi, pengabaian, hilangnya kesempatan, aturan yang membingungkan, persyaratan

⁶ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2019).

⁷ M.B, Huberman, A.M, & Saldana, J. Miles, *Qualitative Data Analysis, A Methods Sourcebook*, 3rd ed. (USA: Sage Publications, 2014)

dan tenggat waktu tugas yang bertentangan.⁸ Mengatasi permasalahan belajar peserta didik, kegiatan mencari kemungkinan faktor penyebabnya tidak dapat diabaikan dan pencarian penyebabnya harus dilakukan secara hati-hati atau akurat. Peneliti menemukan ada beberapa faktor penyebab munculnya kejenuhan belajar, antara lain, yaitu: metode pembelajaran yang digunakan guru dalam menyampaikan materi masih monoton, kurang menarik, kurang adanya pendekatan antara guru dan peserta didik.

Peneliti setelah mengetahui akar permasalahan pembelajaran dan penyebab terkait kejenuhan belajar, maka dapat mencari solusi dan inisiatif untuk mengatasi permasalahan tersebut. Pendidik dalam perannya terus berupaya mengatasi kejenuhan belajar peserta didik MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri. Adapun strategi pembelajaran guru dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik antara lain yaitu melakukan pendekatan antara guru dengan peserta didik, menerapkan metode pembelajaran yang bervariasi, dan melakukan evaluasi pada tiap akhir pembelajaran. Hal tersebut sebagaimana dituturkan oleh informan, antara lain:

“Langkah-langkah yang perlu dilakukan dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik di MI Raudlatut Tholabah ini yaitu dengan cara melakukan pendekatan antara guru dengan peserta didik, menerapkan metode pembelajaran yang bervariasi, dan melakukan evaluasi pada tiap akhir pembelajaran. Hal ini bertujuan agar peserta didik tidak merasa jenuh dalam belajar dan semangat dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Selain itu, evaluasi pembelajaran pada akhir pembelajaran dilakukan agar bisa mengetahui sejauh mana kemampuan pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran yang telah disampaikan oleh guru, dan juga sebagai motivasi untuk menambah semangat belajar yang tentunya akan berimbas pada nilai peserta didik sendiri.”

Hal ini sesuai dengan pendapat Baron dan Greenberg bahwa dalam mengatasi kejenuhan belajar (*Burn Out*) dapat diatasi dengan cara menarik perhatian peserta didik, humoris, *Outing Class*, metode pembelajaran bervariasi, mengadakan perubahan tempat duduk, dan memberi stimulus kepada peserta didik, sehingga peserta didik tidak merasa jenuh dan bosan ketika mengikuti kegiatan pembelajaran berlangsung.⁹ Hal tersebut sesuai dengan penuturan diatas, maka penulis menyimpulkan bahwa ketika ada peserta didik yang merasa jenuh dalam belajar maka guru harus pandai memberikan sesuatu yang menarik seperti *Ice Breaking*, sehingga peserta didik dapat terhindar dari rasa mudah bosan dengan mata pelajaran yang dipelajarinya.

⁸ Poppy Agustina, Syaiful Bahri, and Abu Bakar, “Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Kejenuhan Belajar Pada Siswa Dan Usaha Guru Bk Untuk Mengatasinya,” *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling* 4 (2019).

⁹ Baron and Greenberg, *Behavior in Organizations Understanding and Managing the Human Side of Work* (New Jersey: Prentice-Hall International, 2013).

Sebagaimana yang telah dituturkan oleh guru kelas bahwa langkah-langkah yang harus ditempuh dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri, sebagai berikut:

A. Melakukan Pendekatan atau Interaksi Antara Guru dengan Peserta Didik

Pendekatan ini sangat penting untuk mengatasi peserta didik yang merasa jenuh saat belajar. Sebagaimana dijelaskan oleh informan, bahwasanya *“Interaksi emosional dengan peserta didik sangat penting dan harus dilakukan. Guru perlu menghadapinya setiap hari dan memberi mereka perhatian khusus, karena semakin jauh kita menjauh dari mereka maka semakin jauh pula mereka menjauh dari kita.”*

Hal tersebut sependapat dengan pendapat Hardianti Daulay, bahwa interaksi antara guru dan peserta didik sangatlah penting. Sebab guru terbaik adalah yang mengutamakan interaksi dalam lingkungan belajar dan kualitas antar peserta didik, antara peserta didik dengan guru, dan antara peserta didik dengan kurikulum. Cara terbaik untuk berinteraksi dengan peserta didik adalah dengan memahami impian mereka terhadap guru ideal yang mereka yakini dan mampu memberikan dorongan terbesar dalam belajar.¹⁰

Pada saat proses pembelajaran, guru hendaknya tidak memperlihatkan sesuatu yang pada akhirnya akan menimbulkan ketegangan, dan hendaknya menunjukkan sikap yang baik agar peserta didik dapat melanjutkan pembelajaran dengan penuh minat dari diri sendiri. Proses belajar mengajar di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri, guru memegang peranan penting dalam memahami karakteristik peserta didik melalui pendekatan atau interaksi yang berbeda-beda agar tidak terjadi kejenuhan dalam proses pembelajaran. Guru MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri dalam perannya sebagai guru dan pendidik selalu berusaha merancang lingkungan ruang belajar agar tercipta lingkungan dimana peserta didik dapat berpartisipasi dengan tenang dan antusias dalam proses pembelajaran. Tindakan guru dalam proses belajar mengajar mempunyai pengaruh dan pola yang kuat terhadap perilaku dan perkembangan kepribadian peserta didik. Terkait hal ini, pernyataan salah satu peserta didik mengatakan *“salah satu hal yang membuat kami sangat senang saat belajar adalah guru kami selalu bersikap baik selama proses pembelajaran.”*

Dalam kegiatan pembelajaran, sangat mendesak untuk menciptakan lingkungan belajar yang nyaman dan menyenangkan bagi guru dan peserta didik. Selain perilaku guru tersebut dan perannya dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif sebagai salah satu bentuk pendekatan psikologis, guru kelas juga menuturkan:

“Pendekatan emosional yang saya lakukan dalam kegiatan pembelajaran adalah dengan menyampaikan kasih sayang kepada peserta didik, memberikan perhatian penuh kepada

¹⁰ Hardianti Daulay, “Strategi Guru Sejarah Kebudayaan Islam Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Di MTs. Ulumul Qur’an,” *Educate: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pengajaran* 1, no. 2 (2022).

mereka, melayani mereka, tidak mempersulit mereka, dan menghindari sikap pilih kasih. Dengan cara ini peserta didik merasa nyaman dan tidak merasa didiskriminasi yang tentunya berdampak negatif terhadap minat belajarnya.”

Dari berbagai informasi yang diperoleh melalui wawancara, maka dapat disimpulkan bahwa terjadinya permasalahan pembelajaran tersebut dapat diminimalisir dengan penerapan pendekatan emosional dalam mengatasi kejenuhan belajar peserta didik di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri, dan pada akhirnya dapat mempengaruhi perubahan sikap serta pengalaman peserta didik.

Guru tidak hanya menggunakan pendekatan emosional saja, namun juga pendekatan keagamaan, karena agama mempunyai peranan yang sangat penting dan dominan dalam pembentukan jiwa dan kerohanian. Karena agama dapat memberikan arti, makna, dan tujuan hidup. Tanpa agama, hidup akan terasa hampa, tidak berarti, dan mekanis. Agama dan kepercayaan kepada Tuhan juga merupakan kebutuhan dasar manusia dan membantu manusia mengisi kekosongan dalam jiwanya.

Metode atau cara pendidikan agama harus disesuaikan dengan perkembangan psikologis kemampuan berpikir anak. Pengetahuan agama saja tidak cukup bagi guru, mereka perlu menguasai metodologi dan psikologi agar dapat mengajar dengan baik. Guru juga harus mempunyai jiwa keagamaan agar segala kegiatan yang dilakukan dapat menjadi contoh dan refleksi bagi peserta didik. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara dengan waka kurikulum, antara lain:

“Guru MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri jikalau mengajarkan tentang keagamaan, selalu melakukan pendekatan keagamaan dengan memberi contoh nilai-nilai agama. Misalnya ketika peserta didik belajar tentang ibadah, maka peserta didik harus menjalankan langsung ibadah karena dengan kegiatan praktik lebih baik dan mudah dipahami daripada hanya sekedar teori. Guru memberi contoh kepada peserta didik bagaimana cara beribadah dan bagaimana cara mengamalkannya. Dan kegiatan ini rutin kami lakukan di sekolah ketika sholat dhuha dan sholat dzuhur berjama’ah.”

Hal tersebut sesuai dengan penuturan dari salah satu peserta didik di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri bahwa *“setiap hari di sekolah, kami melaksanakan kegiatan rutin sholat dhuha dan sholat dzuhur berjama’ah”*

Sejalan dengan amalan keagamaan tersebut, sekolah juga memiliki program unggulan keagamaan yaitu Baca Tulis Al-Qur’an (BTQ) yang dijalankan oleh sekolah dan program pengendalian mutu seperti yang disampaikan oleh informan, sebagai berikut:

“MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri memiliki program unggulan keagamaan yaitu BTQ yang dikelola oleh sekolah sendiri dan guru kelas sendiri. Kegiatan ini dilakukan setiap hari Jum’at pukul 07.00 WIB. Dimana program unggulan ini bertujuan untuk

mengetahui seberapa banyak peserta didik yang masih memiliki kemampuan rendah dalam Baca Tulis Al-Qur'an (BTQ)."

Dari pernyataan di atas, penulis menyimpulkan bahwa MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri telah melakukan banyak upaya untuk meningkatkan kemajuan sekolah dan menjadikan sekolah tersebut lebih berkualitas, baik dari segi IMTAQ maupun IPTEK yang menunjang program sekolah.

B. Menerapkan Metode Pembelajaran yang Bervariasi

Metode pembelajaran merupakan suatu sistem atau cara yang menjadi susunan langkah-langkah kinerja yang dilakukan oleh seorang guru untuk mempermudah proses pembelajaran serta membantu peserta didik lebih mudah dalam menerima materi yang disampaikan oleh guru, karena suasana kegiatan proses belajar mengajar yang berinovatif dan menyenangkan. Keberhasilan suatu proses pembelajaran dapat diukur melalui seberapa banyak cara yang digunakan di dalam mengajar.¹¹

Upaya guru dalam memilih metode pembelajaran yang tepat pada saat mengajar peserta didik adalah menyesuaikan metode tersebut dengan keadaan psikologis peserta didik. Guru juga harus berusaha membuat materi pembelajaran yang mudah diakses atau dipahami oleh peserta didik. Dalam hal ini saja tidak cukup, guru juga perlu memikirkan metode apa yang bisa digunakan agar peserta didik tidak terlalu cepat bosan dengan mata pelajaran yang diajarkan.

Menerapkan metode pembelajaran yang bervariasi, guru kelas MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri selain menggunakan metode ceramah juga menggunakan metode lain seperti diskusi, tanya jawab, *Picture And Picture*, *Ice Breaking*, dan lain sebagainya agar peserta didik tidak bosan dengan materi pelajaran yang diajarkan. Sebagaimana penuturan dari informan, sebagai berikut:

"Untuk mengatasi kejenuhan belajar peserta didik selain melakukan pendekatan antara guru dengan peserta didik yaitu menerapkan metode pembelajaran yang bervariasi. Karena ketika menyampaikan materi pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran yang monoton (tetap) maka peserta didik mudah mengalami kejenuhan belajar. Adapun metode pembelajaran yang biasanya digunakan antara lain yaitu metode ceramah, diskusi, tanya jawab, Picture And Picture, kemudian di tengah-tengah kegiatan pembelajaran selalu ada Ice Breaking yang bertujuan untuk mengurangi tingkat kejenuhan belajar peserta didik ketika sedang pembelajaran berlangsung."

¹¹ Alaika Bagus Kurnia, *Psikologi Pendidikan Islam* (Bandung: Haura Utama, 2020).

Berdasarkan pernyataan guru tersebut, penulis menyimpulkan bahwa keinginan guru kelas dengan metode pembelajaran yang berbeda/bervariasi yaitu metode *Picture And Picture*, *Ice Breaking*, dan tanya jawab merupakan upaya yang dilakukan oleh guru kelas dengan tujuan untuk mengatasi kejenuhan belajar pada peserta didik pada saat proses pembelajaran berlangsung di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan pernyataan Alaika, bahwa metode pembelajaran bervariasi dapat berupa perubahan terencana atau perbandingan untuk menimbulkan kesan yang unik dan memusatkan perhatian siswa, sehingga diperlukan keahlian guru untuk memberikan metode yang bervariasi dalam kegiatan pembelajaran.

Hal tersebut juga sependapat dengan Oemar Hamalik, bahwa metode pembelajaran yang digunakan dalam pendidikan harus bervariasi, artinya guru perlu menggunakan beberapa metode sekaligus dan bukan hanya satu metode saja.¹² Hal ini dimaksudkan untuk memberikan kesempatan kepada peserta didik agar dapat terlibat dalam kegiatan belajar dan bisa mengubah perilakunya.

C. Melakukan Evaluasi Pada Tiap Akhir Pembelajaran

Evaluasi sebagai bagian dari suatu program pembelajaran yang harus dioptimalkan, karena tidak hanya didasarkan pada evaluasi hasil pembelajaran saja, tetapi juga *Input*, proses, dan *Output*. Salah satu faktor penting dalam efektivitas pembelajaran adalah komponen evaluasi baik terhadap proses pembelajaran maupun hasil pembelajaran. Evaluasi merupakan kegiatan mengumpulkan fakta secara sistematis tentang proses pembelajaran dan menentukan apakah telah terjadi perubahan pada diri peserta didik dan sejauh mana perubahan tersebut berdampak pada kehidupannya.¹³

Evaluasi pembelajaran merupakan hal yang sangat penting dan harus dilakukan oleh guru untuk mengukur sampai sejauh mana tingkat penguasaan dan pembelajaran yang dilakukan oleh peserta didik selama mengikuti proses pembelajaran setelah sebelumnya melakukan penilaian. Selain itu, guru juga melakukan penilaian terlebih dahulu terhadap proses pembelajaran tersebut, dan mengenai hasil dari penilaian pembelajaran tersebut akan dievaluasi apakah sudah sesuai dengan tujuan dari pembelajaran tersebut ataukah belum.¹⁴ Hal tersebut sesuai dengan apa yang dinyatakan Brinkerhoff, bahwa evaluasi merupakan proses yang menentukan sejauh mana tujuan pendidikan dapat dicapai. Guru diharapkan mampu menciptakan interaksi belajar mengajar, karena situasi belajar mengajar yang baik dapat dijadikan sebagai indikator keberhasilan pembelajaran. Selanjutnya, selama proses pembelajaran guru perlu melacak hasil belajar yang dicapai oleh peserta

¹² Oemar Hamalik, *Metode Belajar Dan Kesulitan Belajar* (Bandung: Parsito, 2003).

¹³ Idrus L, "Evaluasi Dalam Proses Pembelajaran," *Adara: Jurnal Manajemen Pendidikan* 9 (2019).

¹⁴ Haryanto, *Evaluasi Pembelajaran (Konsep Dan Manajemen)* (Yogyakarta: UNY Press, 2020).

didik melalui kegiatan evaluasi pada tiap akhir pembelajaran.¹⁵ Penilaian yang diperoleh dari kegiatan evaluasi ini dijadikan umpan balik dalam proses belajar mengajar dan dijadikan sebagai titik awal perbaikan/peningkatan dalam proses pembelajaran selanjutnya. Dengan demikian, proses pembelajaran terus ditingkatkan untuk mencapai hasil belajar yang optimal.¹⁶

Menurut Aris Gumilar, bahwa pada setiap akhir pembelajaran langkah baiknya yang akan dilakukan adalah evaluasi terhadap kegiatan pembelajaran yang telah dilaksanakan, seperti apa yang sudah dipahami oleh peserta didik terhadap materi yang telah dipelajari, kemudian tidak lupa untuk memberikan motivasi kepada peserta didik agar tetap semangat untuk mengikuti pembelajaran. Hal tersebut ditujukan agar dapat mencegah kejenuhan belajar peserta didik pada saat proses pembelajaran.¹⁷

Seperti kegiatan pembelajaran yang dilakukan di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri pada tiap akhir pembelajaran yaitu selalu melaksanakan evaluasi pembelajaran. Hal tersebut dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta didik dalam proses pembelajaran dan mengetahui langkah selanjutnya yang harus diambil. Hal tersebut juga didukung dengan pernyataan peserta didik bahwa “*Evaluasi selalu dilakukan oleh guru pada akhir kegiatan pembelajaran berupa pertanyaan lisan atau tulisan tergantung materi yang diterima.*”

Selain penilaian/evaluasi yang dilakukan pada saat kegiatan pembelajaran di sekolah, pemberian tugas rumah juga dilakukan untuk mengevaluasi ranah afeksi peserta didik, bagaimana ia memperhatikan dan menyikapi tugas yang diberikan oleh guru, serta memberikan sanksi jika tugas tersebut tidak diselesaikan. Hal ini diungkapkan oleh informan, sebagai berikut:

“Selain melakukan penilaian pada setiap akhir pembelajaran, upaya lain untuk mencegah peserta didik lupa adalah dengan memberikan tugas kepada peserta didik terkait dengan materi yang diajarkan yang dapat mereka selesaikan di rumah dan mengajukan pertanyaan kepada peserta didik setiap kali mereka datang. Kemudian tinjau kembali pelajaran sebelumnya dan berikan sanksi jika tidak menjawab atau menyelesaikan tugas.”

Fenomena permasalahan belajar peserta didik biasanya dapat dikenali secara jelas dengan menurunnya prestasi akademik peserta didik. Oleh karena itu, sangat bijaksana untuk memberikan solusi terhadap permasalahan belajar peserta didik. Selanjutnya dalam menentukan hasil belajar yang dicapai, tidak hanya kemampuan menanggapi lembar soal ujian saja, tetapi juga dapat

¹⁵ Meila Yufriana Devi, Riqqah Annisa Maharani, and Yanti Fitria, “Application Of Nested Type Of Integrated Learning To Improve Critical Thinking Skills For Grade 4 Students In Elementary Schools Penerapan Pembelajaran Terpadu Tipe Nested (Tersarang) Untuk Meningkatkan Kemampuan Berfikir Kritis Peserta Didik Kelas 4 Di Sekolah Dasar,” *Jurnal CERDAS Proklamator* 11, no. 1 (2023).

¹⁶ RD. Brinkerhoff, *Program Evaluation a Practitioner’s Guide for Trainers and Educators* (Western Michigan: Kluwer-Nijhoff Publishing, 1986).

¹⁷ Aris Gumilar, Ikhfi Imaniah, and Laysia Ustianingsih, “Analisis Strategi Guru Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Pada Pembelajaran Daring Siswa Kelas IV Di SD Negeri Pasarkemis III,” *ARZUSIN: Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Dasar* 2, no. 5 (2022).

dilihat dari perilaku dan keterampilan peserta didik, sehingga akan terlihat hasil akhir yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Hasil temuan terkait evaluasi pembelajaran guru dalam mengatasi kejenuhan belajar yaitu adanya pelaksanaan program pengayaan. Peserta didik yang berprestasi baik perlu mendapatkan pengayaan agar dapat mengembangkan potensi secara optimal, salah satu kegiatan pengayaan yaitu memberikan materi tambahan, beban tambahan atau tugas individu yang bertujuan untuk memperluas kompetensi yang telah dicapai. Hasil penilaian kegiatan pengayaan dapat menambah nilai peserta didik pada mata pelajaran bersangkutan. Pengayaan dapat dilakukan setiap saat baik pada saat jam efektif maupun tidak. Bagi peserta didik yang pada kemampuannya selalu menguasai kompetensi lebih cepat dapat diberikan pengayaan akselerasi.¹⁸

Pengayaan dapat bersifat vertikal maupun horizontal. Pengayaan yang bersifat vertikal dimaksudkan untuk membuat pengayaan kepada siswa agar mereka lebih mantap dan lebih meyakini materi yang telah dipelajarinya, materi yang diberikan dalam pengayaan ini sifatnya lebih tinggi dari materi yang telah dipelajarinya. Sedangkan pengayaan yang sifatnya horizontal dimaksudkan untuk memberikan kegiatan-kegiatan lain yang berhubungan dengan konsep atau prinsip dalam materi yang telah dipelajari. Pengayaan ini dapat memperluas penerapan konsep dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN

Kejenuhan belajar merupakan fenomena dimana peserta didik mengalami penurunan semangat akibat rasa bosan, letih, dan penat yang dialaminya pada suatu saat dalam proses pembelajaran. Adapun strategi yang dilakukan oleh guru untuk mengatasi peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri, antara lain: melakukan pendekatan atau interaksi antara guru dengan peserta didik, menerapkan metode pembelajaran yang bervariasi, dan melakukan evaluasi pada tiap akhir pembelajaran, hal tersebut dilakukan di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta didik dalam proses pembelajaran dan mengetahui langkah selanjutnya yang harus diambil, dengan demikian proses pembelajaran terus ditingkatkan untuk mencapai hasil belajar yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

Agustina, Poppy, Syaiful Bahri, and Abu Bakar. "Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Kejenuhan Belajar Pada Siswa Dan Usaha Guru BK Untuk Mengatasinya." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling* 4 (2019).

¹⁸ Hamzah and Satria Koni, *Assessment Pembelajaran* (Jakarta: Bumi Aksara, 2013).

- Isma Husna Laili Mutafaridho, Agus Purwowidodo: Mengatasi Kejenuhan Belajar (*Burn Out*) Peserta Didik Melalui Strategi Pembelajaran Guru di MI Raudlatut Tholabah Kranding Mojo Kediri
- Aminurriyah, Siti, Suyitno, Murfiah Dewi, Wulandari, and Darsinah. "Upaya Guru Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa Full Day School Di SDIT Nur Hidayah Surakarta." *Jurnal Humaniora* 9 (2022).
- Baron and Greenberg. *Behavior in Organizations Understanding and Managing the Human Side of Work*. New Jersey: Prentice-Hall International, 2013.
- Brinkerhoff, RD. *Program Evaluation a Practitioner's Guide for Trainers and Educators*. Western Michigan: Kluwer-Nijhoff Publishing, 1986.
- Daulay, Hardianti. "Strategi Guru Sejarah Kebudayaan Islam Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Di MTs. Ulumul Qur'an." *Educate: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pengajaran* 1, no. 2 (2022).
- Gumilar, Aris, Ikhfi Imaniah, and Laysia Ustianingsih. "Analisis Strategi Guru Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Pada Pembelajaran Daring Siswa Kelas IV Di SD Negeri Pasarkemis III." *A R Z U S I N: Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Dasar* 2, no. 5 (2022).
- Hakim, Thursan. *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Niaga Swadaya, 2005.
- Hamalik, Oemar. *Metode Belajar Dan Kesulitan Belajar*. Bandung: Parsito, 2003.
- Hamzah, and Satria Koni. *Assessment Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara, 2013.
- Haryanto. *Evaluasi Pembelajaran (Konsep Dan Manajemen)*. Yogyakarta: UNY Press, 2020.
- Idrus L. "Evaluasi Dalam Proses Pembelajaran." *Adara: Jurnal Manajemen Pendidikan* 9 (2019).
- Kurnia, Alaika Bagus. *Psikologi Pendidikan Islam*. Bandung: Haura Utama, 2020.
- Miles, M.B, Huberman, A.M, & Saldana, J. *Qualitative Data Analysis, A Methods Sourcebook*. 3rd ed. USA: Sage Publications, 2014.
- Nata, Abudin. *Manajemen Pendidikan: Mengatasi Kelemahan Pendidikan Islam Di Indonesia*. Jakarta: Kencana Prenada Media, 2010.
- Sanjani, Maulana Akbar. "Pentingnya Strategi Pembelajaran Yang Tepat Bagi Siswa." *Jurnal Serunai Administrasi Pendidikan* 10 (October 2021).
- Sugara. *Efektivitas Teknik Self-Instruction Dalam Menangani Kejenuhan Belajar Siswa*. Bandung: PBB-FIP UPI, 2011.
- Sugiyono. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta, 2019.
- Yufriana Devi, Meila, Riqqah Annisa Maharani, and Yanti Fitria. "Application Of Nested Type Of Integrated Learning To Improve Critical Thinking Skills For Grade 4 Students In Elementary Schools Penerapan Pembelajaran Terpadu Tipe Nested (Tersarang) Untuk Meningkatkan Kemampuan Berfikir Kritis Peserta Didik Kelas 4 Di Sekolah Dasar." *Jurnal CERDAS Proklamator* 11, no. 1 (2023).