

## PERILAKU SISWA DALAM MENGATASI KEJENUHAN BELAJAR DIMASA PANDEMI COVID-19

Dian Metta Sari<sup>1</sup>, Siti Fitriana<sup>2</sup>, Primaningrum DM<sup>3</sup>

Universitas PGRI Semarang, Indonesia<sup>1</sup>, Universitas PGRI Semarang, Indonesia<sup>2</sup>,

Universitas PGRI Semarang, Indonesia<sup>3</sup>

E-mail: [dianmettasari08@gmail.com](mailto:dianmettasari08@gmail.com)<sup>1</sup>, [sitifitriana@gmail.com](mailto:sitifitriana@gmail.com)<sup>2</sup>,  
[primaningrum@gmail.com](mailto:primaningrum@gmail.com)<sup>3</sup>

**Corresponding Author:** Dian Metta Sari, [dianmettasari08@gmail.com](mailto:dianmettasari08@gmail.com)

**Doi:** Kosongkan

### **Informasi Artikel**

Diserahkan : Desember 2023

Diterima : Januari 2024

Dipublikasikan : Juni 2024

### **Abstrak**

Kebijakan pembelajaran selama pandemic COVID-19 dilakukan dengan metode daring menjadi solusi utama agar proses pembelajaran tetap dapat berlangsung. Namun dalam pelaksanaannya terdapat kendala dan kekurangan. Selama adanya pandemic muncul masalah yang hampir dialami oleh setiap siswa yaitu kejenuhan belajar. Oleh karena itu tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui bentuk perilaku siswa dalam mengatasi kejenuhan belajar dimasa pandemic COVID 19. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode penelitian Fenomenologi. Subyek yang berpartisipasi dalam penelitian ini sebanyak tiga orang, yang merupakan siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Undaan. Subyek yang dipilih berdasarkan kriteria sebagai berikut : siswa tetap semangat mengikuti pembelajaran dimasa pandemic meskipun mengalami kejenuhan belajar, hasil belajar siswa yang tetap stabil. Penggalan data digunakan dengan teknik wawancara semi-terstruktur. Peneliti menemukan bahwa perilaku siswa dalam mengatasi kejenuhan belajar sebagai berikut : (1) Mengikuti les privat, (2) Melakukan aktifitas hiburan, (3) Menciptakan suasana belajar yang nyaman, (4) Memberikan motivasi.

**Kata kunci:** Kejenuhan Belajar, Siswa, Pandemi Covid-19.

### **Abstract**

*The learning policy during the COVID-19 pandemic is carried out with the online method being the main solution so that the learning process can continue. However, in its implementation there are obstacles and shortcomings. During the pandemic, a problem emerged that almost every student experienced, namely learning boredom. Therefore, the purpose of this study was to find out the form of student behavior in overcoming learning boredom during the COVID 19 pandemic. This study used a qualitative approach with the phenomenological research method. The subjects who participated in this study were three people, who were class VIII students of SMP Negeri 1 Undaan. The subjects selected were based on the following*

*criteria: students remained enthusiastic about learning during the pandemic even though they experienced learning saturation, student learning outcomes remained stable. Data mining was used with a semi-structured interview technique. The researcher found that students' behavior in overcoming learning boredom was as follows: (1) Taking private lessons, (2) Performing entertainment activities, (3) Creating a comfortable learning atmosphere, (4) Providing motivation.*

**Keywords:** *The boredom of learning, Students, Covid-19 Pandemic.*

## Pendahuluan

Di Indonesia sedang dihadapkan situasi pandemi Covid-19 yang muncul sejak awal bulan Maret 2021 hingga saat ini masih mewabah, masyarakat pun menyadari akan bahaya Covid-19 yang dapat merenggut nyawa. Kondisi tersebut membawa dampak pada berbagai sektor diantaranya sektor ekonomi, sosial, pendidikan, pariwisata. Penerapan *physical distancing* sebagai upaya yang ditetapkan pemerintah yang mengharuskan semua masyarakat untuk menjaga jarak fisik dan diharapkan melakukan kegiatan di rumah baik bekerja dari rumah, belajar di rumah maupun melakukan aktivitas lain di rumah. Hal ini mengakibatkan semua sekolah terutama di Indonesia diberlakukan pembelajaran jarak jauh untuk meminimalisir interaksi fisik antar siswa dan guru. Presiden Joko Widodo sejak 16 Maret 2020 menghimbau untuk melakukan aktivitas dari rumah. Kebijakan ini diharapkan untuk mengurangi gerak sosial (Dimas, 2020).

Demi proses pembelajaran tetap optimal serta mendukung pemerintah dalam program *Physical distancing*, sesuai instruksi pemerintah untuk tetap di rumah dan belajar dari rumah. Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) menindaklanjuti tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan yang menyatakan bahwa proses belajar dari rumah dilaksanakan dengan ketentuan melalui pembelajaran daring/jarak jauh, dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa tanpa terbebani tuntutan menuntaskan seluruh capaian kurikulum untuk kenaikan kelas maupun kelulusan, kemudian aktivitas dan tugas pembelajaran dari rumah dapat bervariasi antar siswa, sesuai minat dan kondisi masing-masing (Dewi, 2020).

Kebijakan pelaksanaan pembelajaran jarak jauh/belajar dari rumah dilakukan dengan tetap melibatkan interaksi antara pendidik dan peserta didik. Kegiatan pembelajaran secara daring sudah dilaksanakan sejak pertengahan bulan Maret tahun lalu dan masih diperpanjang dengan mempertimbangkan situasi dan kondisi di masing-masing daerah (Arifa, 2020). Pembelajaran daring dilakukan melalui media berupa internet dan alat penunjang lainnya seperti telepon seluler dan komputer, sehingga pembelajaran daring menekankan pada ketelitian dan kejelian peserta didik dalam menerima dan mengolah informasi yang disampaikan secara *online* (Riyana, 2019).

Sejak 16 Maret sampai 9 April 2020, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima sekitar 213 pengaduan PJJ baik dari orang tua maupun siswa. Pengaduan

tersebut tentang penugasan guru yang terlalu berat, banyak tugas merangkum dan menyalin buku, jam belajar masih kaku, keterbatasan kuota untuk mengikuti pembelajaran daring, beberapa siswa tidak memiliki gawai pribadi sehingga kesulitan dalam mengikuti ujian daring. Satu hal yang tidak dapat dihindari ketika melaksanakan kegiatan belajar mengajar baik di sekolah maupun di rumah yaitu adanya suatu masalah. Salah satu masalah yang terjadi ketika PJJ yaitu kejenuhan belajar (Arifa, 2020).

Menurut Sutarjo dkk (2014) kejenuhan belajar merupakan salah satu masalah yang sering dialami oleh siswa yang mengakibatkan menurunnya motivasi belajar, timbulnya rasa malas, dan menurunnya tingkat prestasi belajar siswa. Kejenuhan belajar memberikan dampak *negatif* terhadap proses pembelajaran siswa. Artinya kejenuhan belajar sebagai penghalang siswa untuk mengoptimalkan hasil belajar yang akan dicapai.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Undaan, permasalahan kejenuhan belajar sering dirasakan oleh siswa. Hal tersebut didukung oleh adanya gejala-gejala yang muncul dan menunjukkan bahwa siswa mengalami kejenuhan belajar. Situasi pandemi yang mengharuskan siswa untuk tetap dirumah saja menambah munculnya kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa. Berdasarkan permasalahan yang dihadapi oleh siswa tersebut, maka peneliti tertarik untuk menganalisis bentuk perilaku siswa dalam mengatasi kejenuhan belajar dimasa pandemic COVID-19.

### Metode Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk perilaku siswa dalam mengatasi kejenuhan belajar dimasa pandemic COVID-19. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologis. Metode fenomenologis digunakan karena mempertahankan fenomena dan konteks pengalaman sebagaimana munculnya. Keadaan ini berarti dalam meneliti suatu fenomena, peneliti seakan-akan menjadi pihak pertama dalam mendeskripsikan subyek (Giorgi dan Giorgi dalam Smith, 2009). Secara teknis, analisis data yang digunakan adalah *penelitian fenomenologi deskriptif* (PFD). Dalam penelitian fenomenologi yang menggunakan (PFD) disini partisipan adalah pakar yang bercerita menurut pengalaman dan menjadi satu-satunya pusat perhatian dalam penelitian ini (Khahija, 2017). Subyek yang digunakan sebanyak 3 siswa. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara semi terstruktur. Metode ini dilakukan agar pembicaraan bersifat terbuka tetapi tetap berjalan sesuai tujuan penelitian.

### Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, peneliti menemukan data bahwa banyak temuan yang didapatkan dalam penelitian ini terkait dengan fokus dan tujuan penelitian. Adapun hal-hal yang ditemukan dalam penelitian ini adalah bentuk-bentuk perilaku siswa dalam mengatasi kejenuhan belajar yang ditimbulkan dari beberapa aspek yaitu kelelahan emosi, depersonalisasi dan menurunnya keyakinan akademik. Dari temuan tersebut dapat

diketahui cara siswa untuk tetap semangat mengikuti pembelajaran meskipun mengalami permasalahan kejenuhan belajar.

Menurut Hakim (2004) menyatakan, factor penyebab kejenuhan belajar pada umumnya disebabkan karena adanya proses yang monoton (tidak bervariasi) dan telah berlangsung sejak lama. Adapun faktor umum yang menyebabkan kejenuhan belajar adalah sebagai berikut:

1. Cara atau Metode Belajar yang tidak Bervariasi. Seringkali siswa tidak menyadari bahwa cara belajar mereka sejak sekolah dasar hingga perguruan tinggi tidak berubah-ubah.
2. Belajar hanya di tempat tertentu. Belajar hanya di tempat tertentu dengan kondisi ruang, seperti letak meja, kursi kondisi ruang yang tidak berubah-ubah dapat menimbulkan kejenuhan belajar.
3. Suasana belajar yang tidak berubah-ubah. Suasana yang diperlukan oleh siswa tentu saja suasana yang menimbulkan ketenakngan berfikir. Sangat perlu diketahui bahwa setenang apapun lingkungan tempat belajar, bila suasananya tidak berubah-ubah sejak lama, mungkin saja dapat menimbulkan kejenuhan belajar. Jadi setenang apapun ruang belajarnya, belum tentu dapat selalu menunjang keberhasilan belajar.
4. Kurang aktivitas rekreasi atau hiburan. Sebagaimana halnya dengan aktivitas fisik, proses berfikir yang merupakan aktifitas mental kita dapat menimbulkan kelelahan, dan kelelahan tersebut membutuhkan juga istirahat dan penyegaran (refreshing).

Berdasarkan analisis yang dilakukan oleh peneliti, faktor diatas muncul dalam proses belajar siswa. Faktor yang muncul yaitu cara belajar yang tidak bervariasi, kondisi ruang yang tidak mendukung, suasana belajar yang tidak kondusif. Faktor tersebut muncul ketika pembelajaran daring maupun tatap muka. Dengan mengetahui faktor penyebab munculnya kejenuhan belajar, siswa dapat mengatasi masalah tersebut.

Upaya yang dilakukan siswa dalam mengatasi kejenuhan belajar sangat beragam. Ada siswa yang selalu membutuhkan kehadiran orang lain dalam proses belajarnya, sehingga ketika mengikuti pembelajaran daring merasa kesulitan dan membutuhkan bantuan guru les. Siswa yang mengalami ketegangan mental diatasi dengan beristirahat dan melakukan aktifitas hiburan. Hal lain yang dilakukan siswa dalam mengatasi kejenuhan belajar yaitu duduk dibangku paling depan ketika mengikuti pembelajaran tatap muka dan berada di tempat yang mendukung ketika mengikuti pembelajaran daring. Selain itu, siswa juga menjalin komunikasi dengan teman dan memunculkan motivasi supaya siswa bersemangat dalam mengikuti pembelajaran. Dari hasil pembahasan tersebut, pada akhirnya peneliti mengetahui berbagai bentuk perilaku siswa dalam mengatasi kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMP. Peneliti menemukan bahwa setiap siswa mempunyai cara tersendiri dalam mengatasi permasalahan. Penyelesaian masalah tersebut ada yang memerlukan bantuan orang lain dan ada yang dapat diselesaikan sendiri.

---

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di SMP N 1 Undaan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwasanya perilaku siswa yang dilakukan ketika kejenuhan muncul yang disebabkan oleh : Keletihan emosi, diatasi dengan beristirahat dan melakukan aktifitas seperti mengikuti les privat, melakukan hobi, beristirahat. Depersonalisasi, diatasi dengan mengubah suasana belajar (duduk dibangku paling depan), menjalin komunikasi baik dengan teman supaya merasa nyaman mengikuti pembelajaran. Menurunnya keyakinan akademik, diatasi dengan memunculkan motivasi dan semangat untuk tetap mengikuti pembelajaran.

### Ucapan Terima Kasih

Terima kasih penulis ucapkan kepada Kepala Sekolah SMP N1 Undaan yang telah memberikan izin untuk bisa melaksanakan penelitian di sekolah tersebut. Guru di SMP N1 Undaan yang telah mendukung pelaksanaan penelitian dan juga civitas akademika Universitas PGRI Semarang yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.

### Tugas Setiap Author

Penulis pertama melakukan analisis data dari hasil penelitian, penulis kedua dan ketiga mendeskripsikan dari data yang sudah dianalisis.

### Daftar Pustaka

- Agustina, P., Bahri, Syaiful, B., & 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. <http://jim.unsyiah.ac.id/pbk/article/view/7153> diakses pada 02 September 2021 pukul 08.23.
- Arifa, F. N. (2020). Tantangan Pelaksanaan Kebijakan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Covid-19. *Info Singkat;Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual Dan Strategis*, XII(7/I), 6. [https://berkas.dpr.go.id/puslit/files/info\\_singkat/Info%20Singkat-XII-7-I-P3DI-April-2020-1953.pdf](https://berkas.dpr.go.id/puslit/files/info_singkat/Info%20Singkat-XII-7-I-P3DI-April-2020-1953.pdf) diakses pada 05 oktober 2021 pukul 11.03.
- Basrowi dan Suwandi. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dimas, C. (2020). *Efektifkah Kegiatan Belajar Dari Rumah Akibat Wabah Corona*. Jakarta: Kompas TV Sapa Indonesia.
- Hakim T. 2004. *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Pusaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
- Haryu, Islamuddin. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Hermawam, Iwan. 2019. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kualitatif, Kuantitatif & MixedMethod*. Kuningan: Hidayatul Quran Kuningan
- Khairani,Makmun. 2013. *Psikologi Belajar*. Yogyakarta: Aswaja Presindo.

- Kahija, YF. LA. (2017) Penelitian Fenomenologis. Jalan Memahami Pengalaman Hidup. PT Kanisius: Yogyakarta
- Kurniawan, Novian, G. 2016. Efektivitas Musik Klasik (Mozart) untuk Menurunkan Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI SMAN 4 Yogyakarta. 7(5): 1-10. <https://adoc.pub/efektivitas-musik-klasik-mozart-untuk-menurunkan-kejenuhan-b.html> diakses pada 02 September 2021 pukul 09.01.
- Moleong, Lexy J. (2017). Metode Penelitian Kualitatif, cetakan ke-36. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya Offset.
- Mudjiran.2021. PSIKOLOGI PENDIDIKAN: Penerapan Prinsip Prinsip Psikologi dalam Pembelajaran. Jakarta : Kencana.
- Muh Fitrah, Luthfiyah. 2017. Metode Penelitian; Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus. Sukabumi: CV Jejak.
- Ningsih, Laras Kristia. 2020. "Kejenuhan Belajar Masa Pandemi Covid-19 Siswa Smta Di Kedungwungu Indramayu". Skripsi. Surakarta. Universitas Muhamadiyah Surakarta. <http://eprints.ums.ac.id/87028/10/naspub%20edit.pdf> diakses pada 21 Agustus 2021 pukul 07.37.
- Novitasari, Yuni. 2016. Bimbingan dan Konseling Belajar Akademik. Bandung: Alfabeta.
- Pakpahan, R. (2020). Analisa Pemanfaatan Teknologi Informasi dalam Pembelajaran Jarak Jauh di Tengah Pandemi. Journal of Information System, Applied, Management, Accounting and Research, 4(2), 30-36. <http://journal.stmikjayakarta.ac.id/index.php/jisamar/article/cite/181/ApaCitationPugin> diakses pada 05 Oktober pukul 16.05.
- Ramahani, D., (2013). Efektivitas Konseling Kognitif Perilaku dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mereduksi Kejenuhan Belajar Peserta Didik. Skripsi. Bandung. Universitas Pendidikan Indonesia. <http://repository.upi.edu/6745/> diakses pada 06 September 2021 pukul 10.38.
- Sari, Permata, dkk. (2020). Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama Di Kota Bandar Lampung. Journal of guidance and caunseling inspiration (JGCI). 1(1). <https://core.ac.uk/download/pdf/328151032.pdf> diakses pada 20 September 2021 pukul 06.17.
- Sarosa, Samiaji. 2012. Penelitian Kualitatif Dasar-dasar. Jakarta Barat: PT Indeks.
- Sugiyono. 2015. Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods). Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2016. METODE PENELITIAN KUANTITATIF, KUALITATIF, DAN KOMBINASI (MIXED METHODS). Bandung : Alfabeta.
- Supardi. 2016. Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Bimbingan & Konseling. Yogyakarta: Andi Offset
- Sutarjo, Ip. E., Arum, D. W., & Suarni, N. K. (2014). Efektivitas Teori Behavioral Teknik Relaksasi dan Brain Gym Untuk Menurunkan Burnout Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium UNDIKSHA SINGARAJA Tahun Pelajaran 2013/2014. E-Journal

- 
- Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling, 2(1).  
<https://media.neliti.com/media/publications/249037-none-e45c584a.pdf> diakses  
pada 22 September pukul 10.46.
- Syah, Muhibbin. 2015. Psikologi Pendidikan. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada.
- Tohirin. 2012. Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling.  
Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Wijaya, Hengki. 2018. Analisis Data Kualitataif Ilmu Pendidikan Teologi. Makassar:  
SekolahTinggi Theologia Jaffray.