

Pengaruh Strategi Pembelajaran Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)

Martia Fotriani¹, Affan Yusra², Nelyahardi Gutji³

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Jambi, Indonesia¹

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Jambi, Indonesia²

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Jambi, Indonesia³

E-mail: martiafotriani0203@gmail.com¹, Affan15Yusra@unja.ac.id²,
nelyahardi.fkip@unja.ac.id³

Correspondent Author : Martia Fotriani, martiafotriani0203@gmail.com

Doi : [10.31316/gcouns.v8i3.5853](https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.5853)

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimanakah gambaran kualitas strategi pembelajaran, tingkat kejenuhan belajar siswa, dan apakah strategi pembelajaran berpengaruh secara signifikan terhadap kejenuhan belajar siswa di SMA Negeri 4 Kota Jambi. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif, Penelitian ini merupakan penelitian *expost-facto*. Hasil Penelitian ini memperlihatkan pengolahan nilai Sig. pada *deviation from linearity* yaitu $0,397 > 0,05$ yang diartikan bahwa variabel X terhadap variabel Y memiliki hubungan yang linear namun strategi pembelajaran (X) tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejenuhan belajar (Y). Kesimpulan penelitian ini adalah kualitas strategi pembelajaran berada dalam kategori “baik” dengan persentase sebesar 74,41%. Tingkat kejenuhan belajar siswa yang berada pada kategori “tinggi” dengan persentase sebesar 67,54%. Dan hasil pengolahan analisis data pada koefisien determinasi sebesar 0,009 atau 0,9% dengan kriteria penafsiran pengaruh persial determinasi berada pada kategori “rendah tapi pasti”.

Kata kunci: kejenuhan belajar, strategi pembelajaran, kejenuhan belajar siswa

Abstract

*The purpose of this study was to determine how the quality of learning strategies, the level of student learning saturation, and whether learning strategies have a significant effect on student learning saturation at SMA Negeri 4 Jambi City. The type of research used is quantitative research, this research is *expost-facto* research. The results of this study show the processing of the Sig. value in deviation from linearity which is $0.397 > 0.05$ which means that variable X to variable Y has a linear relationship but the learning strategy (X) does not have a significant effect on learning saturation (Y). The conclusion of this study is that the quality of learning strategies is in the "good" category with a percentage of 74.41%. The level of student learning saturation is in the "high" category with a percentage of 67.54%. And the results of data analysis processing on the coefficient of determination of 0.009 or 0.9% with the criteria for interpreting the effect of persial determination in the "low but certain" category.*

Keywords: learning saturation, learning strategies, student learning saturation

Info Artikel

Diterima Januari 2024, disetujui Mei 2024, diterbitkan Agustus 2024

Dipublikasikan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Yogyakarta



PENDAHULUAN

Pembelajaran akan menciptakan suasana yang mendukung siswa untuk belajar. Sejalan dengan peraturan pemerintah No. 32 tahun 2013, yang menyatakan bahwa proses pembelajaran pada satu satuan pendidikan diselenggarakan secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, dan perkembangan fisik, serta psikologis peserta didik. Untuk itu setiap satuan pendidikan melakukan perencanaan pembelajaran, pelaksanaan proses pembelajaran serta penilaian proses pembelajaran untuk meningkatkan efisiensi dan efektivitas ketercapaian kompetensi lulusan (Nasution, 2017).

Strategi pembelajaran menurut David (Hardini dan Puspitasari, 2021) meliputi rencana, metode dan perangkat kegiatan yang direncanakan untuk mencapai tujuan pengajaran tertentu. Strategi dapat diartikan sebagai rencana kegiatan untuk mencapai sesuatu, sedangkan metode adalah cara untuk mencapai sesuatu. Untuk melaksanakan strategi tertentu diperlukan seperangkat metode pengajaran tertentu. Dengan demikian metode pengajaran menjadi salah satu unsur dalam strategi pembelajaran.

Menurut Damayanti, dkk (2020) hal-hal seperti metode pembelajaran yang digunakan guru tidak disukai oleh peserta didik, media pembelajaran yang kurang mendukung dalam proses pembelajaran, terlalu banyak hafalan, tugas-tugas (PR), dan tekanan dari mata pelajaran guru lainnya, serta saat mengajar guru terlalu monoton kepada peserta didik tanpa adanya relaksasi dalam belajar sehingga peserta didik cepat merasa bosan dan tidak bersemangat untuk mengikuti kegiatan pembelajaran. beberapa hal tersebut menjadi faktor terjadinya kejenuhan belajar pada siswa.

Menurut Haidir dan Salim (2012) terkadang ada pendidik yang menyampaikan materi pembelajaran di depan kelas justru membuat peserta didik menjadi bosan. Penyajian materi pembelajaran dilakukan menjadi tidak menarik yang mengakibatkan peserta didik kurang atau bahkan tidak termotivasi mengikutinya. Permasalahan ini diperkuat oleh Sinaga dan Feranie (Sinaga, et al, 2018) mengatakan bahwa seperti salah satu metode pembelajaran yaitu proses pembelajaran menulis yang dilakukan secara konvensional seperti menulis ulang buku pelajaran atau menuliskan semua perkataan guru biasanya akan tidak membuat peserta didik menguasai pembelajaran dan membatasi diskusi antar guru maupun peserta didik. faktor inilah yang membuat siswa menjadi pasif dan pembelajaran dalam kelas menjadi membosankan karena pembelajaran tersebut tidak memicu pola pikir peserta didik.

Menurut Syah (2020), jenuh bisa diartikan sebagai rasa jemu dan bosan dimana sistem akal seseorang tidak bisa bekerja sesuai dengan yang diharapkan dalam memproses item-item informasi atas pengalaman baru. Menurut Reber (Syah, 2017) kejenuhan belajar adalah belajar dengan rentan waktu tertentu, tetapi tidak mendatangkan hasil. Sedangkan menurut Syah (2017) paling umum penyebab kejenuhan belajar adalah kelelahan yang melanda, karena kelelahan dapat menjadi penyebab munculnya perasaan bosan pada siswa yang bersangkutan. Kelelahan mental di pandang sebagai faktor utama penyebab munculnya kejenuhan belajar.

Lebih lanjut peneliti melakukan pra penelitian dengan menggunakan metode angket dan wawancara kepada pihak-pihak terkait seperti Guru BK dan salah satu siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Jambi yang dilakukan pada tanggal 8 sampai 17 february 2023,



hasil wawancara yang peneliti lakukan adalah terlihat bahwa terkait strategi pembelajaran yang digunakan guru di SMA Negeri 4 Kota Jambi pada umumnya menggunakan metode ceramah, tanya jawab, memberikan tugas kepada siswa. Selain itu guru-guru disekolah tersebut selalu menjelaskan materi terlebih dahulu sebelum memberikan tugas dan tugas yang diberikanpun selalu disesuaikan dengan kemampuan siswa. Tetapi beberapa guru masih sering memberikan tugas diluar kemampuan siswanya seperti tingkat kesulitan tugas yang dirasa terlalu tinggi pada pelajaran matematika dan kimia dan waktu mengerjakan tugas yang terlalu sedikit pada pelajaran bahasa Indonesia dan pendidikan kewarganegaraan sehingga siswa merasa hal tersebut menjadi salah satu hal yang membuat siswa merasa jenuh dalam belajar.

Dalam suatu penelitian yang dilakukan oleh Sugara (2011) tentang burnout belajar terhadap siswa SMA Angkasa Bandung yang menemukan bahwa sebanyak 15,32% intensitas kejenuhan belajar siswa berada dalam kategori tinggi, 72,97% dalam kategori sedang, serta 11,71% pada kategori rendah. Area kejenuhan belajar yang ditemukan dalam penelitian ini yakni 48,10% pada area keletihan emosi, 19,19% pada area depersonalisasi, serta 32,71% pada area menurunnya keyakinan akademis. Penelitian tentang kejenuhan belajar juga dilakukan oleh Firmansyah (2012) pada siswa kelas VIII SMPN 1 Lembang yang menemukan bahwa 14,6% siswa mengalami kejenuhan belajar kategori tinggi, 72,9% pada kategori sedang, serta 12,5% pada kategori rendah. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa banyak siswa disekolah yang mengalami burnout atau kejenuhan dalam belajar, karena lebih dari setengah dari jumlah peserta didik yang diteliti mengalami kejenuhan belajar.

Fenomena lain ditemukan juga melalui wawancara dengan salah satu siswa kelas XI F2 (NA) yang menyatakan bahwa ia mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran matematika di mana hal ini hanya ia yang merasakan sedangkan teman-teman yang lain tidak merasakan hal yang sama. Ia juga menuturkan bahwa tugas yang di berikan guru-guru disekolah sangat beragam ada yang memberikan tugas latihan soal-soal, membuat video, portofolio dan lain-lain. Dalam sehari ia biasa mendapatkan tugas 2-3 tugas dengan waktu pengerjaan yang beragam ada yang sampai minggu depan dan ada juga yang harus dikumpul pada hari tugas itu di berikan. Cara (NA) membagi waktu dalam mengerjakan tugasnya adalah dengan mengerjakannya sepulang sekolah dan melanjutkannya di malam harinya.

Dalam mengerjakan tugas yang di berikan oleh guru (NA) mengaku merasa jenuh dikarenakan beberapa guru mata pelajaran yang sering memberikan tugas yang banyak dengan waktu yang sedikit dan juga cara mengajar yang hanya menjelaskan materi terus menerus tanpa ada evaluasi apakah siswa jenuh mendengarkannya atau tidak. Contohnya seperti pelajaran pendidikan kewarganegaraan yang dalam sehari memberikan 2 tugas bahkan di luar jam pelajaran dan sering melakukan ujian/ulangan di hari libur seperti sabtu dan minggu. Hampir sama dengan pelajaran pendidikan kewarganegaraan, pelajaran bahasa Indonesia juga kerap kali mmemberikan tugas di hari minggu dan harus di kumpul hari senin dan juga pelajaran matematika yang mengambil hari libur seperti libur imlek untuk melakukan ulangan dengan alasan di dalam kelas tidak ada orang cina yang merayakan imlek. Hal-hal tersebut memicu kejenuhan dalam belajar karena tidak memberikan waktu untuk istirahat kepada siswa dan tidak memahami bagaimana cara



belajar siswa sehingga siswa merasa jenuh dan bahkan sering menghindari jika ada pelajaran yang gurunya dirasa membosankan dalam mengajar.

Sedangkan menurut hasil wawancara dengan salah satu Guru BK di SMA Negeri 4 Kota Jambi tersebut adalah salah satu strategi yang digunakan guru mata pelajaran disekolah ini adalah menggunakan metode pembelajaran ceramah dan tanya jawab serta pemberian tugas karena dirasa metode inilah yang paling tepat untuk siswa. Menurut guru bk tingkat kesulitan tugas yang di berikan guru-guru di sekolah tersebut masih dalam tahap wajar/sedang karena sesuai dengan materi yang diberikan kepada siswa dan juga guru selalu menjelaskan materi dengan menggunakan metode ceramah tanya jawab sebelum memberikan tugas.

Cara Guru BK menyikapi kejenuhan siswa dalam belajar adalah dengan beberapa cara seperti membuka konsultasi online, memberikan pengertian kepada siswa jika pelajaran itu mudah untuk apa sekolah lebih baik belajar sendiri karena pelajaran itu sulitlah makanya di pelajari disekolah, mengarahkan membuat kelompok belajar, belajar dengan teknik kartu karena anak remaja cenderung lebih suka berkumpul dengan teman-temannya dan bermain , hal ini bisa dipergunakan untuk belajar contohnya belajar tentang biologi tentang alat reproduksi dan fungsinya dengan menggunakan kartu yang bisa di baca ketika sedang berkumpul dengan teman-temannya di suatu tempat, hal ini yang membuat membaca informasi dikaitkan dengan suasana bisa lebih cepat diingat.

Berdasarkan hasil wawancara dan menyebar angket dilapangan, disimpulkan bahwa strategi pembelajaran guru yang tidak memahami bagaimana cara yang diinginkan siswa dalam belajar dan hanya menjelaskan materi terus menerus dan memberikan tugas,sangat erat kaitannya dengan kejenuhan belajar siswa disekolah, pada penelitian terdahulu juga banyak dijelaskan faktor penyebab kejenuhan belajar dan hubungan kejenuhan belajar dengan beberapa variabel seperti srategi guru dalam mengatasi kejenuhan belajar tetapi pada penelitian ini tujuan utamanya adalah untuk mengetahui apakah sebenarnya strategi pembelajaran berpengaruh terhadap kejenuhan belajar siswa disekolah. Hal inilah yang menjadi kebaruan dalam penelitian ini karena belum ada penelitian yang mengungkapkan apakah strategi pembelajaran guru berpengaruh secara signifikan terhadap kejenuhan belajar.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sutja dkk (2017), pendekatan kuantitatif biasanya bersifat menguji teori, menggunakan instrument (angket), mengolah data berdasarkan angka-angka atau penjumlahan untuk mengambil kesimpulan secara deduktif atau dari umum kekhusus, kesimpulannya membenarkan atau menolak teori. Penelitian ini merupakan penelitian *expost-facto* yaitu penelitian yang mengukur tentang akibat suatu perlakuan yang tidak dilakukan oleh peneliti, tetapi telah ada sedemikian rupa yang mungkin dilakukan oleh pihak lain (Sutja et al.,2017).

Menurut Pamela, et al (Sugiyono, 2021) populasi adalah keseluruhan elemen yang akan dijadikan wilayah generalisasi. Elemen populasi adalah keseluruhan subyek yang akan di ukur, yang merupakan unit yang di teliti. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas XI yang ada di SMA Negeri 4 Kota jambi yang berjumlah 428 siswa.

Sampel adalah bagian dari populasi penelitian. Sampel merupakan sebagian dari pupulasi atau yang mewakili populasi secara representatif untuk dijadikan sebagai sumber



data atau responden (Sutja et al, 2017). Teknik sampling adalah untuk penentuan sampel yang akan digunakan dalam penelitian. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah simple random sampling yaitu pemerolehan data sembarang yang memungkinkan keseluruhan populasi menjadi sampel, tanpa memisahkan karakteristiknya. Hal ini didasari agar seluruh guru mata pelajaran memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel (Sutja et al, 2017).

Untuk menentukan jumlah sampel pada penelitian ini peneliti menggunakan formula dari slovin. Formulanya adalah:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$
$$n = \frac{428}{1+428(0,05)^2} = \frac{428}{1+1,07} = 206,76 \text{ dibulatkan jadi } 207$$

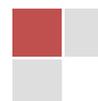
Jadi sampel pada penelitian ini berjumlah 207 siswa. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket yang disusun berdasarkan indikator strategi pembelajaran dan kejenuhan belajar. Angket tersebut terlebih dahulu diuji coba, untuk memenuhi kriteria penelitian ilmiah yaitu validitas dan reliabilitas. Teknik analisis data menggunakan analisis presentase untuk mengetahui gambaran kualitas strategi pembelajaran dan tingkat kejenuhan belajar serta apakah kedua variabel ini berpengaruh secara signifikan yang di uji melalui analisis regresi sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Jambi. Data mengenai pengaruh strategi pembelajaran terhadap kejenuhan belajar siswa di kelas XI dikumpulkan melalui penyebaran instrument. Dengan menggunakan teknik *simple random sampling*, dengan jumlah sampel yang di teliti sebanyak 207 siswa.

Untuk mendeskripsikan data variabel bebas dan variabel terikat yang diperoleh, disajikan dalam penjelasan berikut ini:

1. Strategi pembelajaran menurut Nasution (2017) dapat diartikan sebagai pola kegiatan pembelajaran yang dipilih dan digunakan guru secara kontekstual, sesuai dengan karakteristik peserta didik, kondisi sekolah, lingkungan sekitar dan tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan. Strategi pembelajaran terdiri dari metode, teknik, dan prosedur yang akan menjamin bahwa peserta didik akan betul-betul mencapai tujuan pembelajaran.
2. Strategi pembelajaran (X) merupakan variabel bebas. Data strategi pembelajaran didapatkan melalui penyebaran instrument kepada siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Jambi. Variabel ini diukur dengan skala angket yang terdiri dari 23 item pernyataan yang diberikan kepada 207 responden. Selanjutnya peneliti akan menampilkan hasil tingkat persentase angket menggunakan rumus persentase formula C untuk skala item berbeda. Adapun sebaran bobot strategi pembelajaran sebagai berikut:



Tabel 1.
 Sebaran Bobot Strategi Pembelajaran

| Indikator | No item | YA | | TIDAK | | Bobot | |
|---------------------------------------|-------------------|-------------|-------|------------|-------|---------------|---------------|
| | | F | % | F | % | | |
| Tahapan permulaan (pra- intruksional) | 1 | 170 | 82,1% | 37 | 17,9% | 170 | 82,1% |
| | 2 | 175 | 84,5% | 32 | 15,5% | 175 | 84,5% |
| | 3 | 147 | 71,1% | 60 | 28,9% | 147 | 71,1% |
| | 4 | 172 | 83,1% | 35 | 16,9% | 172 | 83,1% |
| | 5 | 181 | 87,4% | 26 | 12,6% | 181 | 87,4% |
| | 6 | 188 | 90,8% | 19 | 9,2% | 188 | 90,8% |
| | 20 | 159 | 76,8% | 48 | 23,2% | 48 | 23,2% |
| | 23 | 145 | 70,1% | 62 | 29,9% | 145 | 70,1% |
| Tahapan pengajaran (intruksional) | 7 | 188 | 90,1% | 19 | 9,2% | 188 | 90,1% |
| | 8 | 182 | 87,9% | 25 | 12,1% | 182 | 87,9% |
| | 9 | 105 | 50,7% | 102 | 49,3% | 102 | 49,3% |
| | 10 | 179 | 86,4% | 28 | 13,6% | 179 | 86,4% |
| | 11 | 183 | 88,4% | 24 | 11,6% | 183 | 88,4% |
| | 12 | 111 | 53,6% | 96 | 46,4% | 96 | 46,4% |
| | 13 | 178 | 85,9% | 29 | 14,1% | 178 | 85,9% |
| | 14 | 186 | 89,8% | 21 | 10,2% | 186 | 89,8% |
| | 22 | 149 | 71,9% | 58 | 28,1% | 149 | 71,9% |
| | Tahapan penilaian | 15 | 172 | 83,1% | 35 | 16,9% | 172 |
| 16 | | 167 | 80,6% | 40 | 19,4% | 167 | 80,6% |
| 17 | | 155 | 74,8% | 52 | 25,2% | 52 | 25,2% |
| 18 | | 167 | 80,6% | 40 | 19,4% | 167 | 80,6% |
| 19 | | 163 | 78,7% | 44 | 21,3% | 163 | 78,7% |
| 21 | | 153 | 73,9% | 54 | 26,1% | 153 | 73,9% |
| Jumlah | | 3775 | | 986 | | Σfb | 74,41% |
| | | | | | | = 3543 | |

Berdasarkan sebaran bobot strategi pembelajaran diatas, didapatkan jumlah bobot pada tahap permulaan (pra intruksional) yaitu 1226 atau 25,75%, tahap pengajaran (intruksional) 1443 atau 30,30% dan pada tahap penilaian 874 atau 18,35%. Maka total keseluruhan yaitu sebesar 3543 sedangkan persentase kualitas strategi pembelajaran di kelas XI menggunakan persentase data kelompok sebagai berikut:

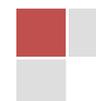
$$P = \frac{\Sigma fb}{\Sigma n(i)(bi)} \times 100\%$$

$$P = \frac{3543}{207(23)(1)} \times 100\%$$

$$P = 0,7441 \times 100\%$$

$$P = 74,41\%$$

Dari hasil perhitungan persentase data kelompok di atas, maka didapatkan bahwa persentase kualitas strategi pembelajaran di kelas XI yaitu 74,41% yang berarti kualitasnya baik.



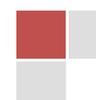
Hakim (2017) menjelaskan kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental yang dialami seseorang di mana ia mengalami rasa bosan dan lelah yang teramat sangat akibatnya timbul rasa lesu, tidak bersemangat, atau tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar.

Kejenuhan belajar (Y) merupakan variabel terikat. Data kejenuhan belajar didapatkan melalui penyebaran instrument kepada siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Jambi. Variabel ini diukur dengan skala angket yang terdiri dari 23 item pernyataan yang diberikan kepada 207 responden. Selanjutnya peneliti akan menampilkan hasil tingkat persentase angket menggunakan rumus persentase formula C untuk skala item berbeda. Adapun sebaran data kejenuhan belajar sebagai berikut:

Tabel 2.

| Indikator | No item | Sebaran Bobot Kejenuhan Belajar | | | | Bobot | |
|---|---------|---------------------------------|-------|-------|-------|-----------------------|--------|
| | | YA | | TIDAK | | | |
| | | F | % | F | % | | |
| Faktor dari dalam diri siswa (internal) | 1 | 73 | 35,3% | 134 | 64,7% | 134 | 64,7% |
| | 2 | 79 | 38,2% | 128 | 61,8% | 128 | 61,8% |
| | 3 | 162 | 78,2% | 45 | 21,8% | 162 | 78,2% |
| | 4 | 171 | 82,6% | 36 | 17,4% | 171 | 82,6% |
| | 5 | 178 | 85,9% | 29 | 14,1% | 178 | 85,9% |
| | 6 | 177 | 85,5% | 30 | 14,5% | 177 | 85,5% |
| | 7 | 113 | 64,6% | 94 | 45,4% | 94 | 45,4% |
| | 8 | 197 | 95,2% | 10 | 4,8% | 197 | 95,2% |
| | 9 | 199 | 96,1% | 8 | 3,9% | 199 | 96,1% |
| | 18 | 142 | 68,6% | 65 | 31,4% | 65 | 31,4% |
| 19 | 140 | 67,6% | 67 | 32,4% | 67 | 32,4% | |
| 22 | 119 | 57,5% | 88 | 42,5% | 88 | 42,5% | |
| 23 | 108 | 52,2% | 99 | 47,8% | 99 | 47,8% | |
| Faktor dari luar diri siswa (eksternal) | 10 | 196 | 94,7% | 11 | 5,3% | 196 | 94,7% |
| | 11 | 134 | 64,7% | 73 | 35,3% | 73 | 35,3% |
| | 12 | 201 | 97,1% | 6 | 2,9% | 201 | 97,1% |
| | 13 | 134 | 64,7% | 73 | 35,3% | 73 | 35,3% |
| | 14 | 140 | 67,6% | 67 | 32,4% | 67 | 32,4% |
| | 15 | 182 | 87,9% | 25 | 12,1% | 182 | 87,9% |
| | 16 | 179 | 86,5% | 28 | 13,5% | 179 | 86,5% |
| | 17 | 176 | 85,1% | 31 | 14,9% | 176 | 85,1% |
| | 20 | 144 | 69,6% | 63 | 30,4% | 144 | 69,6% |
| | 21 | 166 | 80,2% | 41 | 19,8% | 166 | 80,2% |
| Jumlah | | 3510 | | 1251 | | Σfb = 3216 | 67,54% |

Berdasarkan sebaran bobot kejenuhan belajar diatas, didapatkan jumlah bobot pada faktor dalam diri siswa (internal) yaitu 1759 atau 36,94% dan pada faktor dari luar diri siswa (eksternal) yaitu 1457 atau 30,60%. Maka total keseluruhan yaitu sebesar 3216 sedangkan persentase tingkat kejenuhan belajar di kelas XI menggunakan persentase data



kelompok sebagai berikut:

$$P = \frac{\sum fb}{\sum n(i)(bi)} \times 100\%$$

$$P = \frac{3216}{207(23)(1)} \times 100\%$$

$$P = 0,6754 \times 100\%$$

$$P = 67,54\%$$

Dari hasil perhitungan persentase data kelompok di atas, maka didapatkan bahwa persentase tingkatan kejenuhan belajar di kelas XI yaitu 67,54% yang berarti dalam tingkat tinggi.

Uji Normalitas

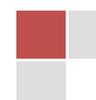
Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data distribusi normal untuk menetapkan teknik statistiknya. Uji pengolahan data ini menggunakan uji *One-Sample Kolmogorov Smirnov* (K-S). Kriteria penafsiran dari uji normalitas ini yaitu data dianggap normal apabila Monte Carlo Sig yang diperoleh $\geq \alpha 0.05$ dan data dianggap tidak normal apabila memiliki Monte Carlo Sig yang diperoleh $\leq \alpha 0.05$. Hasil uji data *Kolmogorov Smirnov* (K-S) sebagai berikut:

Tabel 3.

Hasil Uji Normalitas

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | | |
|-------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|---|
| | | | Unstan dardiz ed Residu al |
| N | | | 207 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | | .00000 |
| | Std. Deviation | | 1.6652 |
| Most Extreme Differences | Absolute | | .085 |
| | Positive | | .057 |
| | Negative | | -.085 |
| Test Statistic | | | .085 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | | .001^c |
| Monte Carlo Sig. (2-tailed) | Sig. | | .094^d |
| | 99% Confidence Interval | Lower Bound Upper Bound | .087 .102 |

a. Test distribution is Normal.



Berdasarkan uji asumsi statistic yang dilakukan dengan metode *Kolmogorov Smirnov* (K-S) diketahui *Monte Carlo Sig* yaitu sebesar 0,094 sesuai dengan kriteria yaitu $0,094 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan nilai residual berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan menggunakan *test deviation from linearity* dengan dasar pengambilan keputusan dilihat dari tabel *Anova* dengan standar signifikansi $> 0,05$ agar dinyatakan linear atau memiliki keterkaitan yang searah. Berikut ini merupakan hasil pengolahan data yang dilakukan dengan uji linearitas antara variabel X terhadap Y yaitu:

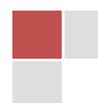
Tabel 4.
 Hasil Uji Linearitas

| | | ANOVA Table | | | | | |
|---|----------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|-------|-------------|
| | | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
| kejuhan belajar * strategi pembelajaran | Between Groups | (Combined) | 22.831 | 7 | 3.262 | 1.172 | .320 |
| | | Linearity | 5.363 | 1 | 5.363 | 1.927 | .167 |
| | | Deviation from Linearity | 17.469 | 6 | 2.911 | 1.046 | .397 |
| | Within Groups | | 553.777 | 199 | 2.783 | | |
| Total | | | 576.609 | 206 | | | |

Berdasarkan tabel di atas, nilai signifikansi pada deviation from linearity yaitu $0,397 > 0,05$, maka dapat dimaknai bahwa antar variabel strategi pembelajaran (X) terhadap kejuhan belajar (Y) mempunyai keterkaitan atau hubungan yang linear.

Analisis Regresi Sederhana

Analisis regresi sederhana adalah analisis yang digunakan dalam uji hipotesis dengan dasar ketentuan jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka dapat menunjukkan pengaruh variabel X terhadap variabel Y. analisis inilah ketika data penelitian dinyatakan normal dan linear dengan tujuan untuk mengetahui adanya pengaruh signifikan. Berikut analisis regresi sederhana,



Tabel 5.
 Hasil Analisis Regresi Sederhana

| Model | | Coefficients ^a | | | t | Sig. |
|-------|-----------------------|-----------------------------|------------|----------------------------|--------|-------------|
| | | Unstandardized Coefficients | | Standar dized Coefficients | | |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 18.739 | 1.290 | | 14.526 | .000 |
| | strategi pembelajaran | -.098 | .070 | -.096 | -1.387 | .167 |

a. Dependent Variable: kejenuhan belajar

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel koefisien regresi sederhana, nilai signifikan *asymptotik* berada pada 0,167 yang merupakan $0,167 > 0,05$. Maka disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel X terhadap variabel Y. berdasarkan kolom *Unstandardized Coefficients* dengan isi sub kolom B yang memperlihatkan *Constant* a dan besaran nilai B. kedua koefisien tersebut selanjutnya dijumlahkan dengan rumus persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = (a + b X)$$

$$Y = (18,739 + 0,098 X)$$

Keterangan:

Y= kejenuhan belajar

b= koefisien regresi

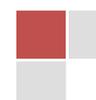
X= strategi pembelajaran

Konstanta sebesar 18,739 yang artinya jika nilai 0 maka strategi pembelajaran nilainya sebesar 18,739 kejenuhan belajar mengalami kenaikan satu satuan maka strategi pembelajaran akan meningkat sebesar 0,098 pada konstanta 18,739. Menurut Sutja et al (2017) analisis regresi pada hakekatnya adalah peningkatan dari koefisien determinasi dengan cara menaksir pengaruh satu atau beberapa variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) melalui persamaan X dengan Y dalam kondisi konsta dan kondiri terpengaruh.

Tabel 6.
 Hasil Analisis Regresi

| Model Summary | | | | |
|---------------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
| 1 | .096 ^a | .009 | .004 | 1.669 |

a. Predictors: (Constant), strategi pembelajaran



Berdasarkan tabel model summary diatas, menjelaskan bahwa nilai koefisien determinasi *R Square* yaitu 0,009 atau 0,9%. Besarnya pengaruh (*R Square*) yang didapat yaitu 0,009 atau 0,9% sehingga dapat diartikan bahwa kontribusi pengaruh variabel strategi pembelajaran terhadap kejenuhan belajar siswa hanya 0,9% dan 99,1% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian ini seperti cara belajar yang tidak bervariasi, belajar hanya ditempat tertentu, dan suasana belajar yang tidak berubah-ubah.

Kriteria Penafsiran Pengaruh

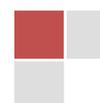
Hasil penelitian ini menunjukkan determinasi yang berada pada angka 0,009 atau 0,9%. Kriteria penafsiran pengaruh dengan determinasi 0,009 atau 0,9% berada pada kategori rendah tapi pasti antara variabel strategi pembelajaran dengan kejenuhan belajar siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Jambi.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah kualitas strategi pembelajaran berada dalam kategori “baik” dengan persentase sebesar 74,41%. Strategi ini meliputi beberapa tahapan dalam proses pembelajaran seperti tahapan permulaan (pra intruksional), tahapan pengajaran (intruksional) dan tahapan penilaian. Tingkat kejenuhan belajar siswa yang berada pada kategori “tinggi” dengan persentase sebesar 67,54%. Kejenuhan belajar yang dimaksud disini adalah ketika seseorang mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat pada mentalnya sehingga menyebabkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat atau tidak bergairah untuk melakukan aktifitas belajar. Dan hasil pengolahan analisis data pada koefisien determinasi sebesar 0,009 atau 0,9% dengan kriteria penafsiran pengaruh persial determinasi berada pada kategori “rendah tapi pasti”. Kemudian Sig. pada *deviation from linearity* yaitu $0,397 > 0,05$ yang diartikan bahwa variabel X terhadap variabel Y memiliki hubungan yang linear namun strategi pembelajaran (X) tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejenuhan belajar (Y).

DAFTAR PUSTAKA

- 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), 101.
- Ammy, P. M. (2021). Pengaruh Strategi Pembelajaran Information Search terhadap Kemampuan Pemahaman Belajar Matematika Siswa. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3242–3249. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i5.1294>
- Firmansyah, R. (2012). Efektivitas Teknik Self Instruction Untuk Mereduksi Gejala Kejenuhan Belajar Siswa. *Skripsi Jurusan PPB-FIP UPI*
- Haidir, S. (2012). Strategi Pembelajaran Suatu Pendekatan Bagaimana Meningkatkan Kegiatan Belajar Siswa Secara Transformatif by Haidir Salim (z-lib.org) (1) (p. 1).
- Hanina, P., Faiz, A., & Yuningsih, D. (2021). Upaya Guru Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Peserta Didik Di Masa Pandemi. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3791–3798. <https://jbasic.org/index.php/basicedu/article/view/1402>
- Hardini, I., & Dewi Puspitasari. (2021). strategi pembelajaran terpadu (qoni (ed.); 1st ed.). *Familia group relasi inti media*.
- Haudi. (2021). strategi pembelajaran (Hadion Wijoyo (ed.); 1st ed.). penerbit insan



- cendekia mandiri.
- Khusumawati, Z. E., & Christiana, E. (2014). Penerapan Kombinasi Antara Teknik Relaksasi dan Self-Instruction untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA 2 SMAN 22 Surabaya. *Bk Unesa*, 5(1), 8.
- Latuconsina, M. D. (2020). Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Relaksasi untuk Menurunkan Kejenuhan Belajar pada Siswa. *JAMBURA Guidance and Counseling Journal*, 1(2), 72–82. <https://doi.org/10.37411/jgcj.v1i2.533>
- Muna, N.R. (2013). Efektifitas teknik self regulation learning dalam mereduksi tingkat kejenuhan belajar siswa di sma insan cindekia sekarkemuning cirebon. *Jurnal Holistik Vol 14 No. 02*.
- Nasution, W. N. (2017). strategi pembelajaran (Asrul Daulay (ed.); 1st ed.). Perdana Publishing Kelompok Penerbit Perdana Mulya Sarana.
- Sinaga, A. (2018). Pengaruh Strategi Pembelajaran Terhadap Kemampuan Menulis Cerpen Pada Kelas Xi Siswa Sma N 5 Surakarta. *Gramatika STKIP PGRI Sumatera Barat*, 4(1). <https://doi.org/10.22202/jg.2018.v4i1.2452>
- Siyoto, S. & M. A. Sodik. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian. Literasi Media Publishing*.
- Slameto. 2006. *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Rozzaqyah, F. (2021). Hubungan Kejenuhan Belajar Dalam Jaringan Dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori Dan Praktik Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 8–17. <https://doi.org/10.36706/jkk.v8i1.14373>
- Sugihartono, dkk. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutja Akmal dkk. (2017). *Penulisan Skripsi Untuk Prodi Bimbingan Konseling*. Yogyakarta: Wahana Resolusi.
- Syah, M. (2017). *Psikologi belajar*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.

