

**TINGKAT KEJENUHAN BELAJAR SISWA DALAM
PEMBELAJARAN DARING SELAMA MASA PANDEMI
COVID-19**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Lailatul Dzikriah Jasman
NIM. 17006092

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022**

PERSETUJUAN SKRIPSI

**TINGKAT KEJENUHAN BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN
DARING SELAMA MASA PANDEMI COVID-19**

Nama : Lailatul Dzikriah Jasman
NIM/BP : 17006092/2017
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 10 Februari 2022

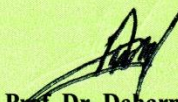
Disetujui Oleh

Ketua Jurusan/Prodi



Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.
NIP. 19610225 198602 1 001

Pembimbing,



Prof. Dr. Daharnis, M.Pd., Kons.
NIP. 19601129 198602 1 002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Judul : Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa dalam Pembelajaran
Daring selama Masa Pandemi Covid-19
Nama : Lailatul Dzikhriah Jasman
NIM/ BP : 17006092/2017
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 10 Februari 2022

Tim Penguji,

Nama

Tanda Tangan

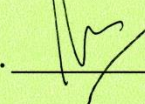
1. Ketua : Prof. Dr. Daharnis, M.Pd., Kons.

1. 

2. Anggota : Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons.

2. 

3. Anggota : Mursyid Ridha, S.Ag., M.Pd.

3. 

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Lailatul Dzikriah Jasman
NIM/BP : 17006092/2017
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa dalam Pembelajaran
Daring selama Masa Pandemi Covid-19

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 10 Februari 2022

Saya yang menyatakan,



Lailatul Dzikriah Jasman
NIM.17006092

ABSTRAK

Lailatul Dzikhriah Jasman. 2022. “TINGKAT KEJENUHAN BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN DARING SELAMA MASA PANDEMI COVID-19”. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Adanya wabah covid-19 yang menyebar ke seluruh dunia membuat pendidikan harus melakukan pembelajaran daring untuk pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran virus. Pembelajaran daring merupakan kondisi baru yang dirasakan siswa dalam menjalankan pembelajaran membuat siswa harus bisa beradaptasi dengan lingkungan belajar yang baru. Dalam pembelajaran beberapa hal yang tidak dapat dihindari yaitu adanya permasalahan, salah satunya siswa merasa jenuh dalam belajar atau *burnout* belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring dengan beberapa aspek: (1) Tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari kelelahan, (2) Tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari sinisme, (3) Tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari ketidakefektifan.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 857 orang siswa SMPN 18 Padang yang terdaftar pada tahun ajaran 2021/2022 dengan sampel penelitian sebanyak 316 orang siswa yang dipilih dengan teknik *Proportional Random Sampling*. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring. Data diolah menggunakan teknik analisis statistik deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring secara keseluruhan berada pada kategori sedang. Hasil penelitian tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari beberapa aspek bahwa *pertama*, tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari kelelahan berada pada kategori sedang. *Kedua*, tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari sinisme berada pada kategori sedang. *Ketiga*, tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari ketidakefektifan berada pada kategori sedang. Berdasarkan hasil penelitian ini layanan yang dapat diberikan untuk mengurangi kejenuhan belajar yaitu layanan informasi, konseling individu, bimbingan kelompok, dan konseling kelompok.

Kata Kunci: Kejenuhan Belajar, Pembelajaran Daring.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah rabbil 'Alamin, segala puji syukur peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan hidayah dan karunia-Nya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi tentang **“Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19”**.

Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi salah satu syarat penyelesaian Program Strata (S1) untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari berbagai bantuan dan dorongan dari berbagai pihak yang meluangkan waktu dan menyumbangkan pemikiran hingga terselesaikannya skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Daharnis, M.Pd., Kons., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah meluangkan waktunya dalam membimbing dan memberikan sumbangan pemikiran, pengetahuan, saran, kritik, dan arahan serta kesabaran yang berarti, sehingga peneliti dapat menyusun skripsi ini dengan baik.
2. Bapak Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons., dan Bapak Mursyid Ridha, S.Ag, M.Pd., selaku kontributor dan tim penimbang instrumen (*judgement*) yang telah memberikan saran, masukan, motivasi, ide, serta ilmu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Ibu Dr. Nurfarhanah, M.Pd., Kons., selaku salah satu dosen penimbang instrumen (*judgement*) penelitian pada skripsi ini yang senantiasa memberikan masukan dan arahan serta ilmu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons., selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling, Bapak Dr. Afdal, M.Pd., Kons., selaku Sekretaris Jurusan

Bimbingan dan Konseling FIP UNP dan Ibu Dr. Netrawati, M.Pd., Kons., selaku Ketua Labor Jurusan Bimbingan dan Konseling.

5. Segenap dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu, saran, motivasi, dan bantuan kepada peneliti.
6. Bapak Ramadi, selaku staf tata usaha Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah banyak membantu dalam proses administrasi selama perkuliahan hingga skripsi.
7. Bapak Drs. Nazir, M.M, selaku kepala sekolah SMPN 18 Padang yang telah memberikan izin untuk turun lapangan dan membantu terlaksananya penelitian.
8. Ibu Hendra Yetti, S.Pd., selaku Guru BK dan Seluruh Guru BK di SMPN 18 Padang yang senantiasa membantu dan berkolaborasi selama proses penelitian.
9. Semua personil SMPN 18 Padang yang telah menerima dengan baik selama penelitian.
10. Seluruh siswa SMPN 18 Padang selaku sampel penelitian dan responden untuk uji coba dan telah berkenaan mengikuti dan berpartisipasi dalam pelaksanaan penelitian.
11. Kedua orangtua Bunda Evi Rozati dan (Alm) Ayah Jasman yang dengan tulus memberikan doa yang tiada hentinya, semangat, serta bantuan secara moril dan materil sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
12. Abang Ilham Akbar Jasman, Adik Nadhyra Fathiya Khansaa Jasman dan Kakak Sepupu Suci Aninda Putri yang telah memberikan doa dan motivasi serta bantuan moril dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini serta seluruh keluarga besar yang sudah banyak membantu dan memotivasi.
13. Sahabat-sahabat terkasih tersayang yang sama-sama berjuang, memberikan motivasi, semangat dan solusi dalam menyelesaikan skripsi ini (Siti Azizi Fauziyyah, Nadisa Humaira, Salsabila Dwi JP, Tantri Velina Burhan, Shafira Addinia, Oktaviani Widyawati, Meliyani, Nadia Hilallia Lizar, Amanda Febriyeni, Fairin Munandar, Andre Rizky Prasetya, Rafi Rahman, Rizky Ramadhani, Fanji Nasrullah dan Kakak Nurul Athifah).

14. Sahabat-sahabat terkasih tersayang yang berada di Tanjungpinang, memberikan dukungan dan semangat serta canda tawanya yang selalu membuat peneliti merasa terhibur (Vanessa Defara Jambak, Ersyura Liandhini, Alfiqri Anshari, Farah Fairuz Nuza, Andari Hanny Pratiwi, Sri Wahyuni, Putri Ratna Juwita, Trisna Aprilia, Rizki Valentiadinika, Maghfirah Annisa, dan Larasati Edi Purwanti).
15. Rekan-rekan sesama bimbingan akademik yang sama-sama berjuang, memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini dan rekan-rekan mahasiswa Jurusan BK 2017 FIP UNP, serta adik-adik 2018, 2019 serta semua pihak yang telah memberikan masukan dan motivasi kepada peneliti.

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu penelitian sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari kontributor guna menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Semoga segala kebaikan dan pertolongan semuanya mendapatkan berkah dari Allah SWT. Akhir kata peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan, Aamiin.

Padang, Februari 2022

Lailatul Dzikriah Jasman
NIM. 17006092

DAFTAR ISI

ABSTRAK	5
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Asumsi Penelitian.....	7
F. Tujuan Penelitian.....	7
G. Manfaat Penelitian.....	8
1. Manfaat Teoretis.....	8
2. Manfaat Praktis.....	8
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Kajian Pustaka	10
1. Kejenuhan Belajar	10
a. Pengertian Kejenuhan Belajar.....	10
b. Aspek-Aspek Kejenuhan Belajar.....	13
c. Faktor-Faktor Kejenuhan Belajar.....	15
d. Gejala yang terlihat Pada Siswa.....	16
2. Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19	17
B. Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling.....	19
C. Penelitian Relevan	21
D. Kerangka Konseptual	24

BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Jenis Penelitian	25
B. Populasi dan Sampel.....	25
1. Populasi	25
2. Sampel	27
C. Definisi Operasional	28
D. Jenis Data dan Sumber Data.....	29
1. Jenis Data.....	29
2. Sumber Data	29
E. Instrumen dan Pengumpulan Data.....	29
F. Teknik Analisis Data	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Hasil Penelitian.....	37
B. Pembahasan	45
C. Implikasi Pelayanan Bimbingan dan Konseling.....	48
BAB V PENUTUP	53
A. Kesimpulan.....	53
B. Saran	53
KEPUSTAKAAN	55
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Penelitian.....	26
Tabel 2. Sampel Penelitian.....	28
Tabel 3. Skala Penilaian dalam Kejenuhan Belajar Siswa dalam Pembelajaran ..	30
Tabel 4. Kisi-Kisi Kejenuhan Belajar	31
Tabel 5. Hasil Uji Validitas Instrumen Penelitian	33
Tabel 6. Reliabilitas Uji Skala Kejenuhan Belajar Siswa	34
Tabel 7. Kategori Skor Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa dalam Pembelajaran..	36
Tabel 8. Hasil Keseluruhan Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa	37
Tabel 9. Rekapitulasi Keseluruhan Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa.....	38
Tabel 10. Hasil Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa dalam Pembelajaran Daring..	39
Tabel 11. Rekapitulasi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Aspek Kelelahan	40
Tabel 12. Hasil Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Aspek Sinisme (n=316)	41
Tabel 13. Rekapitulasi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Aspek Sinisme.....	42
Tabel 14. Hasil Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Aspek Ketidakefektifan	43
Tabel 15. Rekapitulasi Tingkat Kejenuhan Belajar Aspek Ketidakefektifan	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual	24
-------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Rekap <i>Judge</i> Instrumen Penelitian.....	58
Lampiran 2. Kisi-kisi dan Instrumen Penelitian Uji Coba	64
Lampiran 3. Tabulasi Hasil Data Uji Coba.....	71
Lampiran 4. Instrumen Penelitian	79
Lampiran 5. Tabulasi Hasil Instrumen Penelitian.....	84
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian.....	96

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dunia dikejutkan dengan adanya wabah yang melanda hampir seluruh negara yang disebut virus corona atau covid-19. Virus ini bekerja dengan mudah untuk menyebar dari satu individu ke individu lainnya, dengan cara menyerang pada bagian jalur pernapasan. Salah satu cara untuk menghentikan penyebaran virus covid-19 dengan peraturan protokol kesehatan seperti mencuci tangan, menjaga jarak sosial, memakai masker, menghindari keramaian, dan tempat yang kurang ventilasi udara. Dampak yang signifikan pada perkembangan dan pertumbuhan pada berbagai bidang, tidak terkecuali pada pendidikan.

Kebijakan baru yang diambil oleh banyak negara dan termasuk Indonesia dengan meliburkan seluruh kegiatan pendidikan dari sekolah hingga universitas, sehingga membuat alternatif baru untuk proses pembelajaran (Dewi, 2020). Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menjelaskan supaya setiap proses belajar mengajar di sekolah maupun kampus di setiap perguruan tinggi menggunakan metode daring sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran *coronavirus disease* (Covid-19).

Menurut Charismiadi (2020), pembelajaran yang dilakukan secara daring dengan banyak cara oleh pendidik untuk antisipasi virus corona. Namun, implementasi yang dilakukan kurang maksimal dan ketidaksiapan yang pasti di kalangan pendidik dalam beradaptasi di dunia digital ini.

Pemanfaatan digital untuk proses pembelajaran menerapkan metode pemberian tugas dengan memakai beberapa media, yang sering digunakan yaitu media sosial WhatsApp grup. Kondisi darurat seperti ini membuat bentuk penugasan yang paling efektif dalam pembelajaran jarak jauh disesuaikan dengan berbagai kondisi. Adapun konsekuensi yang dirasakan dengan pengenalan konsep untuk suatu pelajaran memiliki berbagai kendala antara lain jaringan internet tidak stabil, kurangnya kemampuan orangtua menyediakan fasilitas pendidikan online, dan penyediaan jaringan sesuai kondisi tempat (Ekantini, dkk, 2020).

Pembelajaran tatap muka diawali dengan penyampaian konsep pembelajaran dan tujuannya, kemudian dilanjutkan dengan pemahaman dan pengembangan beberapa tahapan yang dinilai tidak berjalan dengan semestinya di saat kondisi darurat seperti sekarang (Charismiadi, 2020). Permasalahan lainnya di pembelajaran daring tidak terasa nyata dan bermakna antar siswa dengan guru begitupun sebaliknya.

Sejalan dengan itu Hamid (2001), menjelaskan kurangnya umpan balik yang dibutuhkan dalam proses belajar mengajar, persiapan yang kurang, dan memungkinkan munculnya perilaku kecemasan, kebingungan serta frustrasi terkait kegiatan pembelajaran daring, adanya situasi ini

membuat kegiatan pembelajaran dilakukan dari jarak jauh dan di rumah. Kondisi baru yang dirasakan siswa dalam menjalankan pembelajaran membuat siswa harus bisa beradaptasi dengan lingkungan belajar yang baru. Dalam pembelajaran beberapa hal yang tidak dapat dihindari yaitu adanya permasalahan, salah satunya siswa merasa jenuh dalam belajar atau *burnout* belajar.

Menurut Slivar (2001), kejenuhan adalah terjadinya kelelahan dan jenuh yang dirasakan oleh individu baik dalam fisik maupun mental sebagai akibat tuntutan dari pekerjaan atau kegiatan belajar yang meningkat. Siswa yang merasakan kejenuhan akan menunjukkan kelelahan, sistem akalnya kurang dapat bekerja dengan baik sebagaimana yang diharapkan dalam belajar dan menerima ilmu pengetahuan.

Kejenuhan belajar yang dirasakan siswa saat pembelajaran daring mengakibatkan kegiatan belajar terlalu monoton, intonasi yang kurang bervariasi, dan tidak adanya interaksi langsung antara guru dan teman, dalam emosional adanya rasa kesepian saat belajar daring yang merujuk pada kejenuhan belajar (Pawicara & Conilie, 2020). Kejenuhan belajar saat memengaruhi dan berdampak bagi siswa untuk kelanjutan pendidikannya.

Setiap siswa dapat mengalami kejenuhan belajar, siswa yang kehilangan semangat maka salah satu tingkat keterampilan yang dimiliki mengalami ketidakseimbangan dan dapat hilang sebelum siswa melanjutkan ke tingkat keterampilan yang berikutnya (Mailita, dkk, 2016).

Kejenuhan berarti penuh atau padat yang terjadi pada siswa yaitu kejenuhan belajar yang memengaruhi aktivitas belajar sehingga siswa tidak bisa memuat informasi dan ilmu yang diberikan guru.

Menurut Slivar (2001), ada beberapa penyebab kejenuhan dalam belajar, yaitu tuntutan tugas yang terlalu banyak membuat siswa terbebani, metode pembelajaran yang kurang menarik siswa untuk lebih bersemangat, kurangnya pujian untuk siswa atau usaha yang dilakukannya, hubungan interpersonal tidak berlangsung dengan baik, antara siswa dan guru maupun siswa dengan siswa, adanya tuntutan dan harapan tinggi dari orangtua. Demikian untuk mengurangi kejenuhan belajar pada siswa dilakukan kegiatan belajar yang lebih menarik dan tidak monoton.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK dan salah satu guru wali kelas di SMPN 18 Padang pada tanggal 01 Maret 2021 didapatkan bahwa siswa kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran daring, merasakan perasaan yang kurang stabil seperti kurang berkonsentrasi, merasa kelelahan, suasana yang kurang kondusif sehingga merasa tertekan dalam proses belajar, dan siswa lebih memilih untuk menghindari pembelajaran. Artinya siswa merasa jenuh dalam belajar selama daring. Idealnya dalam belajar siswa dapat mengikuti proses belajar mengajar dengan maksimal sehingga mendapatkan hasil belajar yang maksimal pula, tugas yang diberikan selalu dikerjakan, memiliki semangat dalam belajar, tidak menghindari pembelajaran, serta berkonsentrasi ketika proses belajar

mengajar sedang berlangsung dengan mendengarkan dan memahami pelajaran yang diajarkan oleh guru.

Realita yang ditemukan membuat proses pembelajaran tidak terjalankan dengan optimal dengan banyaknya tugas yang diberikan, suasana belajar monoton cenderung membuat siswa mengalami kebosanan sehingga bersikap apatis pada pelajaran, serta rendahnya percaya diri dan kurangnya proses dalam memahami pelajaran yang diberikan. Menurut Maslach dan Leiter (2016), kejenuhan tidak hanya berasal dari individu itu sendiri, tetapi juga faktor dari lingkungan yang memengaruhi individu dalam menjalankan kegiatan yang dilakukan.

Terkait dengan hal ini penelitian Ningsih, dkk (2020), menunjukkan hasil kejenuhan belajar siswa saat pandemi dengan beberapa faktor. Hal serupa juga disebutkan dalam penelitian Febriani, dkk (2021), hasil penelitian menunjukkan siswa dan mahasiswa tidak memahami materi secara *online*, tugas yang menumpuk, dan tidak dapat berinteraksi dengan teman dan guru secara langsung membuat peningkatan kejenuhan dalam belajar.

Adanya fenomena tersebut, guru BK di sekolah memiliki peran sangat penting dalam menjalankan tugas dan layanan bimbingan dan konseling. Di saat pembelajaran daring dengan keterbatasan yang ada, membuat guru BK memprioritaskan siswanya agar tidak meningkatnya kejenuhan belajar.

Oleh karena itu penulis ingin meneliti bagaimana tingkat kejenuhan belajar pada siswa selama masa pandemi covid-19 dalam pembelajaran daring di SMPN 18 Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah, antara lain:

1. Terdapat siswa yang mengalami kejenuhan belajar yang mengganggu proses belajar dalam pembelajaran daring
2. Terdapat beberapa siswa yang acuh tak acuh dan memilih menghindari proses belajar selama daring
3. Terdapat beberapa siswa mengabaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru selama pembelajaran daring
4. Terdapat beberapa siswa yang tidak mengikuti proses belajar dikarenakan suasana belajar tidak kondusif selama daring

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, maka penulis membatasi permasalahan pada tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring selama masa pandemi covid-19.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah dikemukakan, dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini secara umum yaitu bagaimana

tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring selama masa pandemi covid-19. Rumusan masalah secara khusus dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Bagaimana tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari kelelahan?
2. Bagaimana tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari sinisme?
3. Bagaimana tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari ketidakefektifan?

E. Asumsi Penelitian

Asumsi dari penelitian ini untuk mengkaji beberapa kondisi, yaitu:

1. Kejenuhan belajar memiliki dampak buruk terhadap proses belajar siswa dan kejenuhan belajar pada siswa memiliki tingkatan yang berbeda.
2. Dalam mengurangi kejenuhan belajar diperlukan pemberian layanan bimbingan dan konseling sehingga siswa tidak mengalami kejenuhan dalam belajar daring selama masa pandemi covid-19.

F. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian secara umum untuk mendeskripsikan tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring. Adapun tujuan penelitian secara khusus yang ingin dicapai adalah untuk mendeskripsikan:

1. Tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari kelelahan
2. Tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari sinisme
3. Tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring ditinjau dari ketidakefektifan

G. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut.

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat khususnya bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya pada kejenuhan belajar siswa.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Guru BK

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu guru BK dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling yang tepat dalam mengurangi kejenuhan belajar pada siswa.

b) Bagi Orangtua

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan informasi kepada orangtua untuk membantu dan membimbing anak agar tidak jenuh dalam belajar dalam pembelajaran daring.

c) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian yaitu memperoleh ilmu pengetahuan atau pengalaman dalam melakukan penelitian, baik secara teori maupun praktik dan untuk menerapkan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh selama perkuliahan.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka

1. Kejenuhan Belajar

a. Pengertian Kejenuhan Belajar

Kejenuhan belajar memiliki istilah yang awalnya digunakan untuk mendeskripsikan bagaimana fenomena sosial yang terjadi pada saat pekerja *professional helping* kelelahan dan keletihan karena itu mereka tidak dapat bekerja dengan baik dan efektif. Adanya kejenuhan dikarenakan individu mencoba untuk mencapai suatu tujuan yang tidak realistis sehingga individu menghabiskan energi dan kehilangan perasaan emosional terhadap dirinya dan orang lain.

Menurut Khairani dan Ifdil (2015), kejenuhan merupakan dimana kondisi emosional individu tidak berdaya, tidak adanya harapan dan jenuh secara mental maupun fisik mengakibatkan tuntutan pekerjaan menjadi meningkat. Sejalan dengan itu Bianchi, dkk (2019), mengungkapkan kejenuhan berasal dari proses kejenuhan yang dirasakan oleh siapapun hingga membuat depresi.

Secara harfiah menyatakan jenuh berarti padat atau penuh sehingga tidak mampu dalam memuat apapun (Syah, 2019). Kejenuhan merupakan keadaan yang sangat letih fisik, emosional dan mental dimana ciri ini sering disebut sebagai *physical depletion*, yaitu perasaan tidak berdaya, keringnya perasaan,

konsep diri yang negatif, putus harapan, dan sikap negatif, serta perasaan gagal dalam mencapai tujuan diri (Vitasari, 2013).

Didefinisikan bahwa jenuh atau *burnout* ialah bosan dan jemu dimana sistem akal individu tidak bekerja semestinya dengan harapan dalam memproses informasi atau muatan pengalaman baru (Mianti, 2019). Penelitian diawal hanya berfokus mengenai kejenuhan dalam bekerja, kini seiring berjalan waktu sudah memasuki dunia pendidikan. Adapun yang dijadikan sasaran mengalami kejenuhan yaitu siswa dalam belajar.

Menurut Ahmadi dan Uhbiyati (2004), siswa merupakan anak didikan yang sedang berproses tumbuh memasuki usia dewasa, dengan memerlukan bantuan bimbingan dari orang lain agar bisa melaksanakan tugas sebagai manusia, anggota masyarakat, warga negara, dan individu. Kegiatan belajar merupakan hal penting dalam pendidikan, dalam belajar siswa dapat mengembangkan potensi diri mereka, mendapatkan ilmu pengetahuan, dan mengubah perilaku dan sikap secara positif (Hasgimianti, dkk, 2017).

Sehubungan dengan itu Mailita, dkk (2016), memaparkan siswa yang sedang beranjak dewasa dengan proses pertumbuhan fisiknya akan memengaruhi aktivitas belajarnya, apabila siswa merasa jenuh maka akan muncul sikap lalai, cepat merasa lelah, dan sistem akalnya tidak dapat bekerja sesuai harapan dalam

menerima informasi dan ilmu pengetahuan, sehingga kemajuan dalam belajarnya seakan-akan “berjalan di tempat”.

Menurut Syah (2015), kejenuhan belajar di dalam bahasa psikologi berarti *learning plateau* atau *plateau*. Kejenuhan belajar memiliki rentang waktu tertentu yang digunakan dalam belajar atau mengerjakan pekerjaan tugas tetapi tidak kunjung membuahkan hasil. Kejenuhan belajar merupakan kondisi dari emosional siswa ketika merasakan kelelahan dan jenuh secara mental maupun fisik sebagai akibat tuntutan akademik yang menekan atau berlebihan sehingga siswa merasakan kebosanan dan sangat lelah mengakibatkan munculnya rasa lesu, tidak bersemangat, dan tidak bergairah dalam menjalankan aktivitas belajar (Naldi dkk, 2018).

Menurut Sari, dkk, (2020), proses belajar pada setiap siswa memiliki peluang untuk hasil yang optimal dan baik, tetapi tidak jarang ditemukannya siswa yang mengalami hambatan dalam proses belajar salah satunya kejenuhan belajar. Hakim (2004), menjelaskan adanya kejenuhan membuat siswa yang memproses item-item baru menjadi sia-sia dan akalnya tidak dapat bekerja dengan semestinya, kejenuhan belajar banyak dialami oleh setiap siswa mengakibatkan masalah yang serius timbul dan menurunnya keinginan dan semangat dalam belajar sehingga prestasi belajar menurun.

Dalam kejenuhan belajar memiliki salah satu faktor yang memengaruhi proses belajar menjadi tidak optimal, proses pembelajaran tidak berjalan dengan baik karena ketika guru memberikan pelajaran, siswa tidak mampu dan tidak memahami secara maksimal ke dalam otak siswa (Murti & Yusri, 2019). Munculnya kejenuhan belajar diawali dari proses pengulangan aktivitas belajar dalam waktu panjang dan tidak adanya hasil prestasi yang memuaskan, akibatnya muncul perasaan keletihan pada individu dari fisik maupun psikis (Mianti, 2019).

Dari berbagai pendapat tersebut di atas maka dapat disimpulkan bahwa *burnout* (kejenuhan) belajar merupakan suatu kondisi dimana siswa merasa lelah, bosan, kurang perhatian terhadap pelajaran, tidak ada minat dan motivasi dalam belajar serta tidak mendatangkan hasil.

b. Aspek-Aspek Kejenuhan Belajar

Menurut Maslach dan Leiter (2016), ada beberapa aspek yang memengaruhi kejenuhan belajar, yaitu:

- 1) Kelelahan (*Exhaustion*) menyebabkan individu merasakan beberapa hal secara berlebihan, dari fisik maupun emosional. Perasaan yang muncul seperti merasa kering, dimanfaatkan, dan tidak bisa bersantai serta merasa tidak bersemangat. Ketika bangun pada pagi hari merasa kelelahan seperti pergi ke tempat tidur. Kelelahan juga membuat individu merasa kehilangan energi

untuk menghadapi dan menyelesaikan orang lain atau pekerjaan. Dengan begitu banyak individu yang mengalami kelelahan mencoba untuk mengurangi stres emosionalnya dengan memisahkan diri.

2) Sinisme (*Cynicism*) merupakan perasaan sinis yang membuat orang mengambil sikap dingin dan memilih berjarak terhadap kegiatan belajar dan lingkungan sekitarnya. Adanya perasaan tersebut dapat meminimalisir keterlibatan mereka di sekolah dan melupakan cita-cita mereka. Pada sisi lain, sinisme adalah upaya seseorang untuk melindungi dirinya dari kekecewaan dan kelelahan. Dengan begitu individu merasa lebih aman dan acuh tak acuh, terutama pada saat masa depannya tidak pasti dan menganggap hal-hal yang dilakukan tidak berhasil. Orang yang memiliki perasaan sinis lebih memperlakukan orang lain dengan kritis dan kasar.

3) Ketidakefektifan (*Ineffectiveness*) merupakan perasaan tidak efektif atau merasa tidak mampu dalam setiap aktivitas belajarnya, merasakan kegiatan belajar tampak terlalu besar. Individu merasakan lingkungan dan dunia tidak mendukungnya dan berupaya untuk menjatuhkannya sehingga tidak adanya kemajuan dan menyepelkan apa yang akan dicapai. Pada individu yang memiliki perasaan tidak efektif merasa kehilangan kepercayaan pada kemampuannya sehingga berdampak pada diri

sendiri dan orang lain yang kehilangan kepercayaan padanya. Perasaan tidak efektif akan membuat individu menghindari beberapa aktivitas untuk mengurangi bebannya, namun seringkali aktivitas penting yang seharusnya dikerjakan tidak terlaksana sehingga menurunkan kualitas serta kuantitas pada dirinya.

c. Faktor-faktor Kejenuhan Belajar

Proses belajar yang terganggu karena kejenuhan belajar dapat memengaruhi hasil belajar dan kehidupan individu. Menurut Yang (2004), kejenuhan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, dukungan sosial, beban belajar, keadilan, dan kepercayaan diri. Kemudian Syah (2019), menjelaskan faktor-faktor yang menyebabkan kejenuhan belajar, yaitu:

- 1) Waktu yang lama dalam belajar
- 2) Lingkungan yang tidak mendukung atau buruk
- 3) Adanya konflik saat belajar
- 4) Tidak ada umpan balik positif yang didapatkan dalam belajar

Sejalan dengan itu Agustin, dkk (2020), mengungkapkan tiga faktor utama terjadinya kejenuhan di tempat belajar, yaitu keterlibatan emosional, lingkungan belajar, dan karakteristik individu. Sedangkan menurut Hakim (2004), kejenuhan belajar dipengaruhi beberapa faktor, sebagai berikut:

- 1) Metode belajar yang monoton atau tidak bervariasi
- 2) Belajar yang hanya ditempat tertentu

- 3) Suasana atau lingkungan yang tidak berubah-ubah sehingga mengalami kebosanan
- 4) Kurangnya ada kegiatan rekreasi atau hiburan
- 5) Adanya ketidakseimbangan mental yang menjadi tertekan dan berlarut saat belajar

d. Gejala yang terlihat pada Siswa

Menurut Gold, Y dan Roth (1993), pada individu yang sedang mengalami kejenuhan adanya kenyataan bahwa mereka adalah orang yang bersemangat, energik, ambisius, dan memiliki prinsip yang teguh untuk tidak gagal dan merupakan pekerja keras. Dilihat dari adapun gejala-gejala yang terlihat saat jenuh, yaitu:

- 1) Kelelahan yang dirasakan sehingga kehilangan energi disertai keletihan
- 2) Melarikan diri dari situasi dan kenyataan agar bisa menyangkal penderitaan yang dialami
- 3) Terjadinya kebosanan yang sangat kuat dan perasaan sinisme, membuat individu tidak tertarik dengan kegiatan yang dilakukan disertai pesimis dengan kemampuannya
- 4) Memiliki perasaan emosional yang tidak stabil dikarenakan, saat melakukan kegiatan yang dilakukan dengan baik namun menurun kemampuannya dalam mengerjakannya
- 5) Memiliki perasaan yakin dengan diri sendiri dan menganggap dirinya paling terbaik

- 6) Merasa tidak ada yang menghargai dirinya dan kecewa pada sekitar
- 7) Timbul kecurigaan yang tidak mendasar pada dirinya
- 8) Merasakan depresi hingga menghindari kenyataan yang terjadi pada dirinya

2. Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19

Berdasarkan Surat Edaran Kemendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menjelaskan supaya setiap proses belajar mengajar di sekolah maupun kampus di setiap perguruan tinggi menggunakan metode daring sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran *Coronavirus disease* (Covid-19). Rosali (2020), menjelaskan pembelajaran daring merupakan inovasi pendidikan dalam menjawab tantangan untuk memberikan sumber belajar yang bervariasi.

Menurut Yanti, dkk (2020), model pembelajaran daring adalah pola pembelajaran dari guru yang direncanakan proses belajarnya sesuai dan efisien agar tercapai tujuan pembelajaran dengan memanfaatkan jaringan komputer dan internet. Model pembelajaran yang dirancang bervariasi akan membuat proses pembelajaran yang dirasakan siswa menjadi berkesan dan mencapai hasil belajar yang optimal (Yunitasari & Hanifah, 2020).

Dalam memanfaatkan digital untuk proses pembelajaran diterapkan metode pemberian tugas melalui media aplikasi, yang sangat sering digunakan yaitu media sosial WhatsApp dan Google Classroom. Pada kondisi darurat saat pandemi salah satu yang paling efektif dalam pembelajaran jarak jauh dengan pemberian melalui media sosial. Konsekuensi yang dirasakan saat pembelajaran daring ini tidak dapat tatap muka antara guru dan siswa, pembelajaran tidak terlalu berjalan dengan baik.

Metode pembelajaran efektif seperti adanya umpan balik dapat diberikan secara daring dengan menggabungkan kolaborasi kegiatan belajar yang mandiri, serta dapat berdasarkan kebutuhan siswa menggunakan simulasi dan permainan, guru yang menyediakan sarana pembelajaran sesuai kebutuhan siswa maka akan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan (Nugraha, dkk, 2020). Pembelajaran menyenangkan yang diciptakan oleh pendidik maka siswa akan mengesampingkan ancaman selama proses pembelajaran.

Di samping itu, guru memiliki tujuan agar siswa berhasil untuk mencapai proses pembelajaran, sehingga guru harus memberikan metode pembelajaran yang akan membuat pembelajaran berhasil dan meningkatkan hasil belajar (Suswandari, 2017). Kegiatan pembelajaran memiliki kelebihan dan kekurangan, dalam pembelajaran daring kelebihan salah satunya meningkatkan interaksi siswa dan guru, pembelajaran bisa dikerjakan dan dilakukan di mana saja dan kapan

saja, menjangkau siswa dengan cakupan yang luas, dan memudahkan penyempurnaan materi pembelajaran (Windhiyana, 2020).

Keuntungan lainnya dengan pembelajaran daring adalah pembelajaran bersifat mandiri, meningkatkan daya ingat, memberikan banyak pengalaman belajar, dengan adanya teks, audio, dan animasi yang dapat digunakan untuk menyimpan informasi, serta memberikan kemudahan dalam proses belajar untuk komunikasi (Rosali, 2020). Keberhasilan dalam model pembelajaran daring atau media yang diberikan dari guru tergantung pada siswa, tidak semua *literature* dalam pembelajaran dan media aplikasi dapat dimengerti oleh semua siswa, dikarenakan adanya faktor lingkungan belajar dan karakteristik siswa (Dewi, 2020).

Adapun kelemahan dari pembelajaran daring menimbulkan berbagai hambatan dalam pelaksanaannya, dengan begitu siswa lebih berminat dalam belajar tatap muka dibandingkan dengan pembelajaran daring (Febriani, dkk, 2021). Pembelajaran daring membuat peningkatan kejenuhan pada siswa yang berpengaruh pada proses kegiatan belajar yang tidak maksimal.

B. Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Permasalahan kejenuhan belajar siswa dapat dibantu dengan peran guru BK yang sangat diperlukan, tujuannya membantu siswa agar menjalankan aktivitas belajar sehari-hari secara benar dan bahagia, serta

mampu mengatasi masalah-masalah yang muncul dalam lingkungan sekitar (Ridhwan, 2015). Hal ini membuat guru BK melakukan beberapa tindakan dan upaya agar membantu siswa untuk berpikir logis, mandiri, dan dewasa sehingga tercapainya hasil belajar dan kehidupan yang baik.

Guru BK memberikan upaya bantuan dalam layanan bimbingan dan konseling agar individu dapat berkembang dengan baik, dengan adanya upaya ini membuat siswa tidak mengalami kejenuhan belajar sehingga prestasi belajarnya dapat meningkat. Kejenuhan belajar yang dirasakan siswa dapat ditangani oleh guru BK dikarenakan jika tidak ditangani oleh pihak yang bertanggung jawab maka akan membawa masalah serius dan berdampak buruk di kemudian hari. Guru BK dapat berkerja sama dengan guru bidang studi dalam memberikan pengawasan agar dapat teratasi kejenuhan belajar yang dirasakan oleh siswa.

Upaya pencegahan guru BK dalam mengatasi kejenuhan yaitu diberikan beberapa layanan bimbingan dan konseling, sebagai berikut:

1. Layanan informasi, dengan adanya layanan ini dapat memberikan informasi-informasi yang diperlukan oleh siswa demi kepentingan perkembangannya dan mengurangi rasa jenuh dalam belajar.
2. Layanan konseling individu, dengan adanya layanan ini dapat mengentaskan masalah pribadi siswa mengenai kejenuhan dalam belajar.

3. Layanan bimbingan kelompok, dengan adanya layanan ini menggunakan dinamika kelompok membahas hal-hal yang berkaitan dengan kejenuhan belajar yang menjadi kepedulian bersama.
4. Layanan konseling kelompok, dengan adanya layanan ini dapat membahas masalah-masalah pribadi siswa yang dialami untuk pengembangan pribadi dan kelompok selanjutnya diberikan solusi bersama.

C. Penelitian Relevan

1. Penelitian yang dilakukan Anggreini, dkk (2019), hasil penelitian menunjukkan dalam mengatasi kejenuhan belajar dapat dilakukan dengan REBT karena keefektifannya sehingga kejenuhan belajar yang dialami siswa menurun dengan adanya kontrol dalam kelompok. Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian saya adalah sama-sama membahas kejenuhan belajar dan subjek penelitian siswa SMPN 13 Padang. Sedangkan perbedaannya adalah menurunnya tingkat kejenuhan belajar dengan REBT sementara penelitian saya tentang kejenuhan belajar dalam pembelajaran daring.
2. Penelitian yang dilakukan Ningsih, dkk (2020), hasil penelitian menunjukkan terdapat siswa SMTA Di Kedungwungu Indramayu memiliki kejenuhan belajar saat pandemi covid-19 dengan beberapa faktor. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan saya teliti adalah sama-sama meneliti kejenuhan belajar dalam pembelajaran daring selama masa pandemi covid-19. Sedangkan perbedaan penelitian

ini dengan penelitian saya yaitu penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif etnografi sedangkan penelitian saya menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif.

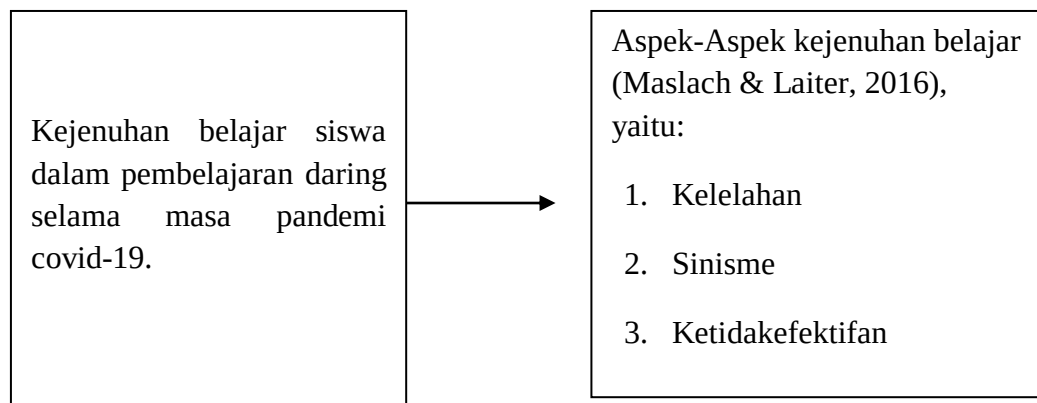
3. Penelitian yang dilakukan Khairani, dkk (2020), hasil penelitian menunjukkan terdapat kejenuhan pada siswa berdasarkan jenis kelamin saat dilakukan observasi dan wawancara di di Jurusan Bimbingan dan konseling, Universitas Negeri Padang. Kejenuhan yang dialami siswa laki-laki dan perempuan termasuk kategori sedang, terdapat siswa laki-laki kejenuhan lebih tinggi 40% dan siswa perempuan kejenuhannya 38,2%. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan saya teliti adalah sama-sama membahas kejenuhan pada siswa. Sedangkan perbedaannya yaitu penelitian ini meneliti perbedaan kejenuhan pada siswa laki-laki dan perempuan, penelitian saya membahas tentang kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring.
4. Penelitian yang dilakukan Kusuma dan Afdal (2020), hasil penelitian menunjukkan terdapat kejenuhan pada pekerja Bank Perkreditan Rakyat (BPR) LPN Taeh Baruah termasuk dalam kategori sedang. Terdapat perbedaan persen dalam aspek kejenuhan berdasarkan jenis kelamin, pada pekerja laki-laki mengalami kejenuhan kategori sedang dengan aspek kelelahan sedangkan pada pekerja perempuan mengalami aspek kelelahannya lebih dominan. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan saya teliti adalah sama-sama membahas kejenuhan. Sedangkan perbedaannya adalah pada penelitian ini membahas

perbedaan kondisi kejenuhan pekerja berdasarkan jenis kelamin, pada penelitian saya membahas kejenuhan belajar yang dialami siswa dalam pembelajaran daring.

5. Penelitian yang dilakukan Kristina, dkk (2020), hasil penelitian menunjukkan terdapat siswa di Salatiga memiliki kejenuhan belajar dalam kategori sedang 62%. Kejenuhan belajar dikaitkan dengan keadaan ekonomi siswa selama masa pandemi covid-19. Persamaan penelitian ini dengan penelitian saya adalah sama-sama membahas kejenuhan belajar pada siswa. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian saya adalah pada penelitian ini mengaitkan kejenuhan belajar siswa dan kondisi ekonomi siswa selama masa pandemi covid-19, pada penelitian saya meneliti kejenuhan belajar siswa selama pembelajaran daring.
6. Penelitian yang dilakukan Febriani, dkk (2021), hasil penelitian menunjukkan terdapat siswa dan mahasiswa yang tidak memahami materi yang diberikan secara online, tugas yang menumpuk, dan tidak bisa berinteraksi dengan teman dan guru mengakibatkan kejenuhan dalam belajar saat pembelajaran daring meningkat. Persamaan penelitian ini dengan penelitian saya adalah sama-sama membahas kejenuhan belajar pada siswa. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian saya yaitu penelitian ini hanya meneliti berbagai faktor kejenuhan dalam belajar sedangkan penelitian saya meneliti siswa SMP di Padang dengan menggunakan penelitian deskriptif.

D. Kerangka Konseptual

Berdasarkan kajian teori yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat dilihat kerangka konseptual pada penelitian ini sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Konseptual

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, secara umum tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring selama masa pandemi covid-19 di SMPN 18 Padang berada pada kategori sedang dengan rata-rata 91,73 dan persentase 54% dari skor maksimal. Hal ini berarti selama pembelajaran daring siswa mengalami kejenuhan belajar. Berdasarkan hasil penelitian secara khusus disimpulkan secara rinci:

1. Tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring dilihat dari aspek kelelahan berada pada kategori sedang.
2. Tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring dilihat dari aspek sinisme berada pada kategori sedang.
3. Tingkat kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring dilihat dari aspek ketidakefektifan berada pada kategori sedang.

B. Saran

Berdasarkan hasil-hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang telah dikemukakan, ada beberapa saran yang dapat direkomendasikan sebagai tindak lanjut dalam penelitian ini. Beberapa saran yang dapat diajukan adalah:

1. Guru BK

Guru BK memiliki peran yang sangat berpengaruh dalam membimbing siswa terutama dalam proses pembelajaran yang sedang

dilakukan. Oleh karena itu, data penelitian ini dapat dijadikan bahan informasi dan referensi mengenai kejenuhan belajar siswa selama daring, guru BK diharapkan dapat memberikan perhatian, memahami, membantu, dan meningkatkan semangat siswa dalam belajar. Upaya Guru BK dengan memberikan layanan-layanan bimbingan dan konseling sehingga siswa tidak mengalami kejenuhan dalam belajar.

2. Orangtua

Bagi orangtua dapat bekerjasama dengan guru BK dan wali kelas upaya untuk mengetahui bagaimana perkembangan belajar siswa dan membantu siswa agar tidak kehilangan minat dan semangat dalam belajar.

3. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman atau acuan untuk melakukan penelitian lebih lanjut. Kemudian disarankan kepada peneliti selanjutnya agar dapat meneliti faktor lainnya yang dapat memungkinkan memengaruhi tingkat kejenuhan belajar siswa.

KEPUSTAKAAN

- Agustin, M., Puspita, R. D., & Setyadi, R. (2020). Gejala Kejenuhan Guru Sekolah Dasar Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Elementaria Edukasia*, 3(2), 183–192.
- Ahmadi, A & Uhbiyati, N. (2004). *Ilmu pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Anggreini, C., Daharnis, D., & Karneli, Y. (2019). The Effectiveness of Group Rational Emotive Behavior Therapy to Reduce Student Learning Burnout. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 3(2), 109.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bianchi, R., Schonfeld, I. S., & Laurent, E. (2019). Burnout: Moving Beyond The Status Quo. *Journal of Stress Management*, 26(1), 36.
- Cahyani, A., Listiana, I. D., & Larasati, S. P. D. (2020). Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *IQ (Ilmu Al Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 123–140.
- Charismiadi. (2020). Hubungan Regulasi Emosi dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Baru. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Dewi, W. A. F. (2020). Dampak COVID-19 terhadap Implementasi Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 55–61.
- Djarwanto, P. S. (1994). *Pokok-pokok analisa laporan keuangan*. Cetakan I. Yogyakarta: BPFE.
- Ekantini, A., Sunan, U., Yogyakarta, K., & Hayati, N. (2020). Metode Pembelajaran Daring. *E-Learning Yang Efektif*. Bali: Jurusan Ilmu Pendidikan, 5(2), 187–194.
- Febriani, R. D., Hariko, R., Yuca, V., & Magistarina, E. (2021). Factors Affecting Student's Burnout In Online Learning Burnout Study. *Jurnal Neo Konseling*, 3(3), 32–38.
- Gold, Y dan Roth, R. A. (1993). *Teachers Managing Stress and Preventing Burnout: The Professional Health Solution*. London: The Flamer Press.
- Hakim, T. (2004). *Belajar secara efektif*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hamid, A. A. (2001). E-Learning: is it The “E” or The Learning That Matters?. *The Internet and Higher Education*, 4(3-4), 311–316.
- Hasgimianti, H., Nirwana, H., & Daharnis, D. (2017). Perhatian Orangtua dan Motivasi Belajar Siswa yang Berlatar Belakang Melayu dan Jawa. *Insight Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 130–143.

- Hidayah, A. A. F., Al Adawiyah, R., & Mahanani, P. A. R. (2020). Efektivitas Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid 19. *JURNAL SOSIAL: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 53, (56).
- Irianto, A. (2004). *Statistik konsep dasar, aplikasi dan pengembangannya (edisi kedua)*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Iskandar. (2008). *Metodologi penelitian pendidikan dan sosial (kuantitatif dan kualitatif)*. Jakarta: GP Press.
- Khairani, Y., & Ildil, I. (2015). Konsep Burnout pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 4(4), 208.
- Khairani, Y., Sano, A., & Yusri. (2020). Global Conferences Series: The Differences of Burnout among Students based on Gender. *Global Conferences Series: Social Sciences, Education and Humanities (GCSSEH)*, 5(1), 104–110.
- Kristina, A. D., & Loekmono, J. T. L. (2020). The Effect of Role Conflict on Academic Burnout of Undergraduate Economics Students. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 04(02), 98–103.
- Kriyantono, R. (2014). *Teknik praktis riset komunikasi*. Jakarta: Preneda Media Group.
- Kusuma, T. & A. (2020). Difference in Burnout Conditions for Male and Female Employees of Bank Perkreditan Rakyat (BPR). *Jurnal Neo Konseling*, 2(2), 1–7.
- Mailita, Basyir, M. N., & Abd, D. (2016). Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Mencegah Kejenuhan Belajar Siswa di SMP Negeri Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 1(November), 14–26.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior, Chapter 43 Burnout*. Cambridge: Academic Press.
- Mianti, R. (2019). Penggunaan Rational Emotive Behavioral Therapy untuk Menurunkan Burnout Belajar pada Siswa Kelas XI di SMA NEGERI 1 Bangun Purba. *Skripsi*. Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, 8(5).
- Murti, S & Yusri. (2019). Profile Saturation Learning of Student in Senior High School 8 Padang. *Jurnal Neo Konseling*, 1(2), 1–8.
- Nakayama, M., Mutsuura, K., & Yamamoto, H. (2014). Impact of Learner's Characteristics and Learning Behaviour on Learning Performance During a Fully Online Course. *Electronic Journal of E-Learning*, 12(4), 394–408.

- Naldi, E.M., Daharnis & Ilyas, A. (2018). Hubungan Persepsi Siswa tentang Lingkungan Sekolah dengan Kejenuhan (*Burnout*) Belajar di SMA Negeri 4 Padang. *Jurnal Neo Konseling*, 1(1), 1–7.
- Ningsih, Kristia, L. & Djumali. (2020). Kejenuhan Belajar Masa Pandemi Covid-19 Siswa SMTA di Kedungwungu Indramayu. *Skripsi Tesis*. Muhammadiyah Surakarta.
- Nugraha, S. A., Sudiatmi, T., & Suswandari, M. (2020). Studi Pengaruh Daring Learning terhadap Hasil Belajar Matematika Kelas IV. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(3), 265–276.
- Pawicara, R., & Conilie, M. (2020). Analisis Pembelajaran Daring terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi. *ALVEOLI: Jurnal Pendidikan Biologi*, 1(1), 29–38.
- Prayitno. (2004). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. (2012). *Jenis layanan dan kegiatan pendukung konseling*. Padang: FIP UNP.
- Prayitno & Atmi, E. (2004). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ridhwan, M. (2015). *Peranan Konseling*.
Diperoleh dari <http://co.id.wikipedia.org/wiki/html>.
- Rosali, E. S. (2020). Aktifitas Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *Geography Science Education Journal (GEOSEE)*, 1(1), 21–30.
- Sari, P., Kholidin, F. I., & Edmawati, M. D. (2020). Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Bandar Lampung. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 1(1), 45–52.
- Slivar, B. (2001). The Syndrome of Burnout, Self-Image, and Anxiety with Grammar School Students Sindrom Izgorelosti, Samopodoba In Anksioznost Pri Gimnazijcih. *Horizons of Psychology*, 10(2), 21–32.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Statistik untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistyowati, E & Laily, F, R. (2020). Kejenuhan Belajar, Konseling Kelompok, Kontrak Perilaku. *Jurnal HELPER*, 37(1), 12–15.
- Suswandari, M. (2017). Keterampilan Guru Sekolah Dasar dalam Mengembangkan Bahan Ajar IPS. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 2(4), 2017.

- Syah, M. (2015). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Syah, M. (2019). *Psikologi belajar*. Jakarta: Rajawali Press.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan konseling di sekolah dan madrasah (berbasis integras)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Vitasari, I. (2013). Kejenuhan (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.
- Winarsunu, T. (2012). *Statistik dalam penelitian psikologi & pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Windhiyana, E. (2020). Dampak Covid-19 terhadap Kegiatan Pembelajaran Online di Sebuah Perguruan Tinggi Kristen di Indonesia. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 34(1), 1–8.
- Yang, H. J. (2004). Factors Affecting Student Burnout and Academic Achievement in Multiple Enrollment Programs in Taiwan's Technical-Vocational Colleges. *International Journal of Educational Development*, 24(3), 283–301.
- Yanti, M. T., Kuntarto, E., & Kurniawan, A. R. (2020). Pemanfaatan Portal Rumah Belajar Kemendikbud Sebagai Model Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar. *Adi Widya Jurnal Pendidikan Dasar*, 10(1), 61–68.
- Yunitasari, R., & Hanifah, U. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Minat Belajar Siswa pada Masa COVID 19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(3), 236–240.
- Yusuf, A. M. (2014). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif & penelitian gabungan*. Jakarta: Prenada Media Group.