

## **KONTRIBUSI LAYANAN GURU PAI DALAM MENGATASI *BURN OUT* SISWA**

**Fuad, MA**

**STIT AL-HILAL SIGLI**

Jl. Lingkar Keunire Sigli, Pidie

Email: [fuaddo42@gmail.com](mailto:fuaddo42@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Jurnal Ini Berjudul “Kontribusi Layanan Guru PAI dalam Mengatasi Burn Out Siswa” Adapun yang menjadi penekan masalah dalam jurnal ini adalah faktor-faktor kejenuhan belajar siswa, dan ciri-ciri kejenuhan belajar siswa serta bagaimana strategi guru PAI dalam mengatasi kejenuhan belajar siswa. Dalam jurnal ini terpaparkan bahwa faktor-faktor kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa salah satunya yaitu kondisi ruang kelas yang tidak berubah-ubah, tidak adanya aktivitas belajar di alam bebas dengan arti lain di tempat terbuka, tidak ada permainan/*game* pada saat belajar, fisik yang mengalami kelelahan, dan kurangnya aktivitas rekreasi/hiburan. Ciri-ciri kejenuhan belajar siswa yaitu suasana kelas yang tidak tenang, Siswa meminta izin keluar silih berganti ketika proses pembelajaran, dan mengganggu teman atau usil saat belajar. Sedangkan strategi yang digunakan guru PAI untuk mengatasi kejenuhan belajar adalah menegur siswa jika kedatangan tidur di kelas, menggunakan metode yang bervariasi, mengajak siswa belajar diluar ruangan kelas, memberikan tugas untuk dikerjakan dirumah dan memberi motivasi sebelum memulai pembelajaran.

**Kata Kunci:** Strategi Guru, Mengatasi, Kejenuhan Siswa, *Burn Out*

### **ABSTRACT**

*This journal is titled "Strategies of Islamic Religious Education Teachers in Overcoming Students' Boredom Learning." The problem in this journal are the factors of students' learning saturation, and the characteristics of students' learning saturation and how the PAI teacher's strategies are in overcoming the saturation of student learning. In this journal it is explained that the factors of learning saturation experienced by students one of which is the condition of the classroom that does not change, the absence of learning activities in the wild with other meanings in the open, there are no games / games during learning, physical who experience fatigue, and lack of recreational / entertainment activities. The characteristics of student learning saturation are the uneasy classroom atmosphere. Students ask for permission to go out one after another during the learning process, and interfere with friends or nosy while learning. Whereas the strategy used by PAI teachers to overcome learning boredom is to reprimand students if they are found sleeping in class, using various methods,*

*inviting students to study outside the classroom, giving assignments to do at home and motivating before starting learning.*

**Keywords:** *Teacher Strategy, Overcoming, Student Boredom*

## **A. Pendahuluan**

Pendidikan adalah usaha yang bersifat mendidik, membimbing, membina, memengaruhi, dan mengarahkan dengan seperangkat ilmu pengetahuan. Dengan demikian, pendidikan dapat dilakukan secara formal maupun informal. Tempat melakukan pendidikan adalah keluarga, sekolah dan lingkungan.<sup>1</sup> Pendidikan dalam pengertian yang luas merupakan kegiatan yang meliputi semua perbuatan atau usaha dari generasi yang lebih tingkat pengetahuan dan pengalaman untuk mengalihkan pengetahuan, pengalaman serta keterampilannya kepada generasi yang tingkat pengetahuannya lebih rendah. Pendidikan mempunyai fungsi sebagai salah satu cara dalam menyiapkan generasi yang lebih muda agar dapat memenuhi fungsi hidupnya baik secara jasmani atau rohani.

Guru merupakan salah satu unsur pendidikan yang memegang peranan penting dalam mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa serta berbudi pekerti luhur. Guru pendidikan agama Islam merupakan seorang guru yang dinilai memiliki kemampuan dan pengetahuan tentang Islam. Peran guru dalam membimbing siswa juga ditegaskan dalam Undang-Undang RI Nomor 14 Tahun 2005 tentang guru dan dosen yaitu: "guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar dan pendidikan menengah."<sup>2</sup>

Pembelajaran tidak pernah luput dari kekurangan yang muncul sewaktu-waktu dan menjadi penghambat tercapainya tujuan belajar. Kekurangan tersebut salah satunya yaitu munculnya kejenuhan pada peserta didik. Jenuh dapat diartikan sebagai sikap yang menjemukan atau membosankan. Kejenuhan belajar mengakibatkan siswa tidak mampu menerima pelajaran bahkan tidak dapat memahami inti sari dari pembelajaran tersebut

Kejenuhan belajar merupakan hal yang dapat terjadi pada individu siswa, reaksi kejenuhan belajar pada diri siswa ini bisa berlangsung singkat,

---

<sup>1</sup> Beni Ahmad Saebani dan Hendra Akhdiyati, *Ilmu Pendidikan Islam*, Cet. I, (Bandung: Pustaka Setia, 2009), hal. 21-22.

<sup>2</sup> Undang-Undang RI Nomor 14 Tahun 2005, *Tentang Guru dan Dosen*, (Jakarta: Sinar Grafika, 2006), hal. 2.

maupun sebaliknya. Siswa yang sedang mengalami kejenuhan, kecenderungan tidak dapat bekerja ataupun belajar sebagaimana yang diharapkan dalam memproses informasi atau pengalaman baru, sehingga kemajuan belajarnya seakan-akan tidak ada perkembangan. Kejenuhan belajar adalah masalah yang paling banyak dialami oleh siswa. Jika tidak segera diatasi akan berakibat serius dari masalah tersebut seperti menurunnya motivasi belajar, timbulnya rasa malas yang berat, dan menurunnya prestasi atau hasil belajar.

Kejenuhan yang dialami peserta didik sering terjadi dalam proses pembelajaran. Ruangan yang tidak nyaman, *performance* guru yang kurang menyejukkan hati peserta didik, materi yang diajarkan kurang menarik. Dengan memperbaiki gaya mengajar saja belum dapat mengatasi persoalan yang terjadi. Seorang siswa yang mengalami kejenuhan belajar merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuannya. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi pada rentang waktu tertentu saja, misalnya seminggu. Namun tidak sedikit siswa yang mengalami rentang waktu yang membawa kejenuhan itu berkali-kali dalam satu periode belajar tertentu.<sup>3</sup>

Dalam durasi jam belajar yang cukup panjang setiap harinya dan dibarengi dengan mata pelajaran yang cukup banyak dan cukup berat diterima oleh memori siswa dapat menyebabkan proses belajar sampai pada batas kemampuan siswa, karena bosan (*boring*) dan keletihan (*fatigue*) yang dapat menyebabkan kejenuhan pada siswa. Sebab keletihan yang dialami oleh siswa dapat menyebabkan kebosanan dan siswa kehilangan motivasi sehingga malas untuk mengikuti pelajaran selanjutnya.

Dalam membentuk pribadi siswa yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, guru pendidikan agama Islam harus mampu menangani siswa yang sering mengalami kejenuhan belajar. Figur seorang guru pendidikan agama Islam memiliki peranan yang sangat besar, karena dengan pengetahuan dan kelebihan yang dimiliki oleh guru pendidikan agama Islam diharapkan mampu mengatasi berbagai permasalahan yang ada pada siswa, termasuk masalah kejenuhan yang dialami oleh siswa pada saat proses belajar mengajar.

Seharusnya guru PAI dapat mengatasi kejenuhan belajar pada siswa, baik itu dengan menggunakan bermacam-macam strategi belajar, metode belajar yang bervariasi agar siswa kembali bersemangat dan bergairah untuk

---

<sup>3</sup> Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003), hal. 181.

mengikuti proses pembelajaran PAI supaya hasil belajar PAI dapat maksimal dan memuaskan.

Namun kenyataannya masih banyak siswa yang mengalami kejenuhan dalam belajar. Maka dari itu guru pendidikan agama Islam harus mempunyai cara ataupun strategi yang digunakan untuk mengatasi siswa yang mengalami kejenuhan atau kebosanan dalam belajar serta diupayakan siswa selalu merasa gembira dan bersemangat pada saat proses belajar mengajar di sekolah, khususnya ketika mengikuti proses pembelajaran pendidikan agama Islam.

## **B. Metodologi Penelitian**

Karya tulis ini menggunakan penelitian metode kualitatif, 16 suatu pendekatan dalam menjelaskan perilaku manusia baik terpuji ataupun tercela. Penelitian Berkaitan dengan permasalahan yang dikaji, fokus utama penelitian ini yaitu kajian konsep, pembahasannya dengan menjadikan materi akhlak sebagai sasaran kajian. Beranjak dari sudut pandang, maka konsep bahasan yang digunakan yaitu keteladanan dosen terhadap perilaku mahasiswa.<sup>17</sup> Penelitian ini merupakan penelitian *field Research* (studi lapangan) dengan menggunakan pendekatan metode kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain, secara holistic, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa.<sup>18</sup>

Untuk menentukan dan memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian disertasi, penulis menggunakan dua sumber data, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang sangat pokok dalam pembahasan sebuah permasalahan dalam penelitian. Menurut Husein Umar, data primer adalah data yang diperoleh dari sumber perorangan.<sup>19</sup>

Adapun yang menjadi data primer dalam penelitian ini melalui hasil wawancara dengan dosen yang bertujuan untuk mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya mengenai suatu objek kajian penelitian. Wawancara dilakukan langsung dengan responden mengenai keteladanan dosen.

Data sekunder adalah data yang bukan diusahakan sendiri pengumpulannya oleh peneliti, tetapi diusahakan oleh orang lain.<sup>20</sup> Data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa buku, laporan, makalah, dokumen dan sebagainya yang berkaitan dengan masalah yang penulis teliti.

### **C. Konsep Dasar Kejenuhan Belajar Siswa**

Setiap manusia pasti akan mengalami kejenuhan. Kejenuhan terjadi di sela-sela masa giat yang dialami. Kejenuhan yang terjadi pada manusia memang lumrah, namun jika kejenuhan terjadi dalam jangka waktu yang panjang maka akan beresiko sangat fatal. Oleh karena itu, kejenuhan seharusnya dihindari dan diatasi supaya ketika melakukan sesuatu menjadi bergairah dan bersemangat.<sup>4</sup> Suatu ketika, seseorang merasa bersemangat ketika menekuni suatu hal, namun masa-masa giat itu tidak bertahan lama. Sesudah itu muncul rasa malas, lesu dan jemu. Inilah masa ketekunan sampai dititik jenuh, saat itu ketekunan ada di garis ambang batas. Setelah beberapa lama masa jenuh ini berjalan, tidak lama kemudian muncul kembali kegairahan untuk menekuni kesibukan seperti semula. Demikian seterusnya rasa giat dan jenuh datang silih berganti.

Demikian juga yang terjadi pada siswa, siswa dalam menjalankan tugasnya sebagai pelajar rentan sekali mengalami kejenuhan belajar. Karena belajar merupakan rutinitas bagi seorang siswa. Biasanya suatu pekerjaan yang dijalankan secara rutin akan mudah diserang oleh rasa jenuh. Dalam proses pembelajaran sering ditemukan beberapa siswa yang mengalami masalah belajar, dan guru harus segera mengatasinya.

Masalah siswa yang dimaksud tidak lain adalah “masalah kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa atau remaja yang dalam tahap perkembangan remaja mengalami perubahan-perubahan, baik fisik maupun psikologisnya”.<sup>5</sup> Dalam tahap-tahap perubahan seperti itu, sedangkan kondisi remaja yang labil dan mudah sekali terpengaruh dengan lingkungan, tentu hal ini sangat mempengaruhi remaja.

Masalah-masalah yang biasanya terjadi di lingkungan sekolah terkait dengan kejenuhan yang sering dialami oleh siswa khususnya ketika proses pelaksanaan pembelajaran yakni apabila siswa sudah merasa jenuh atau bosan maka banyak siswa yang meminta izin untuk ke kamar mandi tetapi dengan cara yang tidak lazim, siswa tersebut keluar dengan bergantian, bersama-sama atau secara berurutan yang tidak langsung kembali masuk ke dalam kelas setelah selesai dari kamar mandi, sehingga di ruangan terkadang hanya tinggal beberapa siswa saja.

Istilah kejenuhan akar katanya adalah “jenuh”. Kejenuhan bisa berarti padat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apapun. Jenuh juga bisa berarti jemu atau bosan. Kejenuhan belajar adalah “rentang waktu

---

<sup>4</sup> Baharuddin, *Pendidikan & Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2009), hal. 45.

<sup>5</sup> Eka Dianti Usman, *Murid Sulit Belajar*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hal. 34.

tertentu yang digunakan untuk belajar tetapi tidak mendatangkan hasil”.<sup>6</sup> Kejenuhan belajar diartikan pula “kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa enggan, lesu, tidak bersemangat atau tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar”.<sup>7</sup> Pada saat proses pembelajaran seorang siswa sering mengalami kelupaan, ia juga terkadang mengalami peristiwa negatif lainnya yang disebut jenuh belajar. Peristiwa jenuh ini apabila dialami oleh siswa yang sedang melakukan proses pembelajaran dapat membuat siswa merasa lelah dan sangat membosankan ketika berada di dalam kelas, sehingga pembelajaran atau pelajaran yang diberikan oleh guru tidak dapat masuk dengan sempurna.<sup>8</sup>

Seorang siswa yang mengalami kejenuhan, sistem akalnya tidak dapat bekerja dengan baik sebagaimana mestinya saat memproses *item-item* atau pengalaman baru, sehingga kemajuan belajarnya seakan-akan terhambat. Kejenuhan dapat terjadi karena proses belajar siswa yang melampaui batas kemampuan jasmaniahnya karena lelah dan bosan. Namun kejenuhan yang umum terjadi adalah karena kelelahan yang melanda siswa, sehingga mereka bisa berperilaku menyimpang seperti membolos, melalaikan tugas dan mogok belajar. Adapun yang menjadi indikator dari kejenuhan belajar, yaitu:

1. Sering lupa apa yang telah dipelajari;
2. Bosan mengikuti pelajaran;
3. Kurangnya konsentrasi dalam belajar;
4. Sering mengganggu teman ketika belajar;
5. Sering minta izin pada saat proses pembelajaran berlangsung.<sup>9</sup>

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa ketika seorang siswa sudah merasakan salah satu indikator kejenuhan belajar, maka ia harus menyadari bahwasanya ia sudah mengalami kejenuhan belajar. Alangkah baiknya, agar segera mengatasi kejenuhan belajar yang dialaminya agar tidak berimbas kepada hasil belajar yang diperolehnya nanti. Adapun dampak-dampak buruk yang ditimbulkan oleh kejenuhan, antara lain:

1. Penyakit;
2. Produktivitas menurun;
3. Rencana gagal;
4. Hasil tidak matang;

---

<sup>6</sup> Tohirin, *Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008), hal. 140-141.

<sup>7</sup> Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1991), hal. 2.

<sup>8</sup> Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Logos Wacana Ilmu, 1999), hal. 151.

<sup>9</sup> Baharuddin, *Pendidikan & Psikologi...*, hal. 47.

5. Orientasi berubah;
6. Muncul sikap usil;
7. Sikap antipasti;
8. Mencari pelarian;
9. Menyuburkan perilaku hipokrit;
10. Memicu kezaliman;
11. Menimbulkan frustrasi.<sup>10</sup>

Dari dampak-dampak kejenuhan tersebut dapat dipahami bahwa ketika rasa jenuh melanda, siapapun akan merasa tertekan. Jika semula siswa belajar penuh semangat dan tekun, namun ketika rasa kejenuhan itu datang, mendadak semangatnya melemah, tubuh terasa lunglai, hilang gairah dan keceriaan. Ada tiga jenis kejenuhan, yaitu kejenuhan positif, kejenuhan wajar, dan kejenuhan negatif.

#### 1. Kejenuhan positif

Kejenuhan positif adalah kejenuhan terhadap segala sesuatu yang buruk, baik berupa penyimpangan perilaku, perbuatan dosa, tindak kezaliman, kesesatan, hingga keyakinan batil, contoh kejenuhan positif: misalnya seorang bosan berhura-hura, bosan menipu, bosan berbuat dosa dan lain-lain.<sup>11</sup> Kejenuhan positif tidak perlu dilawan atau dicarikan kiat-kiat tertentu untuk memusnahkannya. Akan tetapi, kejenuhan seperti ini harus terus ditumbuh kembangkan.

#### 2. Kejenuhan wajar

Kejenuhan wajar merupakan “kejenuhan yang lumrah terjadi. Setiap orang melakukan kesibukan berulang-ulang pasti akan mengalami kejenuhan. Kejenuhan wajar sering kita jumpai dalam aktivitas belajar, bekerja, berumah tangga, bergaul dan lain-lain”.<sup>12</sup> Kejenuhan belajar pasti akan dialami setiap orang, karena kejenuhan ini tidak bisa dihapuskan dan sudah menyatu dengan kodrat hidup manusia.

#### 3. Kejenuhan negatif

Kejenuhan negatif adalah “kejenuhan yang berat, merusak kehidupan dan bisa memicu timbulnya keburukan-keburukan lain yang lebih serius. Kejenuhan negatif, misalnya kejenuhan akibat kegagalan, kesempatan hidup, penganiayaan, sakit hati, hidup kacau, dan lain-lain”.<sup>13</sup> Kejenuhan negatif merupakan bahaya bagi kehidupan manusia karena pengaruhnya sangat buruk.

---

<sup>10</sup> Abu Abdirrahman Al-Qawiy, *Mengatasi Kejenuhan*, Cet.I, (Jakarta: Khalifa, 2004), hal. 39.

<sup>11</sup> Abu Abdirrahman Al-Qawiy, *Mengatasi Kejenuhan...*, hal. 133.

<sup>12</sup> Thursan Hakim, *Belajar Secara Efektif*, (Jakarta: Puspa Swara, 2004), hal. 70.

<sup>13</sup> Abu Abdirrahman Al-Qawiy, *Mengatasi Kejenuhan...*, hal. 136.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kejenuhan belajar yaitu kebosanan yang dialami oleh siswa pada saat proses belajar mengajar sedang berlangsung. Akibatnya apa yang disampaikan oleh guru tidak dapat diterima dengan baik oleh siswa, dan akhirnya hasil belajar yang diperoleh oleh siswa tidak maksimal dan memuaskan.

#### **D. Faktor- Faktor Kejenuhan Belajar Siswa**

Kejenuhan adalah “suatu proses bertahap yang merusak fisik, emosi, dan psikis, ini disebabkan oleh *stresor* (penyebab stress) yang potensial dari dalam diri orang itu sendiri maupun dari pihak luar dirinya”.<sup>14</sup> Kejenuhan merupakan problematika hidup, apalagi jika kadar kejenuhan melebihi ambang kewajaran. Tidak ada lagi jalan yang ditempuh, selain mengatasi kejenuhan itu dengan sebaik-baik cara. Oleh sebab itu sangat perlu memahami sebab-sebab timbulnya kejenuhan. Dengan memahami sebab-sebab ini, maka akan mendapatkan beberapa manfaat penting antara lain:

1. Memiliki pengetahuan untuk memahami gejala-gejala kejenuhan yang terjadi dalam kehidupan;
2. Bisa menghindari kejenuhan yang merugikan;
3. Bisa menyusun strategi yang tepat untuk mengatasi kejenuhan ketika ia datang melanda;
4. Memiliki kemungkinan bersikap yang lebih bijaksana untuk mengatasi kejenuhan.<sup>15</sup>

Adapun faktor-faktor yang umumnya menyebabkan kejenuhan belajar adalah sebagai berikut:

1. Cara atau metode yang tidak bervariasi

Seringkali peserta didik tidak menyadari bahwa cara belajar mereka, sejak sekolah dasar sampai perguruan tinggi tidak berubah-ubah. Guru sering kali menggunakan cara atau metode yang sama pada saat proses pembelajaran, hal inilah yang menyebabkan siswa bosan atau jenuh ketika mengikuti proses belajar mengajar.

2. Suasana belajar yang tidak berubah-ubah

Setiap peserta didik ataupun mahasiswa menginginkan suasana yang berbeda ketika proses pembelajaran berlangsung, suasana yang dibutuhkan setiap peserta didik atau mahasiswa tentu saja suasana lingkungan yang

---

<sup>14</sup> Armand T. Fabella, *Anda Sanggup Mengatasi Stres*, (Jakarta: Publishing House, 1993), hal. 117.

<sup>15</sup> Abu Abdirrahman Al-Qawiy, *Mengatasi Kejenuhan...*, hal. 79.

dapat menimbulkan ketenangan.<sup>16</sup> Karena suasana yang tidak pernah berubah-ubah akan menimbulkan kejenuhan belajar.

3. Kurangnya aktivitas rekreasi atau hiburan

Proses berpikir merupakan aktivitas mental saat kita belajar dapat pula menimbulkan kelelahan, dimana kelelahan tersebut membutuhkan istirahat dan penyegaran. Aktivitas belajar sangat menyita energi mental. Kelelahan yang ditimbulkan tidak terasa pada mental dan pikiran saja, tetapi juga pada seluruh bagian fisik.

4. Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut pada saat belajar

Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut pada saat belajar dapat menimbulkan kejenuhan belajar dengan intensitas yang kuat.<sup>17</sup> Ketegangan mental tersebut disebabkan banyak faktor, diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Pelajaran-pelajaran tertentu dirasakan sangat sulit;
- b. Pengajar yang kurang disenangi atau ditakuti;
- c. Jumlah materi pelajaran yang dianggap terlalu banyak;
- d. Takut gagal dalam ujian;
- e. Belajar secara mendadak karena biasanya belajar hanya dilakukan bila ada ujian, dan lain-lain.<sup>18</sup>

Secara umum, faktor timbulnya kejenuhan belajar dibagi menjadi dua komponen, yaitu:

1. Faktor jasmani

Faktor jasmani berasal dari dalam diri siswa saat kegiatan belajar mengajar. Siswa mengalami keletihan ataupun kelelahan yang dialami tubuh sebab aktivitas yang dijalankan, hal ini menyebabkan munculnya kejenuhan belajar siswa antara lain malas belajar, mengabaikan tugas, konsentrasi menurun sehingga beberapa dari siswa kurang memperhatikan pelajaran.

Keletihan jasmani yang dialami siswa juga dapat dialami oleh anggota tubuh seperti kaki, jari-jari tangan dan lengan. Hal ini terjadi karena ketegangan otot pada lengan tangan sehingga siswa mengalami kelelahan pada tangan dan jari-jarinya akibat menulis terlalu banyak.<sup>19</sup> Solusi untuk

---

<sup>16</sup> Buchari Alma, *Guru Profesional Menguasai Metode dan Terampil Mengajar*, Cet. II, (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 15.

<sup>17</sup> Buchari Alma, *Guru Profesional...*, hal. 16.

<sup>18</sup> Buchari Alma, *Guru Profesional...*, hal. 17.

<sup>19</sup> Sri Rumini, *Psikologi Umum*, (Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Yogyakarta, 1998), hal. 67.

masalah ini adalah dengan memijat bagian yang lelah untuk memperbaiki stimulasi aliran darah.

Beberapa siswa bahkan terlihat lesu ketika mendengar ceramah dari guru. Beberapa dari mereka kadang tertidur di kelas saat proses pembelajaran, akan tetapi guru tidak memberikan teguran. Perhatian guru terhadap siswa yang lesu saat pembelajaran masih kurang sehingga suasana kelas tidak begitu kondusif.

“Kelesuan dalam belajar yang dialami siswa dapat dipengaruhi oleh asupan makanan yang tidak cukup sehingga tubuh menjadi lesu akibatnya tenaga dan konsentrasi berpikirnya menjadi berkurang”.<sup>20</sup> Selain itu metode yang digunakan guru kurang efektif dalam menciptakan suasana kelas yang menyenangkan bagi siswanya.

## 2. Faktor psikis

Mental siswa menjadi faktor utama yang menyebabkan munculnya kejenuhan belajar. Usia remaja merupakan masa pubertas yang sedang dijalani siswa pada jenjang SMP sederajat. Masa ini merupakan masa labil dimana emosi siswa belum matang dan sering terjadi masalah pada mental mereka.

Masalah yang berkaitan dengan mental siswa juga dapat terjadi akibat kebosanan terhadap tugas yang tidak bervariasi. Guru jarang memberikan tugas kepada siswa selama di luar pembelajaran. Masalah memang sering dialami oleh siswa dan siswa mengalami kesulitan dalam menemukan solusi yang tepat membuat mental terganggu. Hal ini dapat mempengaruhi munculnya rasa tidak nyaman dan tenang serta memecah konsentrasi belajar siswa. Dibutuhkan pola pendampingan dari orang tua, guru, atau bahkan teman sebaya untuk membantu menemukan solusi yang tepat bagi masalah siswa.

“Sumber kesulitan belajar lain dapat muncul akibat perhatian guru yang tidak menyeluruh. Motivasi dari guru sangat penting untuk pembentukan mental ketika pembelajaran berlangsung”.<sup>21</sup> Pujian dari guru dapat memotivasi siswa dalam belajar. Perhatian dan penghargaan terhadap prestasi juga dapat menumbuhkan rasa percaya diri agar siswa lebih giat dalam belajar. Sebab-sebab lain yang dapat menimbulkan kejenuhan, yaitu:

1. Kesibukan monoton;
2. Prestasi mandeg;
3. Lemah minat;
4. Penolakan hati nurani;

---

<sup>20</sup> Sri Rumini, *Psikologi Umum...*, hal. 68.

<sup>21</sup> Sri Rumini, *Psikologi Umum...*, hal. 72.

5. Kegagalan berusaha;
6. Penghargaan nihil;
7. Ketegangan panjang;
8. Perlakuan buruk.<sup>22</sup>

Untuk lebih jelasnya maka akan dipaparkan satu persatu berkaitan dengan sebab-sebab lain yang dapat menimbulkan kejenuhan, yaitu:

1. Kesibukan monoton

“Kemonotonan sering kali merupakan salah satu sebab kebosanan. Melakukan hal yang sama secara berulang-ulang tanpa beberapa perubahan juga dapat membuat jenuh”.<sup>23</sup> Sebab dibalik timbulnya rasa jenuh adalah kesibukan yang monoton. Monoton yaitu seseorang yang mengerjakan sesuatu berulang dengan proses yang sama, hasil yang sama dan dalam kurun waktu yang sama.

Misalnya seorang siswa yang diajar oleh gurunya dengan metode yang tidak bervariasi, setiap pertemuan gurunya menggunakan metode ceramah, mencatat, merangkum, menerangkan saja tanpa diselingi dengan metode yang lain, maka hal tersebut juga dapat menimbulkan kebosanan.

2. Prestasi terhambat

Sebab selanjutnya yang kerap kali memicu kejenuhan adalah “prestasi terhambat. Siswa yang terus menerus belajar dengan giat secara konsisten tidak kenal lelah pantang menyerah. Namun setelah sekian lama belajar tidak mengalami perubahan yang diharapkan”.<sup>24</sup> Maka kondisi seperti ini berpotensi melahirkan kejenuhan, bahkan rasa frustrasi.

3. Lemah minat

“Kejenuhan juga akan muncul ketika seseorang menekuni hal yang tidak diinginkan. Demikian pula dengan siswa yang sejak awal tidak menyukai atau tidak minat pada mata pelajaran tertentu ia akan selalu merasa jenuh dan bosan terhadap mata pelajaran tersebut”.<sup>25</sup> Oleh sebab itu, siswa harus terlebih dahulu menyukai mata pelajaran yang akan dipelajarinya, agar semangat saat mengikuti proses pembelajaran.

4. Penolakan hati nurani

Penyebab selanjutnya adalah tinggal atau berkecimpung di sebuah lingkungan yang tidak sesuai dengan hati nurani. Demikian pula dengan seorang siswa, kalau tempat sekolahnya karena dipilih oleh orang tua tidak

---

<sup>22</sup> Abu Abdirrahman Al-Qawiy, *Mengatasi Kejenuhan...*, hal. 80.

<sup>23</sup> Raymond J. Wlodkowski dan Judith H. Jaynes, *Motivasi Belajar*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1991), hal. 127-130.

<sup>24</sup> Abu Abdirrahman Al-Qawiy, *Mengatasi Kejenuhan...*, hal. 82.

<sup>25</sup> Baharuddin, *Pendidikan & Psikologi...*, hal. 48

sesuai dengan kehendaknya maka ia akan merasa jenuh dan malas untuk sekolah.

5. Kegagalan beruntun

Penyebab lain kejenuhan adalah “kegagalan yang beruntun. Seorang siswa yang pernah mengalami kegagalan dalam meraih prestasi di sekolah padahal ia telah belajar dan berusaha tetapi gagal”.<sup>26</sup> Maka siswa tersebut pasti akan mengalami kejenuhan dalam belajar.

6. Penghargaan nihil

Salah satu sebab yang memicu kejenuhan adalah “penghargaan kecil terhadap penghargaan prestasi pengorbanan yang telah dilakukan. Dalam dunia pendidikan, dapat disaksikan betapa banyak pelajar-pelajar yang kecewa terhadap guru atau lembaga penyelenggara pendidikan”.<sup>27</sup> Oleh karena itu guru ataupun penyelenggara pendidikan harus memberikan *reward* kepada siswa-siswa yang berprestasi.

7. Ketegangan panjang.

Ketegangan panjang merupakan salah satu sebab yang dapat menimbulkan kejenuhan belajar. Ketegangan dalam hidup kadang perlu, setidaknya agar hidup ini tidak terasa datar atau monoton. Tetapi ketegangan yang terus-menerus bisa menimbulkan kejenuhan besar.

8. Perlakuan buruk

Perlakuan buruk kerap kali menimbulkan kejenuhan ketika proses pembelajaran berlangsung. “Hal tersebut juga bisa terjadi pada siswa yang mendapat perlakuan buruk dari gurunya pada salah satu bidang studi, tentunya siswa tersebut akan merasa jenuh, bosan dan malas terhadap mata pelajaran itu”.<sup>28</sup> Oleh karena itu, guru tidak boleh memperlakukan dengan buruk siswanya, selain dapat membuat siswa tersebut jenuh, hal ini juga dapat mempengaruhi mental siswa.

Kejenuhan belajar dapat melanda siswa apabila ia telah kehilangan motivasi dan kehilangan konsolidasi salah satu tingkat keterampilan tertentu sebelum siswa mampu pada tingkat keterampilan berikutnya. Selain itu, kejenuhan juga dapat terjadi karena proses belajar siswa telah sampai pada batas kemampuan jasmaniahnya karena bosan (*boring*) dan keletihan (*fatigue*).<sup>29</sup> Namun penyebab kejenuhan yang paling umum adalah keletihan yang melanda peserta didik, karena keletihan dapat menyebabkan munculnya rasa bosan pada peserta didik yang bersangkutan.

---

<sup>26</sup> Anissatul Mufarokah, *Strategi Belajar Mengajar*, (Yogyakarta: Teras, 2009), hal. 56.

<sup>27</sup> Abu Abdirrahman Al-Qawiy, *Mengatasi Kejenuhan...*, hal. 90.

<sup>28</sup> Thursan Hakim, *Belajar Secara...*, hal. 69.

<sup>29</sup> Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar...*, hal. 166.

Keletihan siswa dapat dikategorikan menjadi tiga macam. Adapun ketiga macam tersebut, yaitu:

1. Keletihan fisik;
2. Keletihan indra;
3. Keletihan mental.

Keletihan fisik merupakan keletihan yang dirasakan oleh seluruh anggota tubuh sedangkan keletihan indra dalam hal ini mata dan telinga, kedua jenis keletihan ini pada umumnya dapat dikurangi atau dihilangkan lebih mudah setelah siswa beristirahat cukup terutama tidur nyenyak dan mengkonsumsi makanan dan minuman yang cukup bergizi. Sebaliknya keletihan mental tidak dapat diatasi dengan cara yang sederhana seperti cara mengatasi keletihan-keletihan lainnya. Itulah sebabnya keletihan mental dipandang sebagai faktor utama penyebab munculnya kejenuhan belajar.

Adapun faktor-faktor penyebab keletihan mental peserta didik, yaitu:

- a. Karena kecemasan peserta didik terhadap dampak negatif yang ditimbulkan oleh keletihan itu sendiri;
- b. Karena kecemasan peserta didik terhadap standar keberhasilan bidang-bidang tertentu yang dianggap terlalu tinggi terutama ketika peserta didik tersebut merasa bosan mempelajari bidang-bidang tersebut;
- c. Karena peserta didik berada ditengah-tengah situasi kompetitif yang ketat dan menuntut lebih banyak kerja intelektual yang berat;
- d. Karena peserta didik mempercayai konsep kerja akademik yang optimal, sedangkan dia sendiri menilai belajarnya sendiri hanya berdasarkan ketentuan yang ia bikin sendiri.<sup>30</sup>

Dari faktor-faktor keletihan mental dapat dipahami bahwasanya keletihan mental ini memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap kejenuhan belajar siswa, dan cara mengatasinya tidaklah mudah. Banyak sebab yang dapat menimbulkan kejenuhan, sebab-sebab itu berasal dari diri sendiri dan kesibukan yang ditekuni, dari lingkungan pergaulan, suasana hidup masyarakat, alam sekitar bahkan dari pemikiran yang dianut.

#### **E. Ciri-Ciri Kejenuhan Belajar Siswa**

Kejenuhan merupakan "suatu penyakit hati (rohani) yang efek minimalnya yaitu timbulnya rasa malas, lamban dan sikap santai dalam melakukan suatu pekerjaan yang sebelumnya dilakukan dengan penuh

---

<sup>30</sup> Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar...*, hal. 115.

semangat yang menggebu-gebu".<sup>31</sup> Kejenuhan bila tidak segera diatasi maka akan berpengaruh pada hasil belajar siswa.

Ciri-ciri atau kata lain adalah tanda-tanda. Banyak sekali tanda-tanda kejenuhan belajar siswa. Seorang guru dalam proses pembelajaran harus mengetahui ciri-ciri atau tanda-tanda kejenuhan yang dialami oleh siswanya, agar nantinya mudah dalam mengambil langkah untuk mengatasi kejenuhan belajar tersebut.

Menurut Armand T. Fabella, ciri-ciri kejenuhan belajar siswa dapat dibedakan menjadi dua, yaitu secara fisik dan secara kejiwaan dan perilaku:

1. Secara fisik
  - a. Letih;
  - b. Merasa badan makin lemah;
  - c. Sering sakit kepala;
  - d. Gangguan pencernaan;
  - e. Sukar tidur;
  - f. Nafas pendek;
  - g. Berat badan naik atau turun.
2. Secara kejiwaan dan perilaku
  - a. Kerja makin keras tapi prestasi makin menurun;
  - b. Merasa bosan dan merasa bingung;
  - c. Semangat rendah;
  - d. Merasa tidak nyaman;
  - e. Mempunyai perasaan sia-sia;
  - f. Sukar membuat keputusan.<sup>32</sup>

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kejenuhan belajar dapat dibedakan menjadi dua, yaitu secara fisik berhubungan dengan anggota tubuh serta kejiwaan dan perilaku yang berhubungan dengan mental dan sikap.

Ciri-ciri lainnya yang terjadi pada siswa ketika merasakan kejenuhan saat proses pembelajaran yaitu:

1. Bercerita dengan teman sebangku

Beberapa siswa kadang merasakan jenuh saat pembelajaran di kelas karena berbagai macam faktor. Salah satu cara untuk mengatasi rasa jenuh itu adalah dengan mengajak teman sebangku untuk bercerita.<sup>33</sup> Terdapat

---

<sup>31</sup> Muclis Sholihin, *Psikologi Belajar PAI*, (Pemekasan: STAIN Pemekasan Press, 2006), hal. 56.

<sup>32</sup> Armand T. Fabella, *Anda Sanggup...*, hal. 115.

<sup>33</sup> Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2003), hal. 90.

beberapa siswa yang sedang asyik bercerita dengan teman sebangkunya ketika guru menjelaskan pelajaran di depan kelas.

2. Tidur saat pembelajaran di kelas

Ketika siswa merasakan kelelahan yang dialami oleh fisik akibat kurang istirahat atau disebabkan asupan makanan yang kurang, beberapa siswa akan tertidur di kelas. Hal ini merupakan suatu yang sering di jumpai guru di kelas ketika proses pembelajaran berlangsung.

3. Meletakkan kepala di atas meja atau malas-malasan

Selain tertidur di kelas, siswa terkadang bermalas-malasan saat proses pembelajaran berlangsung. Sesekali mereka meletakkan kepala di atas meja dan kurang berkonsentrasi dalam mendengarkan ceramah guru.<sup>34</sup> Seharusnya guru harus memperhatikan siswa yang melakukan hal yang demikian.

4. Mencoret-coret kertas

Siswa yang merasa bosan terkadang mencari aktivitas yang dapat membuat pikiran mereka santai seperti membuat coretan berupa gambar maupun tulisan di kertas ataupun di buku tulis seolah-olah mereka sedang membuat rangkuman. Hal ini mereka lakukan untuk mengalihkan perhatian mereka tanpa mengganggu konsentrasi guru saat proses pembelajaran.

5. Mencari bahan untuk mainan atau mencari kesibukan

Beberapa siswa mencari kesibukan untuk mengalihkan perhatian mereka dengan memanfaatkan barang-barang yang ada di sekitar mereka untuk dijadikan mainan.<sup>35</sup> Dua siswa bermain kertas yang digunting kemudian disimpan di dalam laci.

6. Usil atau mengganggu teman

Di dalam kelas terdapat beberapa komunitas siswa yang memiliki kepribadian yang berbeda-beda. Pasti dalam satu kelas terdapat siswa yang suka mengganggu dan usil terhadap temannya. Biasanya siswa yang duduk dibangku belakang akan mengganggu temannya yang di depan.

7. Bermain *Handphone*

*Handphone* merupakan “alat komunikasi yang telah umum digunakan pelajar terutama tingkat SMP sederajat. Akan tetapi, fungsi dari alat komunikasi ini sering disalahgunakan dalam pemakaiannya”.<sup>36</sup> Pada saat proses pembelajaran berlangsung beberapa siswa terlihat bermain *handphone* untuk mengusir rasa bosan dan tidak memperhatikan penjelasan guru.

---

<sup>34</sup> Sugihartono, dkk, *Psikologi Pendidikan*, (Yogyakarta: UNY Press, 2007), hal. 76.

<sup>35</sup> Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi ...*, hal. 91.

<sup>36</sup> Sugihartono, dkk., *Psikologi Pendidikan...*, hal. 77.

8. Izin keluar atau ke kamar mandi

“Suasana kelas yang kurang menyenangkan kadang membuat siswa merasa jenuh belajar di dalam ruangan. Ada beberapa siswa yang mengusir rasa bosan mereka dengan izin keluar ruangan dan kamar mandi menjadi alasan mereka meninggalkan kelas”.<sup>37</sup> Ada beberapa siswa yang izin ke kamar mandi dengan berlama-lama disana.

9. Badan bersandar pada dinding

Penataan meja dan kursi di kelas kurang kondusif, sebab lima meja dan lima kursi menempel atau berdekatan dengan dinding. Hal ini dapat dimanfaatkan oleh siswa yang duduk di sepuluh tempat tersebut untuk menyandarkan tubuh mereka ke dinding kelas”.<sup>38</sup> Karena bagi mereka, ada rasa kenyamanan ketika menyandarkan badan pada dinding.

Kejenuhan belajar juga mempunyai tanda-tanda atau gejala yang sering dialami oleh siswa yaitu timbulnya rasa enggan, malas, lesu dan tidak bergairah untuk belajar.<sup>39</sup> Oleh karena itu, kejenuhan yang dialami siswa saat belajar harus segera diatasi oleh guru.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa ada banyak sekali tanda-tanda atau ciri-ciri kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa pada saat proses pembelajaran, diantaranya yaitu: bercerita dengan teman sebangku, mengganggu teman, bersandar pada dinding, bermain *hanphone*, dan lain sebagainya. Jika siswa sibuk dengan kegiatannya masing-masing maka apapun yang disampaikan oleh guru tidak dapat diterima dengan baik oleh siswa.

## **F. Strategi Guru PAI dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa**

Istilah “strategi” berasal dari bahasa Yunani *strategos* yang berarti “keseluruhan usaha termasuk perencanaan, cara, taktik yang digunakan oleh militer untuk mencapai kemenangan dalam peperangan”.<sup>40</sup> Strategi adalah suatu perencanaan yang berisi tentang rangkaian kegiatan yang didesain untuk mencapai tujuan pendidikan. Dalam strategi selain rencana tindakan juga diperlukan penggunaan metode dan pemanfaatan sumber daya atau kekuatan dalam pembelajaran untuk mencapai tujuan tertentu.

Dengan demikian, penyusunan langkah-langkah dan fasilitas sumber belajar semuanya diarahkan dalam upaya pencapaian tujuan. Sebelum menentukan strategi perlu dirumuskan tujuan yang jelas yang dapat diukur

---

<sup>37</sup> Abu Abdirrahman Al-Qawiy, *Mengatasi Kejenuhan...*, hal. 95.

<sup>38</sup> Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi...*, hal. 94.

<sup>39</sup> Thursan Hakim, *Belajar Secara...*, hal. 62.

<sup>40</sup> B. Simandjuntak, *Proses Belajar Mengajar*, Edisi II, (Bandung: Tarsito Bandung, 1983), hal.76.

keberhasilannya. Sebab tujuan merupakan rohnya dalam implementasi suatu strategi. Pada kegiatan belajar mengajar guru harus terlebih dahulu membuat strategi sebelum mengajar agar tercapainya tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien. Menurut Wina Sanjaya mengatakan bahwa “strategi belajar adalah suatu kegiatan pembelajaran yang harus dikerjakan guru dan siswa agar tujuan pembelajaran dapat dicapai secara efektif dan efisien”.<sup>41</sup>

Strategi merupakan hal yang perlu diperhatikan guru pada proses pembelajaran, dengan adanya strategi proses belajar mengajar akan berlangsung dengan baik sebagaimana yang diharapkan. Adapun pengertian strategi adalah “sesuatu prosedur yang digunakan untuk memberikan suasana yang kondusif kepada siswa dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran”.<sup>42</sup>

Saiful Bahri Djamarah mengemukakan bahwa “strategi ialah suatu garis-garis besar haluan untuk bertindak dalam usaha untuk mencapai sasaran yang telah ditentukan, atau pola umum kegiatan guru dan murid dalam perwujudan kegiatan belajar mengajar untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan”.<sup>43</sup>

Strategi belajar mengajar itu memuat berbagai alternatif yang harus dipertimbangkan untuk dipilih dalam rangka perencanaan pembelajaran. Pada saat proses belajar mengajar guru harus lebih dahulu memiliki strategi agar anak didik dapat belajar dengan baik, guru juga harus profesional dalam mengajar karena guru itu fasilitator bagi anak didik. Dalam mengajar guru itu harus memiliki sikap yang menjadi cermin bagi anak-anak didiknya karena guru adalah panutan bagi anak didiknya apalagi guru agama yang harus memiliki strategi dalam mengajar agar anak didiknya termotivasi pada saat proses pembelajaran.

Istilah strategi yang diterapkan dalam dunia pendidikan khususnya dalam kegiatan belajar mengajar adalah suatu seni dan ilmu untuk membawakan pengajaran di kelas sedemikian rupa sehingga tujuan yang telah diterapkan dapat tercapai semaksimal mungkin.

Tujuan pengajaran itu sendiri ditetapkan dalam perencanaan pengajaran atau yang dikenal dengan kurikulum. Di samping tujuan pengajaran, baik dalam arti tujuan intruksional maupun tujuan non

---

<sup>41</sup> Wina Sanjaya, *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*, (Jakarta: Kencana, 2009), hal. 126.

<sup>42</sup> Hamdani, *Strategi Belajar Mengajar*, (Bandung: Pustaka Setia, 2011), hal.18.

<sup>43</sup> Syaiful Bahri Djamarah, *Strategi Belajar Mengajar*, Cet. Ke-III, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hal. 5.

intruksional, kurikulum memuat isi dan pengalaman belajar yang semuanya turut menentukan pemilihan strategi belajar mengajar.

Untuk melaksanakan suatu strategi tertentu diperlukan seperangkat metode pengajaran. Suatu program pengajaran yang diselenggarakan oleh guru dalam satu kali tatap muka bisa dilaksanakan dengan berbagai metode seperti: ceramah, diskusi kelompok maupun tanya jawab.<sup>44</sup> Keseluruhan metode ini termasuk media pendidikan yang digunakan untuk menggambarkan strategi belajar mengajar.

Dengan demikian strategi merupakan metode yang digunakan oleh guru untuk meningkatkan daya serap siswa, sehingga dengan adanya strategi mampu meningkatkan hasil belajar siswa menjadi lebih baik.

Pendidikan adalah “proses secara sadar dalam membentuk anak didik untuk mencapai perkembangannya menuju kedewasaan jasmani maupun rohani dan proses ini merupakan usaha pendidik membimbing anak didik dalam arti khusus misalnya memberikan dorongan atau motivasi dan mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapi oleh siswa seperti masalah kejenuhan dalam proses pembelajaran”.<sup>45</sup>

Bagi seorang guru sangatlah perlu mengetahui kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa. Hal itu akan mempermudah guru dalam menentukan strategi ataupun langkah yang tepat dan akan diambil untuk memecahkan masalah kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa. Oleh karena itu, peran guru dalam pembelajaran sangat penting untuk mengatasi masalah kejenuhan yang dialami siswa dengan menggunakan strategi pembelajaran, metode/ teknik yang tepat serta bervariasi.

Adapun strategi yang digunakan oleh guru PAI untuk mengatasi rasa kejenuhan yang dialami oleh siswa pada saat proses pembelajaran, yaitu:

1. Penerapan metode yang bervariasi

“Penerapan metode yang bervariasi sangat dibutuhkan untuk melakukan interaksi kepada siswa agar guru tidak mendominasi pembelajaran. Dengan menerapkan metode *active learning* guru dapat menciptakan suasana pembelajaran efektif dan menyenangkan di dalam kelas”.<sup>46</sup> Guru tidak boleh hanya menerapkan satu metode saja, namun harus menggabungkan beberapa metode dalam proses pembelajaran.

2. Memberikan tugas kepada siswa

Guru dapat menguasai siswa dengan membuat pertanyaan beserta jawabannya. Metode ini berguna untuk melatih siswa mendalami materi dan

---

<sup>44</sup> W. Gulo, *Strategi Belajar Mengajar*, (Jakarta: Grasindo, 2002), hal. 3.

<sup>45</sup> Slameto, *Belajar dan...*, hal. 39.

<sup>46</sup> Baharuddin, *Pendidikan & Psikologi...*, hal. 50.

memotivasi siswa untuk mencari solusi terhadap sebuah pertanyaan.<sup>47</sup> Selain itu, siswa dapat melatih kemandirian, supaya tidak selalu bergantung pada gurunya.

Guru juga dapat meminta siswa untuk merangkum materi pelajaran dengan bahasa sendiri, membuat peta konsep, membentuk kelas diskusi, presentasi dan penyusunan laporan, memberikan tugas untuk mencari informasi lebih banyak melalui media cetak maupun elektronik.

### 3. Peningkatan perhatian guru terhadap siswa

Peran guru berpengaruh dalam pembelajaran di kelas sebagai sumber informasi maupun tempat konsultasi bagi siswa. Guru hendaknya memperhatikan siswanya secara menyeluruh untuk mengendalikan situasi pembelajaran yang optimal serta guru dapat mengajak siswa untuk fokus mengikuti pembelajaran.

Guru “dapat memberikan motivasi kepada siswa dengan menyampaikan tujuan pembelajaran sehingga timbul minat untuk bersemangat dalam mengikuti pembelajaran PAI”.<sup>48</sup> Memberikan apresiasi terhadap tugas yang telah dikerjakan siswa dapat memicu tumbuhnya motivasi dan minat belajar serta menumbuhkan ketertarikan siswa terhadap pembelajaran PAI.

### 4. Pembelajaran di luar kelas

Pembelajaran tidak hanya dilakukan di dalam ruang kelas, sesekali guru dapat mengajak siswa untuk melakukan pembelajaran di luar kelas seperti di perpustakaan, musalla ataupun aula.<sup>49</sup> Dengan cara ini, siswa dapat mengusir kejenuhan belajar di dalam kelas dan mencari udara di luar ruangan namun tetap melaksanakan proses pembelajaran dengan didampingi oleh guru.

Dari penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa strategi guru PAI dalam mengatasi kejenuhan belajar yaitu: penerapan metode yang bervariasi, memberikan tugas kepada siswa, peningkatan perhatian guru terhadap siswa, dan pembelajaran di luar kelas.

## G. Kesimpulan

Berdasarkan Penjelasan dan uraian di atas, jurnal ini dapat disimpulkan yaitu: faktor-faktor kejenuhan belajar siswa adalah kondisi ruang kelas yang tidak berubah-ubah, tidak adanya aktivitas belajar dialam bebas, tidak ada permainan/ *game* pada saat belajar dengan kata lain tidak adanya variasi model belajar, maka terjadilah fisik yang mengalami kelelahan, dan

<sup>47</sup> Sugihartono, dkk., *Psikologi Pendidikan...*, hal. 82.

<sup>48</sup> Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi...*, hal. 75.

<sup>49</sup> Armand T. Fabella, *Anda Sanggup...*, hal. 65.

kurangnya aktivitas rekreasi/ hiburan. Ciri-ciri kejenuhan belajar siswa lainnya ialah suasana kelas yang tidak tenang, siswa mencoret-coret kertas atau buku tulis selain pelajaran, kelelahan fisik, sangat sering siswa minta izin keluar ketika proses pembelajaran, dan mengganggu teman atau usil saat belajar. Strategi guru PAI dalam mengatasi kejenuhan belajar siswa yaitu menegur siswa jika kedatangan tidur di kelas, menggunakan metode yang bervariasi, mengajak siswa belajar diluar ruangan kelas, memberikan tugas untuk dikerjakan dirumah dan memberi motivasi sebelum memulai pembelajaran.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Abu Abdirrahman Al-Qawiy, *Mengatasi Kejenuhan*, Cet.I, Jakarta: Khalifa, 2004
- Anissatul Mufarokah, *Strategi Belajar Mengajar*, Yogyakarta: Teras, 2009
- Armand T. Fabella, *Anda Sanggup Mengatasi Stres*, Jakarta: Publishing House, 1993
- B. Simandjuntak, *Proses Belajar Mengajar*, Edisi II, Bandung: Tarsito Bandung, 1983
- Baharuddin, *Pendidikan & Psikologi Perkembangan*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2009
- Buchari Alma, *Guru Profesional Menguasai Metode dan Terampil Mengajar*, Cet. II, Bandung: Alfabeta, 2009
- Beni Ahmad Saebani dan Hendra Akhdiyat, *Ilmu Pendidikan Islam*, Cet. I, Bandung: Pustaka Setia, 2009
- Eka Dianti Usman, *Murid Sulit Belajar*, Jakarta: Rineka Cipta, 2002
- Hamdani, *Strategi Belajar Mengajar*, Bandung: Pustaka Setia, 2011
- Muclis Sholihin, *Psikologi Belajar PAI*, Pemekasan: STAIN Pemekasan Press, 2006
- Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, Jakarta: Logos Wacana Ilmu, 1999
- Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003
- Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2003
- Raymond J. Wlodkowski dan Judith H. Jaynes, *Motivasi Belajar*, Jakarta: Rineka Cipta, 1991
- Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*, Jakarta: Rineka Cipta, 1991
- Sri Rumini, *Psikologi Umum*, Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Yogyakarta, 1998
- Sugihartono, dkk, *Psikologi Pendidikan*, Yogyakarta: UNY Press, 2007

**Azki: Jurnal Aktualisasi Pendidikan Islam**

**P.Issn: 1907-5553 | E.Issn: 2047-2787**

Vol. 20. No.2, Desember 2024 | Hal. 14-34

<http://journal.stitalhilalsigli.ac.id/index.php/azkia>

Syaiful Bahri Djamarah, *Strategi Belajar Mengajar*, Cet. Ke-III, Jakarta: Rineka Cipta, 2006

Thursan Hakim, *Belajar Secara Efektif*, Jakarta: Puspa Swara, 2004

Tohirin, *Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008

Undang-Undang RI Nomor 14 Tahun 2005, *Tentang Guru dan Dosen*, Jakarta: Sinar Grafika, 2006

W. Gulo, *Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta: Grasindo, 2002

Wina Sanjaya, *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*, Jakarta: Kencana, 2009