



## STUDI LITERATUR: KEJENUHAN BELAJAR PADA PEMBELAJARAN DARING SELAMA PANDEMI COVID-19

Clara Fatimah<sup>1</sup>, Nicky Dwi Puspaningtyas<sup>2</sup>  
Universitas Teknokrat Indonesia<sup>1,2</sup>  
[\\*clarafatimah20@gmail.com](mailto:clarafatimah20@gmail.com)

Received: 07 Mei 2022

Accepted: 25 Juni 2022

Published : 29 Juni 2022

### Abstract

*Seeing the increasing number of Covid-19 cases, the government issued a policy that requires schools and universities in Indonesia to implement online learning. Online learning which has been implemented for almost 3 years causes boredom in learning because online learning tends to be monotonous. Therefore, the purpose of this study was to find out the saturation of learning in online learning carried out during the Covid-19 pandemic. The method used in this research is a literature review (literature review) with stages 1) defining the study or the scope of the topic to be reviewed, 2) identifying relevant and quality reference materials through Google Scholar, 3) selecting several references from Google Scholar and classifying them. file based on criteria, 4) compiling a synthesis matrix from the articles obtained, 5) writing a review, 6) concluding and applying the results of the review. The results showed that students experienced boredom in online learning during the Covid-19 pandemic. This is reinforced by the attitudes shown by students on aspects of online learning saturation, namely emotional exhaustion, physical exhaustion, cognitive fatigue and loss of motivation. Thus, students who experience boredom in online learning will have an impact on low learning outcomes and cannot develop their potential.*

**Keywords:** boredom of learning, online learning, the Covid-19 pandemic

### Abstrak

Melihat kasus Covid-19 yang kian meningkat, pemerintah mengeluarkan kebijakan yang mengharuskan sekolah dan perguruan tinggi di Indonesia menerapkan pembelajaran dalam jaringan (daring). Pembelajaran daring yang hampir 3 tahun lamanya diterapkan menimbulkan kejenuhan dalam belajar dikarenakan pembelajaran daring cenderung bersifat monoton. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui kejenuhan belajar pada pembelajaran daring yang dilakukan selama pandemi Covid-19. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah studi literatur (*literatur riview*) dengan tahapan 1) mendefinisikan kajian atau ruang lingkup topik yang akan direview, 2) mengidentifikasi bahan referensi yang relevan dan berkualitas melalui *Google Scholar*, 3) memilih beberapa referensi dari *Google Scholar* dan mengelompokan file berdasarkan kriteria, 4) menyusun matriks sintesis dari artikel yang diperoleh, 5) menulis *review*, 6) menyimpulkan dan mengaplikasikan hasil *review*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik mengalami kejenuhan pada pembelajaran daring selama pandemi Covid-19. Hal tersebut diperkuat dengan sikap yang ditunjukkan peserta didik pada aspek kejenuhan belajar daring yakni kelelahan emosi, kelelahan fisik, kelelahan kognitif dan kehilangan motivasi. Sehingga, peserta didik yang mengalami kejenuhan dalam pembelajaran daring akan berdampak pada rendahnya hasil belajar dan tidak dapat mengembangkan potensi dalam dirinya.

**Kata Kunci:** kejenuhan belajar, pandemi Covid-19, pembelajaran dalam jaringan

### Sitasi artikel ini:

Fatimah, C. & Puspaningtyas, N.P. (2022). Studi Literatur: Kejenuhan Belajar pada Pembelajaran Daring selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Matematika Realistik*, Vol(1), 42-49.

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hak bagi seluruh rakyat Indonesia tanpa terkecuali. Oleh karena itu, pendidikan menjadi aspek terpenting dalam membentuk kepribadian bangsa dan mencapai tujuan pendidikan (Ulfa, 2019). Hal tersebut tertuang pada Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Negara Republik Indonesia tahun 2003 yang membahas tentang tujuan dari pendidikan Nasional yakni mengembangkan kemampuan berpikir kreatif siswa (Puspaningtyas, 2019). Selain itu, pendidikan menjadi kebutuhan untuk dapat bertahan dengan perkembangan zaman dan lingkungan (Puspaningtyas, 2019; Dewi & Septa, 2019). Perkembangan zaman yang dimaksud yakni ditandai dengan kemajuan teknologi informasi yang berbasis internet dan robotik (Maskar dan Anderha, 2019). Kemajuan teknologi tersebut dapat dimanfaatkan dan diintegrasikan dengan pembelajaran yang nantinya akan memudahkan dalam mencapai tujuan pembelajaran. Kegiatan pembelajaran yang biasa dilakukan secara tatap muka, kini dialihkan ke rumah sesuai dengan surat edaran Kemendikbud-Ristek RI nomor 4 tahun 2020. Hal tersebut dilakukan untuk menekan penyebaran Covid-19 dari klaster sekolah.

Untuk mendukung program tersebut, sekolah dan perguruan tinggi di Indonesia banyak yang menerapkan pembelajaran dalam jaringan (daring) selama pandemi Covid-19 (Fatimah & Puspaningtyas, 2020). Istilah daring menurut KBBI Kemendikbud diartikan sebagai dalam jaringan, terhubung melalui jaringan komputer, internet dan sebagainya. Menurut Fatimah dkk. (2021) pembelajaran daring merupakan suatu proses pembelajaran yang diintegrasikan dengan teknologi. Hal serupa juga diungkapkan oleh Handarini & Wulandari (2020) yang menyatakan bahwa pembelajaran daring merupakan suatu sistem pembelajaran yang dilakukan dengan tidak bertatap muka secara langsung, tetapi menggunakan platform yang dapat membantu proses belajar mengajar meskipun dengan jarak jauh. Jadi, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring adalah suatu proses pembelajaran yang dilakukan dalam jaringan dan terhubung internet. Dimana, internet menjadi jantung dalam sebuah sistem yang harus dijalankan pada setiap aspek sehingga sistem tersebut dapat dioperasikan secara nyata (Maskar & Wulantina, 2019). Dasar dari pembelajaran daring adalah peserta didik dapat mengakses sumber dan materi pembelajaran tanpa dibatasi tempat dan waktu (Kurniasari dkk., 2020). Selanjutnya, Sofyana & Rozaq (2019) mengungkapkan tujuan dari pelaksanaan pembelajaran daring yakni memberikan suatu layanan pembelajaran kepada peserta didik atau peminat ruang belajar yang bermutu dan berkualitas dalam jaringan. Selain itu, Maskar dkk. (2020) menambahkan bahwa pembelajaran daring dapat menjadi peluang sekaligus tantangan bagi setiap institusi pendidikan untuk mengatasi efek pandemi pada bidang pendidikan serta melakukan percepatan pelaksanaan pendidikan masa depan. Artinya, pembelajaran daring ini bersifat sangat fleksibel terhadap ruang dan waktu serta tidak menuntut peserta didik untuk bertatap muka secara langsung di sekolah melainkan dialihkan melalui media yang dapat mempermudah kegiatan pembelajaran daring (Maskar dkk., 2021).

Untuk menciptakan ruang belajar yang bermutu dan berkualitas banyak media yang dapat digunakan untuk mendukung proses pembelajaran daring. Media yang biasa digunakan untuk menunjang kegiatan belajar daring antara lain *Google Classroom*, *Google Meet*, *Zoom Us*, *Whatsapp*, *Facebook*, *Youtube* radio dan TV. Oleh karena itu, media yang berbasis teknologi mencerminkan kemajuan suatu pendidikan serta dapat dijadikan solusi untuk berinovasi dalam pembuatan dan pengembangan media pembelajaran sehingga berdampak pada minat belajar peserta didik (Saputra & Febriyanto, 2019; Maskar & Dewi, 2020). Pengembangan media pembelajaran dapat dilakukan dengan pertimbangan beberapa aspek yakni materi ajar harus dibuat menarik dan kontekstual, materi ajar harus dibuat dengan tambahan tugas, diskusi, soal latihan, uji kompetensi maupun soal tes akhir (Maskar, 2018). Sesuai dengan yang diungkapkan Mansyur (2020) bahwa pada proses pembelajaran daring terdapat transformasi media yang digunakan yakni media berbasis teknologi seperti *Whatsapp Group*, *Zoom*, *Google Classroom*, *Webex*, *Youtube*, saluran TV. Transformasi media yang kini berbasis teknologi menjadi tantangan baru bagi pendidik dan peserta didik. Varians masalah yang kerap kali muncul dalam penggunaan teknologi pada kegiatan pembelajaran daring meliputi keterbatasan dalam penguasaan teknologi baik dari pihak pendidik maupun peserta didik, sarana dan prasarana yang masih kurang memadai, akses internet yang belum merata (terbatas) serta kurang siap dalam hal penyediaan anggaran (Aji, 2020). Selain penguasaan teknologi yang menghambat pembelajaran daring, Arifin (2020) mengungkapkan bahwa peserta didik merasa jenuh saat melaksanakan pembelajaran daring yang lebih bersifat monoton karena setiap pendidik memberikan banyak tugas kepada peserta didik. Wajar saja, jika peserta didik mengeluhkan kejenuhan belajar secara daring dikarenakan sudah hampir 3 tahun lamanya sekolah dan perguruan tinggi menerapkan pembelajaran daring. Dimana, pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 bukan kegiatan belajar yang dipersiapkan dengan baik tetapi kegiatan belajar yang dipaksa dilakukan untuk mengurangi resiko penyebaran virus Covid-19 (Sunawan dkk., 2021). Artinya, kejenuhan dalam pembelajaran daring tidak dapat dihindarkan walaupun sudah ditunjang dengan media berbasis teknologi.

Kejenuhan dapat diartikan sebagai jemu atau bosan. Kejenuhan atau *burnout* diperkenalkan oleh psikologi analisis yakni Herbert Freudenberger pada tahun 1973 (Iskandar, 2017). Perasaan jenuh dalam belajar banyak ditemukan pada peserta didik, terlebih lagi jika kegiatan belajar dilakukan secara daring sehingga menyebabkan

peserta didik tidak dapat berinteraksi dengan teman-temannya. Kejenuhan dalam belajar dapat diartikan sebagai suatu proses pembelajaran yang berlangsung secara terus menerus dengan kegiatan yang monoton tanpa adanya perubahan terhadap sistem yang dijalankan (Lestari, 2021). Hal tersebut sejalan dengan yang diungkapkan Astaman dkk. (2018) yakni kejenuhan belajar diartikan sebagai kondisi emosional ketika seseorang merasa lelah dan jenuh secara mental ataupun fisik. Jika peserta didik mengalami kejenuhan dalam belajar daring, biasanya dapat dilihat dari sikap dan perilakunya. Peserta didik yang memiliki rasa jenuh terhadap suatu pembelajaran cenderung akan bersikap sinis dan apatis terhadap pelajaran yang menurutnya tidak menarik dengan menunjukkan sikap kurang percaya diri dan menghindarinya serta tidak memahami pelajaran yang telah diberikan (Arirahmanto, 2018). Selain itu, dapat diamati dengan segala aktivitas yang tidak efisien, sinisme dan perasaan negatif tentang kemampuannya (Tomaszek & Muchacka-Cymerman, 2022). Demikian pula dengan rasa malu, marah atau cemas dan kebosanan mungkin akan mempengaruhi proses pembelajaran (Pawlak dkk., 2022). Jadi, dapat disimpulkan bahwa peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar secara daring membutuhkan sumber daya fisik dan mental yang memadai untuk memenuhi tuntutan dalam belajar.

Ketika peserta didik mengalami kejenuhan dalam belajar, maka akan berdampak pada perilaku sosial emosional peserta didik seperti kurangnya bersosialisasi dengan teman, terkadang merasa bosan serta merasa rindu teman-temannya (Kusuma & Sutapa, 2018). Tidak hanya itu, pemilihan metode yang tidak tepat juga menjadi salah satu penyebab timbulnya kejenuhan dalam belajar daring. Sesuai dengan yang diungkapkan Astaman dkk. (2018) dalam penelitiannya yakni kejenuhan belajar dapat disebabkan oleh metode pembelajaran yang kurang bervariasi. Oleh karena itu, pendidik dituntut untuk kreatif dan inovatif pada pembelajaran daring serta dapat mengintegrasikan teknologi sebagai media penunjang pembelajaran daring. Jika siswa mengalami kejenuhan belajar, maka akan berdampak negatif pada hasil belajarnya. Dari paparan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian menggunakan studi literatur mengenai kejenuhan belajar pada pembelajaran daring yang dilakukan selama pandemi Covid-19.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah studi literatur (*literatur riview*). Menurut Hermawan (2019) studi literatur (*literatur riview*) adalah usaha yang dilakukan oleh peneliti untuk menghimpun informasi yang relevan dengan topik atau masalah pada penelitian. Dalam memperoleh informasi tersebut, peneliti menghimpun informasi baik dari jurnal nasional, sitasi, buku maupun skripsi yang relevan dengan topik penelitian. Adapun tahapan penyusunan *literature review* pada penelitian ini yakni: 1) mendefinisikan kajian atau ruang lingkup topik yang akan direview, 2) mengidentifikasi bahan referensi yang relevan dan berkualitas melalui *Google Scholar*, 3) memilih beberapa referensi dari *Google Scholar* dan mengelompokkan filenya berdasarkan kriteria, 4) menyusun matriks sintesis dari artikel yang diperoleh, 5) menulis *review*, 6) menyimpulkan dan mengaplikasikan hasil *review* (Prasetyo, 2017).

Topik pada penelitian ini membahas tentang kejenuhan belajar yang dialami pada pembelajaran daring selama pandemi Covid-19. Oleh karena itu, kata kunci pencarian sebagai bahan referensi meliputi “kejenuhan belajar”, “pembelajaran daring” dan “pandemi Covid-19”. Selanjutnya, pencarian referensi dilakukan menggunakan bantuan *Google Scholar* melalui tautan <https://scholar.google.co.id/>. Kemudian, dilakukan pemilihan artikel dan disusun berdasarkan pengembangan dari beberapa referensi menggunakan matriks sintesis (Rahayu dkk., 2019). Hal tersebut bertujuan untuk mengetahui apakah peserta didik mengalami kejenuhan belajar pada pembelajaran daring yang diterapkan selama pandemi Covid-19.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada suatu titik tertentu dalam hidup setiap orang, pasti mengalami kebosanan dan kejenuhan (Tempelaar & Niculescu, 2022). Kebosanan dan kejenuhan tersebut bisa terjadi pada suatu aktivitas yang dilakukan secara terus menerus salah satunya kejenuhan dalam belajar. Saat ini, sekolah dan perguruan tinggi sudah banyak yang melaksanakan pembelajaran tatap muka yang sebelumnya menerapkan sistem pembelajaran daring. Pembelajaran daring yang dilakukan dari rumah kerap dikeluhkan oleh banyak peserta didik. Hal tersebut dikarenakan pembelajaran daring cenderung bersifat monoton dan tidak adanya interaksi sosial baik antara peserta didik maupun pendidik serta menuntut peserta didik menjadi pelajar yang mandiri (Ulfa & Puspaningtyas, 2020; Puspaningtyas & Dewi, 2020). Kemandirian belajar merupakan hal yang positif dalam melaksanakan pembelajaran, namun perlu diimbangi dengan kebiasaan dan panduan ke arah yang positif tersebut (Maskar dkk., 2021). Seperti yang diungkapkan Lisman & Wicaksono (2020) bahwa salah satu yang menyebabkan kejenuhan belajar belakang ini

adalah pembelajaran daring. Banyak faktor yang menimbulkan kejenuhan belajar selama pembelajaran daring yakni faktor internal dan faktor eksternal.

Faktor internal yang berasal dari dalam diri peserta didik itu sendiri yakni rasa bosan dan keletihan yang dialami oleh tiap siswa. Keletihan tersebut dapat menyebabkan kebosanan sehingga peserta didik mengalami kehilangan motivasi dan malas untuk mengikuti kegiatan pembelajaran. Sedangkan faktor eksternal yang berasal dari luar diri peserta didik yakni persaingan yang ketat yang menuntut kecakapan dalam belajar, kegiatan pembelajaran dengan durasi waktu yang cukup panjang disertai dengan materi yang cukup banyak diterima oleh memori otak sehingga menimbulkan kejenuhan (Pawicara & Conilie, 2020). Sejalan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kejenuhan belajar selama pembelajaran daring, Ningsih & Djumali (2020) menambahkan yakni siswa mengalami kesulitan dalam memahami materi karena metode pembelajaran yang digunakan kurang bervariasi, guru selalu memberikan banyak tugas kepada siswa, siswa tidak memiliki teman untuk belajar bersama saat pembelajaran jarak jauh, berkurangnya konsentrasi siswa saat belajar karena terlalu lama menatap layar *handphone/laptop*, keterbatasan kuota dan lingkungan yang masih kurang mendukung. Kemudian, pembelajaran daring ini dirasa sangat bermasalah karena interaksi jarak jauh dengan materi dan minimnya pemantauan KBM yang dilakukan secara *online* pada kegiatan praktikum bidang keahlian sehingga sulit mencapai kecukupan peserta didik dalam menyerap semua informasi teknis dan proses pendampingan praktikum (Dewi, 2021). Selain itu, kejenuhan dalam pembelajaran daring dapat dilihat dari berbagai aspek.

Menurut Agustin dkk. (2020) aspek kejenuhan belajar pada pembelajaran daring meliputi: kelelahan emosi, kelelahan fisik, kelelahan kognitif dan kehilangan motivasi. Pada aspek kelelahan emosi, peserta didik biasanya menunjukkan sikap yang mudah marah, mudah menyerah dan tidak percaya diri, suka mengeluh, merasa gelisah, merasa bosan, cenderung berputus asa serta merasa cemas. Hal tersebut sesuai dengan yang diungkapkan Iskandar (2017) bahwa kelelahan emosi dapat dicirikan seperti bosan, mudah tersinggung, sinisme, perasaan tidak menolong, ratapan tiada henti, suka marah-marah, gelisah, tidak peduli terhadap tujuan, tidak peduli dengan orang lain, merasa tidak memiliki apa-apa untuk diberikan, sia-sia, putus asa, sedih, tertekan dan tidak berdaya. Ketika kondisi emosional yang tidak menentu dan kondisi lingkungan tidak menunjang proses pembelajaran maka peserta didik cenderung merasa jenuh (Nurul, 2013). Aspek ini sering kali dirasakan oleh peserta didik karena berasal dari labilnya emosi. Suardi (2018) mengungkapkan bahwa sebab dari kelelahan emosional adalah adanya tuntutan yang berlebihan sehingga ditunjukkan oleh perasaan dan beban pikiran yang berlebihan.

Ketika siswa mengalami kelelahan dalam emosinya, biasanya diikuti dengan kelelahan pada fisiknya. Menurut Iskandar (2017) peserta didik yang mengalami kelelahan fisik biasanya dicirikan dengan merasa lelah dan letih setiap hari, sakit kepala dan gangguan lambung, mengalami gangguan tidur, mengalami gangguan makan, jantung sering berdebar-debar. Hal tersebut sejalan dengan yang diungkapkan Sutarjo dkk. (2014) yakni ketika peserta didik mengalami kelelahan fisik, siswa cenderung menunjukkan sikap seperti mudah lelah dan letih saat belajar, sakit kepala, demam, sakit punggung (rasa ngilu), tegang pada otot leher dan bahu, sering terkena flu, mual-mual dan gelisah. Saat peserta didik mengalami kelelahan pada emosi dan fisiknya, banyak ditemukan bahwa peserta didik kerap mengalihkan aktivitas belajar daring dengan bermain game dan hanya mengisi absen karena malas mengikuti pembelajaran (Kurnia, 2021). Selanjutnya, ketika peserta didik mengalihkan kegiatan pada saat pembelajaran seperti bermain game, maka peserta didik cenderung mengantuk dan merasa tidak enak badan karena kurang istirahat (Tutuala dkk., 2021). Oleh karena itu, untuk mengurangi kelelahan dalam fisik peserta didik diperlukan istirahat serta asupan makanan yang berpengaruh dalam menentukan tenaga dan konsentrasi dalam berfikir selama mengikuti pembelajaran (Fauziah, 2013).

Selanjutnya, pada aspek kelelahan kognitif peserta didik cenderung menunjukkan sikap enggan membantu dalam kegiatan belajar, merasa kehilangan makna dan harapan dalam belajar, merasa kehilangan kekuatan untuk belajar, merasa kesulitan konsentrasi sehingga mudah lupa dalam belajar, merasa terbebani dengan banyaknya tugas serta merasa rendah diri terhadap teman yang memiliki prestasi yang tinggi. Umumnya, sikap kesulitan dalam berkonsentrasi kerap ditunjukkan oleh peserta didik. Hal tersebut sesuai dengan yang diungkapkan oleh Rohimah (2020) yakni jika siswa mengalami kejenuhan belajar maka dapat menurunkan konsentrasi dan daya serap dari materi yang diberikan oleh guru. Pawicara & Conilie (2020) juga mengungkapkan dalam penelitiannya yakni turunnya konsentrasi dapat dipengaruhi oleh dinamika emosi, padatnya aktivitas dan banyak tekanan. Lain halnya dengan yang diungkapkan Afifah (2019) bahwa kejenuhan belajar tidak mempengaruhi konsentrasi belajar dan bisa saja terjadi akibat faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi konsentrasi belajar. Dengan demikian, kejenuhan pada pembelajaran daring mungkin dapat menurunkan konsentrasi dan dapat saja terjadi akibat faktor lain.

Aspek yang terakhir yakni kehilangan motivasi. Dalam aspek ini, peserta didik cenderung menunjukkan sikap ingin berhenti belajar, mengerjakan tugas dengan asal-asalan, lebih banyak mengerjakan hal lain daripada belajar, tidak merasa puas dengan hasil belajar yang didapatkan dan masih banyak lagi. Hal tersebut sesuai dengan yang diungkapkan Murti & Yusri (2019) pada penelitiannya yakni jika peserta didik mengalami kehilangan

motivasi maka peserta didik akan menunjukkan sikap hilangnya idealisme, sadar bahwa impian tidak nyata dan kehilangan semangat untuk belajar. Naldi dkk. (2018) juga menambahkan bahwa peserta didik yang kehilangan motivasi cenderung menunjukkan sikap penarikan diri secara psikologis sebagai respon dari stres yang berlebihan dan rasa ketidakpuasan yang dialaminya. Oleh karena itu dukungan sosial, kontrol diri, sikap tawakal dan qanaah sangat penting dilakukan dalam menghadapi kejenuhan belajar selama pandemi (Masitoh, 2020).

Selain itu, Hanina dkk. (2021) menyebutkan bahwa kejenuhan belajar bisa saja berasal dari lingkungan belajar yang tidak mendukung serta kurangnya dukungan dan bimbingan orang tua ketika melaksanakan kegiatan pembelajaran daring. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Agusriani & Fauziddin (2021) yang menyebutkan bahwa 23% kejenuhan belajar disebabkan oleh kendala orangtua dalam mendampingi belajar. Artinya, kejenuhan dalam pembelajaran daring dapat diminimalisir dari dalam diri peserta didik dengan cara meminta orangtua untuk mendampingi saat melaksanakan pembelajaran daring. Agusriani & Fauziddin (2021) melanjutkan yakni banyak hal yang dapat dilakukan untuk mendukung anak dalam melakukan proses pembelajaran salah satunya dengan cara memberi penghargaan seperti mengajak bermain dan liburan, memberikan kata-kata motivasi serta memberi hadiah. Tentu saja, hal ini perlu dilakukan karena anak akan merasa senang dan berkembang secara cepat sehingga akan terbantu untuk meningkatkan kemampuan dalam proses kognitif (Rosyid, 2018).

Selain dukungan dari orang tua, upaya untuk meminimalisir terjadinya kejenuhan pada pembelajaran daring juga dapat dilakukan oleh guru. Hanina dkk. (2021) mengungkapkan bahwa terdapat dua upaya yang dapat dilakukan oleh guru untuk mengatasi kejenuhan selama pembelajaran daring pada peserta didik yakni secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung dapat dilakukan dengan cara mengubah metode pembelajaran setiap 1-2 minggu sekali serta menggunakan strategi yang menarik sehingga peserta didik tidak merasakan jenuh yang berlebih, selain itu guru memberikan motivasi serta perhatian yang dapat dirasakan peserta didik. Kemudian, secara tidak langsung dapat dilakukan dengan cara guru melakukan komunikasi dengan orangtua peserta didik untuk mengajak anak-anak berkomunikasi, membimbing anak serta memberi lingkungan belajar yang mendukung untuk peserta didik. Selain itu, Astaman dkk. (2018) juga menyebutkan bahwa salah satu upaya guru untuk mengatasi kejenuhan belajar pada siswa dapat dilakukan dengan cara menerapkan metode pembelajaran yang bervariasi, melakukan pendekatan kepada siswa serta melakukan evaluasi pada tiap akhir pembelajaran. Semakin tinggi tingkat kejenuhan belajar selama pembelajaran daring, maka akan semakin rendah hasil belajar yang diperoleh sehingga peserta didik tidak dapat mengembangkan seluruh potensi yang dimilikinya dalam proses belajar (Muna, 2016; Lestari, 2021). Namun, rendahnya hasil belajar bukan hanya dipengaruhi oleh kejenuhan dalam belajar dan materi yang dianggap sulit tetapi bisa juga disebabkan karena kurang tepatnya guru dalam menyingkapi gaya belajar yang dimiliki oleh setiap individu (Ulfa, 2018).

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, peserta didik mengalami kejenuhan pada pembelajaran daring selama pandemi Covid-19. Hal tersebut dikarenakan, pembelajaran daring cenderung bersifat monoton, kurangnya interaksi sosial baik antara peserta didik dan guru, banyaknya tugas yang diberikan oleh guru dan kurangnya dukungan orang tua selama pelaksanaan pembelajaran daring. Sehingga, peserta didik kerap menunjukkan sikap kejenuhannya melalui aspek kelelahan emosi, kelelahan fisik, kelelahan kognitif dan kehilangan motivasi. Jika kejenuhan dalam belajar di derita oleh peserta didik, maka akan berdampak pada rendahnya hasil belajar dan peserta didik tidak dapat sepenuhnya mengembangkan potensi diri yang dimilikinya.

## **REFERENSI**

- Admin. 2022. "KBBI Daring". <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/daring>. (Pada 20 Juni 2022).
- Afifah, S. (2019). Pengaruh Kejenuhan Belajar dan Interaksi Sosial Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Dengan Sistem Pesantren Modern. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(4).
- Agustin, M., Setiyadi, R., & Puspita, R. D. (2020). Burnout Profile of Elementary School Teacher Education Students (ESTES): Factors and Implication of Guidance And Counseling Services. *PrimaryEdu-Journal of Primary Education*, 4(1), 38-47.
- Agusriani, A., & Fauziddin, M. (2021). Strategi Orangtua Mengatasi Kejenuhan Anak Belajar Dari Rumah Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1729-1740.
- Aji, R. H. S. (2020). Dampak COVID-19 Pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan, dan Proses Pembelajaran. *Jurnal Sosial & Budaya Syar-i*, 7(5), 395-402.

- Arifin, H. N. (2020). Respon Siswa Terhadap Pembelajaran dalam Jaringan Masa Pandemi COVID-19 di Madrasah Aliyah Al-Amin Tabanan. *Widya Balina*, 5(9), 1-12.
- Arirahmanto, Sutam Bayu. (2018). Pengembangan Aplikasi Penurunan Kejenuhan Belajar Berbasis Android untuk Siswa SMPN 3 Babat. UNESA Surabaya.
- Astaman, A., Kadir, S., & Masdul, M. R. (2018). Upaya mengatasi kejenuhan belajar (tinjauan pendidikan islam pada SDN 10 Banawa Kabupaten Donggala). *Jurnal Kolaboratif Sains*, 1(1).
- Dewi, P. S., & Septa, H. W. (2019). Peningkatan Kemampuan Pemecahan Masalah dan Disposisi Matematis Siswa dengan Pembelajaran Berbasis Masalah. *Mathema: Jurnal Pendidikan Matematika*, 1(1), 31-39.
- Dewi, P. S. (2021). E-Learning: PjBL Pada Mata Kuliah Pengembangan Kurikulum dan Silabus. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(2), 1332-1340.
- Fatimah, C., & Puspaningtyas, N. D. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Pembelajaran Online Mata Pelajaran Matematika di MAN 1 Lampung Selatan. *Jurnal Pendidikan Matematika Universitas Lampung*, 8(4), 250-260.
- Fatimah, C., Asmara, P. M., Mauliya, I., & Puspaningtyas, N. D. (2021). Peningkatan Minat Belajar Siswa Melalui Pendekatan Matematika Realistik Pada Pembelajaran Berbasis Daring. *Mathema: Jurnal Pendidikan Matematika*, 3(2), 117-126.
- Fauziah, N. (2013). Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar Sejarah Kebudayaan Islam (SKI) pada Siswa Kelas XI Jurusan Keagamaan di MAN Tempel Sleman. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 10(1), 99-108.
- Handarini, O. I., & Wulandari, S. S. (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya *Study From Home* (SFH) Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 496-503.
- Hanina, P., Faiz, A., & Yuningsih, D. (2021). Upaya Guru Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Peserta Didik di Masa Pandemi. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3791-3798.
- Hermawan, I. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan (Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed Method)*. Kuningan: Hidayatul Quran.
- Iskandar, A. H. (2017). Penggunaan Konseling Kreatif dalam Bingkai Kognitif Perilaku untuk Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa. *International Counseling and Educator Seminar*, 207-212.
- Kurnia, D. (2021). Dinamika Gejala Kejenuhan Belajar Siswa Pada Proses Belajar Online Faktor Faktor Yang Melatarbelakangi Dan Implikasinya Pada Layanan Bimbingan Keluarga. *Teaching: Jurnal Inovasi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 1(1), 1-10.
- Kurniasari, A., Pribowo, F. S. P., & Putra, D. A. (2020). Analisis Efektivitas Pelaksanaan Belajar Dari Rumah (BDR) Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Review Pendidikan Dasar: Jurnal Kajian Pendidikan dan Hasil Penelitian*, 6(3), 1-8.
- Kusuma, W. S., & Sutapa, P. (2020). Dampak Pembelajaran Daring Terhadap Perilaku Sosial Emosional Anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1635-1643.
- Lestari, A. D., Junaid, M., & Wirman, R. P. (2021). Hubungan Kejenuhan Belajar Secara Daring Terhadap Hasil Belajar Fisika Siswa Sekolah Menengah Atas Islam Al-Falah Kota Jambi (Doctoral dissertation, UIN Sultan Thaha Saifuddin Jambi).
- Lisman, M., & Wicaksono, H. (2020). Strategi Guru dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa di MTs Al-Maarif Banyorang. *Jurnal Al-Qiyam*, 1(1), 54-69.
- Mansyur, A. R. (2020). Dampak Covid-19 Terhadap Dinamika Pembelajaran di Indonesia. *Education and Learning Journal*, 1(2): 113-123. <http://dx.doi.org/10.33096/eljour.v1i2.55>
- Masitoh, A. (2020). Strategi Koping Siswa Dalam Menghadapi Stres Akademik di Era Pandemi Covid-19. *Academica: Journal of Multidisciplinary Studies*, 4(2), 185-198.
- Maskar, S. (2018). Alternatif Penyusunan Materi Ekspresi Aljabar untuk Siswa SMP/MTs dengan Pendekatan Pendidikan Matematika Realistik. *Prisma*, 7(1), 53-69.
- Maskar, S., & Anderha, R. R. (2019). Pembelajaran Transformasi Geometri Dengan Pendekatan Motif Kain Tapis Lampung. *Mathema: Jurnal Pendidikan Matematika*, 1(1), 40-47.
- Maskar, S., & Wulantina, E. (2019). Persepsi Peserta Didik terhadap Metode Blended Learning dengan Google Classroom. *INOMATIKA*, 1(2), 110-121.
- Maskar, S., Dewi, P. S., & Puspaningtyas, N. D. (2020). Online Learning & Blended Learning: Perbandingan Hasil Belajar Metode Daring Penuh dan Terpadu. *Prisma*, 9(2), 154-166.
- Maskar, S., & Dewi, P. S. (2020). Praktikalitas Dan Efektifitas Bahan Ajar Kalkulus Berbasis Daring Berbantuan Geogebra. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 4(2), 888-899.
- Maskar, S., Puspaningtyas, N. D., Fatimah, C., & Mauliya, I. (2021). Catatan Daring Matematika: Pelatihan Pemanfaatan Google Site Sebagai Media Pembelajaran Daring. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 487-493.

- Muna, N. R. (2016). Efektifitas Teknik Self Regulation Learning Dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa di SMA Insan Cendekia Sekarkemuning Cirebon. *Holistik*, 14(2).
- Murti, S., & Yusri, Y. (2019). Profile Saturation Learning of Student in Senior High Scholl 8 Padang. *Jurnal Neo Konseling*, 1(2).
- 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, L. K., & Djumali, M. P. (2020). Kejenuhan Belajar Masa Pandemi Covid-19 Siswa SMTA di Kedungwungu Indramayu (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Nurul, M. U. W. (2013). Faktor-Faktor Penyebab Tingkat Kejenuhan Belajar Pendidikan Agama Islam (PAI) Pada Jurusan PGSD Di Universitas Islam Balitar. *Persepsi Masyarakat Terhadap Perawatan Ortodontik Yang Dilakukan Oleh Pihak Non Profesional*, 53(9), 1689-1699.
- Pawicara, R., & Conilie, M. (2020). Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi IAIN Jember di Tengah Pandemi Covid-19. *ALVEOLI: Jurnal Pendidikan Biologi*, 1(1), 29-38.
- Pawlak, M., Kruk, M., Zawodniak, J., & Pasikowski, S. (2022). Examining The Underlying Structure of After-Class Boredom Experienced by English Majors. *System*, 106, 102769.
- Prasetyo, W. (2017). Literature Review: Stres Perawat Di Ruang Instalasi Gawat Darurat. *Jurnal Ners Lentera*, 5(1), 43–55.
- Puspaningtyas, N. D. (2019). Berpikir Lateral Siswa SD dalam Pembelajaran Matematika. *Mathema: Jurnal Pendidikan Matematika*, 1(1), 24-30.
- Puspaningtyas, N. D. (2019). Proses Berpikir Lateral Siswa SD dalam Menyelesaikan Masalah Matematika Open-Ended Ditinjau dari Perbedaan Gaya Belajar. *MAJAMATH: Jurnal Matematika Dan Pendidikan Matematika*, 2(2), 80-86.
- Puspaningtyas, N. D., & Dewi, P. S. (2020). Persepsi Peserta Didik terhadap Pembelajaran Berbasis Daring. *JPMI (Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif)*, 3(6), 703-712.
- Rahayu, T., Syafril, S., Wekke, I. S., & Erlinda, R. (2019). Teknik Menulis Review Literatur dalam Sebuah Artikel Ilmiah.
- Rohimah, S. (2020). *Kejenuhan Belajar dalam Perspektif Teori Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Rosyid, M. Z. (2018). *Reward & Punishment Dalam Pendidikan*. Malang: Literasi Nusantara.
- Saputra, V. H., & Febriyanto, E. (2019). Media Pembelajaran Berbasis Multimedia Untuk Anak Tuna Grahita. *Mathema: Jurnal Pendidikan Matematika*, 1(1), 15-23.
- Sofyana, L., & Rozaq, A. (2019). Pembelajaran Daring Kombinasi Berbasis Whatsapp Pada Kelas Karyawan Prodi Teknik Informatika Universitas PGRI Madiun. *Jurnal Nasional Pendidikan Teknik Informatika: JANAPATI*, 8(1), 81-86.
- Suardi, M. (2018). *Belajar & pembelajaran*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sunawan, S., Amin, Z. N., Hafina, A., & Kholili, M. I. (2021). The Differences of Students' Burnout from Level of Education and Duration Daily Online Learning During COVID-19 Pandemics. In *11th Annual International Conference on Industrial Engineering and Operations Management, IEOM 2021* (pp. 3723-3729).
- Sutarjo, I. P. E., Putri, D. A. W. M., & Suarni, N. K. (2014). Efektivitas Teori Behavioral Teknik Relaksasi Dan Brain Gym Untuk Menurunkan Burnout Belajar Pada Siswa Kelas Viii Smp Laboratorium Undiksha Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 2(1).
- Tempelaar, D., & Niculescu, A. C. (2022). Types of Boredom and Other Learning Activity Emotions: A Person-Centred Investigation of Inter-Individual Data. *Motivation and Emotion*, 46(1), 84-99.
- Tomaszek, K., & Muchacka-Cymerman, A. (2022). Student Burnout and PTSD Symptoms: The Role of Existential Anxiety and Academic Fears on Students during the COVID 19 Pandemic. *Depression research and treatment*, 2022.
- Tutuala, D. Y., Widyaningsih, S. W., Yenusi, K. A., & Yusuf, I. (2021). Analisis Tingkat Kejenuhan Belajar Fisika pada Pembelajaran Daring di SMA YPK Oikoumene Masa Pandemi Covid-19. *SILAMPARI JURNAL PENDIDIKAN ILMU FISIKA*, 3(2), 125-143.
- Ulfa, M. (2018, July). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Thinking Aloud Pairs Problem Solving (TAPPS) dengan Pendekatan Sainifik ditinjau dari Gaya Belajar Siswa. In *Prosiding Seminar Nasional Matematika Dan Pendidikan Matematika* (Vol. 1, No. 2, pp. 345-353).
- Ulfa, M. (2019). Strategi Pre-View, Question, Read, Reflect, Recite, Review (Pq4r) Pada Pemahaman Konsep Matematika. *Mathema: jurnal pendidikan matematika*, 1(1), 48-55.

Ulfa, M., & Puspaningtyas, N. D. (2020). The Effectiveness of Blended Learning Using A Learning System in Network (SPADA) in Understanding of Mathematical Concept. *Matematika Dan Pembelajaran*, 8(1), 47-60.