

Layanan Bimbingan Klasikal Secara *Online* Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Selama Pandemi Covid-19

Aldila Fitri Radite Nur Maynawati, Monika Ayu Nurhayati, Yuraida Ita Kurniawati

- 1) Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo
- 2) Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo
- 3) SMA Negeri 3 Sukoharjo

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya peserta didik yang mengalami kejenuhan dalam belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tentang kejenuhan belajar melalui layanan bimbingan klasikal pada peserta didik di SMA Negeri 3 Sukoharjo. Proses pemberian layanan diberikan kepada peserta didik secara *online* dengan mematuhi kebijakan pemerintah dalam masa pandemi COVID-19. Namun, dalam pelaksanaan pembelajaran ditemui banyak kendala, mulai dari kendala sinyal, hingga kuota internet yang terjadi dalam proses belajar daring. Namun, tidak semua peserta didik mengalami kendala tersebut, ada peserta didik yang dapat mengikuti proses pembelajaran dari awal hingga selesai. Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui kejenuhan belajar, hingga cara mengatasi kejenuhan belajar pada peserta didik. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif studi kasus bermaksud agar dapat membantu mengatasi kejenuhan belajar pada peserta didik di SMA Negeri 3 Sukoharjo. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa peserta didik mengalami kejenuhan belajar karena adanya kelelahan emosional yang terjadi secara berulang-ulang dalam jangka waktu yang panjang. Metode pembelajaran yang bervariasi, guru Bimbingan dan Konseling juga bisa menyampaikan manfaat belajar, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan melalui *online*, penataan lingkungan sekolah yang baik, mengajak peserta didik bermain, dan memberikan *reward* kepada peserta didik bisa menjadi alternatif dalam mereduksi kejenuhan belajar peserta didik selama pembelajaran *online*.

Kata kunci : Layanan Bimbingan Klasikal, Kejenuhan Belajar, Pandemi COVID-19

Abstract

This research is motivated by the existence of students who experience boredom in learning. This study aims to describe the boredom of learning through classical guidance services for students at SMA Negeri 3 Sukoharjo. The process of providing services is provided to students online by complying with government policies during the COVID-19 pandemic. However, in the implementation of learning, there are many obstacles, ranging from signal problems, to internet quotas that occur in the online learning process. However, not all students experience these obstacles, there are students who can follow the learning process from to completion. This study is intended to determine learning saturation, to how to overcome learning boredom in students. The research method used in this research is qualitative case handling in order to help overcome the boredom of learning in students at SMA Negeri 3 Sukoharjo. The results of this study show that students experience learning saturation due to emotional exhaustion that occurs repeatedly over a long period of time. Varied learning methods, Guidance and Counseling teachers can also convey the benefits of learning, create a pleasant learning atmosphere through online, structuring a good school environment, inviting students to play, and giving rewards to students can be an alternative in reducing student boredom during online learning.

Key: classical guidance services, burnout learning, pandemic covid-19

PENDAHULUAN

Bimbingan klasikal merupakan layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada peserta didik atau konseli yang dilaksanakan di kelas menggunakan metode tatap muka dengan guru Bimbingan dan Konseling dan peserta didik. Pemberian layanan bimbingan klasikal disesuaikan dengan permasalahan yang dialami oleh peserta didik melalui 4 bidang, yaitu bidang belajar, bidang pribadi, bidang sosial, dan bidang karir. Bimbingan klasikal menggunakan metode diskusi, bermain peran, dan ekspositoris dimana metode tersebut digunakan untuk membantu penyelesaian masalah peserta didik.

Umumnya kegiatan bimbingan klasikal dilakukan secara langsung atau tatap muka dimana guru Bimbingan dan Konseling berinteraksi secara langsung dengan peserta didik di dalam kelas, namun untuk pelaksanaan bimbingan klasikal ini dilakukan secara daring semenjak terjadi pandemic COVID-19. Tepatnya pada tanggal 2 Maret 2020 kasus COVID-19 melanda Indonesia. Diketahui terdapat 12.776 kasus dan 939 kematian telah dilaporkan terjadi di 34 Provinsi di Indonesia per tanggal 8 Mei 2020 (Unicef, 2020). Dilansir dari *website* resmi Kemendikbud menjelaskan bahwa berdasarkan Surat Edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 tertanggal 17 Maret 2020 tentang pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam rangka pencegahan Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19) (Kemendikbud,2020). Pembelajaran daring merupakan proses belajar mengajar yang dilakukan secara *online* atau jarak jauh melalui video atau aplikasi *whatsapp* untuk menunjang proses belajar mengajar dimana guru memberikan materi pelajaran dan peserta didik dapat mengunduh materi tersebut untuk dipelajari, sedangkan untuk tugas guru biasanya mengirimkan lewat aplikasi dan peserta didik diminta untuk mengerjakan tugas lewat aplikasi tersebut (Tim Penulis UNIKA Soegijapranata, 2020).

Meskipun pembelajaran melalui daring ternyata terdapat banyak sekali kendala yang sering dialami oleh peserta didik maupun guru, kendala yang biasanya dialami yaitu kehabisan kuota dan hilangnya *signal* sehingga peserta didik tidak dapat mengikuti pembelajaran. Kejenuhan belajar juga merupakan kendala yang dialami peserta didik dalam belajar daring, dimana rasa bosan yang dialami peserta didik selama pembelajaran daring dapat dirasakan karena kurangnya motivasi, pembelajaran yang kurang bervariasi, serta kurangnya interaksi dengan orang lain. Kejenuhan belajar terjadi karena adanya tuntutan yang selalu meningkat dan mengharuskan diselesaikan dalam jangka waktu yang singkat, perilaku yang ditunjukkan peserta didik ketika mengalami kejenuhan belajar itu mudah marah, mudah frustrasi.

Kejenuhan belajar (*Burnout Belajar*) pada tingkat individu menunjukkan gejala-gejala psikologis diantaranya: *conitive, physical, behavioural, dan motivational* (Schaufeli and Enzmann,1998). Berdasarkan proses pembelajaran melalui layanan bimbingan klasikal dengan metode daring melalui *google meet* dengan permasalahan kejenuhan belajar yang banyak dirasakan oleh peserta didik di SMA Negeri 3 Sukoharjo. Selama proses layanan bimbingan klasikal peneliti mendapati peserta didik yang kurang semangat dalam mengikuti pelajaran, banyaknya peserta didik yang izin tidak mengikuti pelajaran, serta peserta didik yang telat mengirimkan tugas. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengatasi kejenuhan belajar pada peserta didik di SMA Negeri 3 Sukoharjo dengan tujuan untuk mendiskripsikan kejenuhan belajar melalui layanan bimbingan klasikal pada peserta didik di SMA Negeri 3 Sukoharjo.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif studi kasus dimana metode studi kasus merupakan metode untuk mempelajari perkembangan peserta didik secara mendalam guna membantu peserta didik, untuk mencapai penyesuaian diri yang lebih baik. Studi kasus menurut Denni (Guba & Lincoln 1987) merupakan studi yang menguji secara lengkap dan intensif segi-segi, isu-isu, dan mungkin peristiwa tentang latar geografik secara berulang-ulang.

Sumber data pada penelitian kualitatif ini adalah guru Bimbingan Konseling, peserta didik, juga kepala sekolah. Metode pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan data interaktif, dimana peneliti ikut serta pada penelitian kualitatif. Data interaktif memungkinkan adanya saling mempengaruhi antara peneliti dan sumber data. Sedangkan instrument penelitian yang digunakan adalah dengan wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian kualitatif

adalah dengan reduksi data, penyajian data dan terakhir verifikasi data. Pada keabsahana data, peneliti menggunakan *credibility*, kecermatan penelitian dan triangulasi sumber.

Tempat penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 3 Sukoharjo pada peseta didik kelas XI yang dilakukan peneliti pada proses pembelajaran daring melalui *google meet*. Dalam penelitian kualitatif peneliti lebih menekankan pada informasi dan data wawancara maupun observasi terhadap kejenuhan (*Burnout*) belajar pada peserta didik kelas XI. Pengambilan data peneliti menggunakan teknik mengamati yang dilakukan peneliti dalam layanan bimbingan klasikal secara *online*, peneliti mengumpulkan data sebanyak-banyaknya yang kemudian dideskripsikan dan selanjutnya diinterpretasikan.

HASIL

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa peserta didik di SMA Negeri 3 Sukoharjo kelas XI mengalami kejenuhan belajar pada masa pandemi COVID-19. Faktor-faktor yang menyebabkan kejenuhan belajar ini terjadi karena tugas dari mata pelajaran yang menumpuk, melakukan pembelajaran jarak jauh, kurangnya motivasi belajar, kurangnya komunikasi dengan orang lain. Dari faktor – faktor yang telah disebutkan di atas mengakibatkan peserta didik mengalami kelelahan emosional yang membuat peserta didik menjadi malas dalam pembelajaran, mudah marah, dan hilangnya semangat pada diri peserta didik.

Hasil penelitian tersebut yang menyebabkan kejenuhan belajar hingga membuat siswa malas dalam belajar. Tidak hanya dalam lingkungan sekolah kejenuhan belajar juga terjadi di lingkungan rumah yang dimana menimbulkan kebisingan, ketidaknyamanan dalam pembelajaran di rumah, ketidakmampuan orang tua dalam mendampingi anak secara maksimal dalam proses belajar, minimnya fasilitas yang memadai dalam belajar daring, jaringan internet yang tidak lancar, biaya untuk pembelian kuota internet. Indikator di atas sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Dhawan (2020) yang mengemukakan bahwa pembelajaran daring yang dilakukan pada masa pandemi merupakan solusi yang tepat agar proses pembelajaran dapat terus berlangsung karena bersifat fleksibel dalam hal waktu dan lokasi. Namun, pembelajaran *online* memiliki banyak kendala seperti gangguan *login*, video, dan gangguan instalasi, sehingga minimnya ketersediaan jaringan internet yang kurang lancar menjadi perhatian penting bagi pemerintah agar bisa segera diatasi.

Saat proses penelitian, peneliti memberikan layanan bimbingan klasikal secara *online* melalui beberapa kali pertemuan. Serta tidak hanya diberikan pada satu kelas saja, namun pada peserta didik kelas XI secara keseluruhan. Dari hasil observasi didapat, peserta didik di pertemuan pertama awal mulanya jenuh, tidak antusias, tidak menyalakan kamera *google meet*, mengikuti layanan bimbingan klasikal yang diberikan oleh peneliti. Secara keseluruhan hanya terdapat 20% peserta didik yang antusias mengikuti layanan tersebut secara *online*. Pada pertemuan kedua, peserta didik mulai antusias sebab peneliti mulai memberikan stimulus melalui menayangkan video di *youtube* sebagai media layanan bimbingan klasikal. Hasil pada pertemuan kedua, peserta didik mulai antusias mengikuti layanan bimbingan klasikal. Pertemuan ketiga, peneliti menambahkan metode lain supaya menarik peserta didik dalam mengikuti layanan bimbingan klasikal, yaitu melalui *games* secara *online*. Peserta didik beberapa menanyakan untuk diberi *games* lagi supaya semangat mengikuti pembelajaran *online*. Harapannya, juga bisa diaplikasikan pada guru mata pelajaran lainnya, supaya peserta didik tidak jenuh, terlebih pada mata pelajaran yang dirasa sulit dan membosankan bagi peserta didik.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada guru Bimbingan dan Konseling adalah peserta didik rata-rata memang menurun semangatnya ketika belajar *online*. Peserta didik hanya semangat pegang hp untuk *browsing* di Instagram, tiktok dan menonton film korea. Pendampingan dari orangtua memang berkurang. Dimana orangtua dituntut untuk bekerja namun di rumah juga masih harus mendampingi peserta didik dalam belajarnya. Orangtua banyak yang mengeluhkan pembelajaran *online*.

Sedangkan hasil wawancara yang dilakukan kepada Kepala Sekolah, didapat bahwa prestasi peserta didik juga menurun Ketika pembelajaran secara *online* ini. Untungnya saat ini kita sedang mengungkan kurikulum merdeka belajar. Peserta didik terkadang banyak yang tidak tahu kalau pada hari

tiu terdapat jam pelajaran. Karena peserta didik yang kesulitan sinyal bahkan tidak memiliki kuota internet.

PEMBAHASAN

Setelah pelaksanaan bimbingan klasikal yang melibatkan peserta didik kelas XI di SMA Negeri 3 Sukoharjo dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal secara *online* mengatasi kejenuhan belajar pada masa pandemi COVID-19. Bimbingan klasikal sering disebut sebagai layanan dasar yakni layanan bantuan bagi peserta didik melalui kegiatan –kegiatan secara klasikal yang disajikan secara sistematis, dalam rangka membantu siswa mengembangkan potensinya secara optimal (Yusuf dan Nurihsan 2008: 26). Pemberian layanan dilakukan secara daring karena kebijakan pemerintah terhadap proses belajar mengajar pada masa pandemi COVID-19. Pembelajaran daring merupakan solusi utama akan keberlangsungan proses belajar mengajar saat ini untuk keberlangsungan pembelajaran yang tidak bisa dilakukan secara tatap muka. Namun, pembelajaran daring ini memiliki kendala yang dialami peserta didik di SMA Negeri 3 Sukoharjo dimana banyak siswa yang mengalami bosan atau kejenuhan belajar.

Kejenuhan belajar merupakan sindrom kelelahan yang dialami peserta didik akan kelelahan emosional dan sinisme yang terjadi sebagai respons terhadap stress dan ketegangan hidup. Menurut Pines dan Aronson (Brunk, 2006) menjelaskan bahwa kejenuhan sebagai kondisi emosional seseorang, yang merasa lelah dan jenuh secara mental ataupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan yang meningkat. Kejenuhan belajar dialami oleh peserta didik yang beranggapan bahwa ia sudah tidak dapat mengikuti pelajaran di sekolah. Sehingga peserta didik melampiaskan rasa jenuh yang dirasakannya dengan bermain dengan teman, bermain handphone, tidak mengikuti pelajaran. Semua itu dilakukan peserta didik untuk menghilangkan rasa bosan yang dirasakan.

Berdasarkan pemberian tugas kepada peserta didik dalam proses layanan bimbingan klasikal secara *online* dalam mengatasi kejenuhan belajar pada masa pandemi COVID-19 di SMA Negeri 3 Sukoharjo. Peserta didik pertama mengatakan bahwa ia merasakan kejenuhan belajar dikarenakan tugas yang diberikan selalu menumpuk, guru belum menjelaskan materi namun sudah memberikan tugas. Respon peserta didik kedua mengatakan dirinya merasakan kejenuhan belajar karena metode pembelajaran yang kurang menarik, suasana belajar yang tidak berubah, rasa malas saat mengikuti pelajaran, mudahnya peserta didik mengantuk saat pelajaran berlangsung.

Respon peserta didik ketiga mengatakan dirinya jenuh ketika banyaknya aplikasi yang digunakan untuk melakukan belajar daring hingga membuat peserta didik kebingungan, kurangnya waktu istirahat karena digunakan untuk mengerjakan tugas, tugas yang diberikan guru lumayan sulit, kendala akan sinyal atau kuota internet saat akan mengikuti pelajaran daring atau akan mengirimkan tugas. Sedangkan, respon peserta didik keempat hampir sama dengan peserta didik pertama dan kedua dari tugas yang menumpuk, tidak dapat memahami mata pelajaran yang diberikan guru, bosan belajar karena tidak pernah bertemu dengan teman. Kejenuhan belajar ini tidak hanya dirasakan keempat peserta didik itu namun semua peserta didik yang terdampak COVID-19 yang mengakibatkan terjadinya faktor-faktor kejenuhan belajar yang telah disebutkan.

Faktor-faktor kejenuhan belajar yang dialami peserta didik di SMA Negeri 3 Sukoharjo terjadi dari faktor internal serta faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang terjadi dari dalam diri peserta didik tersebut, mulai dari hilangnya semangat dalam belajar, berkurangnya motivasi dalam diri peserta didik, kurangnya percaya diri, berkurangnya minat peserta didik dalam belajar. Sedangkan, faktor eksternal terjadi dikarenakan adanya faktor dari luar seperti rumah, lingkungan masyarakat yang menyebabkan kejenuhan belajar: (1) Faktor rumah atau keluarga menjadi faktor utama dalam terjadi kejenuhan belajar indikatornya, orang tua yang menuntut lebu kepada peserta didik, kurangnya *support* belajar dari keluarga, adanya beberapa siswa yang mengalami *broken home*. (2) Faktor lingkungan, yang menyebabkan kejenuhan belajar merupakan, adanya mata pelajaran yang tidak disukai, menunjukkan sikap emosional, melakukan pemberontakan dikelas, mengobrol dengan teman, tidur di dalam kelas, dan terlambat menumpuk tugas. Dari hasil penelitian melalui metode pengumpulan data dokumentasi menunjukkan bahwa faktor-faktor penyebab kejenuhan belajar mayoritas peserta didik menjawab

kurangnya motivasi untuk belajar, kurangnya rasa percaya diri, beban tugas yang selalu menumpuk, dan orang tua yang banyak menuntut dari peserta didik.

Indikator-indikator kejenuhan belajar peserta didik yang muncul selama proses penelitian yaitu :

1. Kelelahan Fisik merupakan faktor kejenuhan belajar yang dialami peserta didik antara lain mual, pusing, sakit kepala, insomnia, berkurangnya nafsu makan, stress, dan menurunnya berat badan. Belajar tidak hanya otak yang bekerja namun anggota tubuh pada diri individu juga ikut bekerja. Hasil layanan bimbingan klasikan yang dilakukan peneliti dalam sesi Tanya jawab dengan peserta didik mendapat bahwa terdapat peserta didik mengalami sakit kepala, stress, berkurangnya nafsu makan, yang diakibatkan menumpuknya tugas yang diberikan guru dan kurangnya materi yang diberikan saat pembelajaran daring berlangsung. Selain, kegiatan belajar yang dilakukan peserta didik terdapat salah satu peserta didik yang membantu kegiatan di rumah seperti membantu pekerjaan rumah yang mengakibatkan kelelah fisik pada peserta didik.
2. Kelelahan emosional merupakan munculnya perasaan sedih, depresi, ketakutan, ketidakmampuan peserta didik mengontrol emosi, dan kecemasan. Kelelahan emosi, terjadi karena berbagai faktor seperti tuntutan tugas yang terlalu banyak sedangkan materi yang diberikan terlalu sedikit, mengharuskan peserta didik melakukan pembelajaran online dirumah, kurangnya komunikasi dengan individu lain. Menurut, Suardi (2018) menjelaskan bahwa sebab dari kelelahan emosi adalah adanya tuntutan yang berlebihan sehingga ditunjukkan oleh perasaan dan beban pikiran yang berlebihan.
3. Kehilangan motivasi indikatornya seperti, kehilangan semangat belajar, kehilangan minat belajar, munculnya perasaan mudah menyerah. Gejala-gejala tersebut banyak dirasakan oleh peserta didik seperti kehilangan semangat belajar hal ini diakibatkan karena metode pembelajaran yang kurang bervariasi, tuntutan tugas yang harus disegera diselesaikan dalam jangka waktu yang relative singkat sehingga peserta didik menjadi kehilangan minat belajar dan menjadikan peserta didik jenuh belajar. Menurut, Chernis (1980) gejala-gejala tersebut sudah dianggap sebagai kehilangan motivasi.
4. Kelelahan Kognitif meliputi hilangnya semangat, kesulitan berkonsentrasi, kehilangan minat belajar dan kehilangan makna hidup. Menurut Schaufeli dan Bruuk (1996:324) berdampak pada ketidakmampuan berkonsentrasi, mudah lupa, sulit mengambil keputusan sendiri. Berkurangnya konsentrasi belajar banyak dirasakan peserta didik saat berlangsungnya pembelajaran daring, banyak peserta didik yang tidak memperhatikan materi yang diberikan dan adanya peserta didik yang tidak dapat menjawab pertanyaan saat sesi Tanya jawab dengan guru. Indikator-indikator tersebut sejalan dengan Schaufeli dan Enzmann (1998).

Faktor-faktor kejenuhan belajar yang banyak dirasakan oleh peserta didik dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal secara *online* pada tanggal 4 Oktober 2021. Peneliti, juga menyampaikan cara mengatasi dalam kejenuhan (*Burnout*) belajar kepada peserta didik. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling didapat bahwa “Peran guru BK dalam mengatasi kejenuhan belajar sangat diperlukan sekali untuk keberlangsungan belajar peserta didik namun, peran orang tua yang paling utama dalam proses belajar peserta didik”. Adapun analisis data menjawab peran guru Bimbingan dan Konseling serta peran orang tua dalam mengatasi kejenuhan belajar adalah sebagai berikut:

1. Menyampaikan Manfaat Belajar

Belajar sangat penting bagi setiap individu di seluruh dunia, setiap individu dari kecil hingga lanjut usia selalu belajar. Belajar yang selalu dilakukan memiliki manfaat yang banyak dan merupakan ilmu pengetahuan atau wawasan yang dimiliki setiap individu yang belajar. Manfaat belajar yang didapat meliputi: mempererat tali silaturahmi, menambah wawasan atau pengalaman hidup pengetahuan, bekal masa depan. Secara singkat, belajar merupakan bekal untuk masa depan setiap individu, semakin individu paham manfaat belajar maka semakin bersemangat individu dalam belajar sehingga minim mengalami kejenuhan belajar.

2. Metode Pembelajaran Yang Kreatif

Guru dituntut untuk kreatif dalam memberikan materi pelajaran, supaya peserta didik merasa nyaman dalam belajar juga mudah dalam memahami materi yang diberikan oleh guru. Penggunaan media pelajaran yang menarik peserta didik supaya lebih semangat dalam belajar perlu dilakukan oleh guru

- mapel. Dimana pembelajaran yang menarik dapat membangkitkan emosi bahagia peserta didik sehingga peserta didik semangat dalam belajar. Media yang perlu diberikan saat belajar seperti, mengajak peserta didik untuk ice breaking disela-sela waktu pelajaran, merubah tempat duduk, penyampaian materi memakai proyektor atau LCD, dan menampilkan video pembelajaran yang sesuai dengan materi pelajaran.
3. Menciptakan Suasana Belajar yang Menyenangkan
Suasana belajar merupakan suatu hal yang sangat penting dalam keberlangsungan belajar dimana suasana sebagai penentu tertarnya peserta didik dalam mengikuti belajar. Guru sangat perlu untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan di dalam kelas agar peserta didik merasa semangat dan gairah belajar dapat meningkat. Namun, bila guru kurang menciptakan suasana belajar dapat membuat peserta didik merasa jenuh dan tidak memiliki gairah dalam belajar. Pentingnya menciptakan suasana belajar yang menyenangkan membantu peserta didik lebih memahami materi yang diberikan, menyukai mata pelajaran, memperhatikan guru saat mengajar, mengumpulkan tugas tepat waktu. Indikator tersebut merupakan manfaat yang didapat guru bila menciptakan suasana belajar yang menyenangkan untuk peserta didik
 4. Penataan Kembali Lingkungan Sekolah
Lingkungan sekolah merupakan tempat yang diisi oleh kepala sekolah, guru, siswa –siswa serta penjaga sekolah. Lingkungan sekolah perlu adanya penataan kembali dalam jangka waktu tertentu, guna menciptakan lingkungan sekolah yang nyaman dan bersih. Namun, penataan tidak hanya dilakukan di lingkungan sekolah saja namun lingkungan kelas juga perlu di tata kembali agar peserta didik nyaman saat proses pembelajaran. Penataan kelas meliputi, perubahan posisi meja dan kursi, perlengkapan belajar, dan rak buku ditata ditempat yang seharusnya dan peserta didik dapat merasa nyaman didalam kelas.
 5. Mengajak Anak Bermain
Orang tua berperan penting dalam proses belajar anak selama pembelajaran daring dirumah. Mulai dari memberikan dukungan motivasi hingga memberikan fasilitas belajar, namun orang tua diharuskan peka terhadap anak bahwa dalam belajar perlu sedikit jeda untuk istirahat. Belajar tidak diharuskan dilakukan 24 jam namun dapat dilakukan dalam kurung waktu 1 jam atau 2 jam sehingga anak dapat beristirahat. Belajar yang dilakukan terus-menerus tanpa istirahat dapat mengakibatkan anak mengalami kejenuhan belajar, kejenuhan belajar yang dialami anak terjadi karena tuntutan tugas yang terus meningkat, kurangnya motivasi, kurangnya komunikasi dengan individu lain. Peran orang tua dalam mengatasi kejenuhan belajar pada anak yaitu mengajak anak bermain agar anak dapat melupakan tuntutan dalam belajar dan anak tidak mengalami kejenuhan belajar. Bermain yang diberikan orang tua ialah dengan mengajak anak berkunjung ke tempat wisata disuatu tempat. Menurut Saadah et al., (2020) menyatakan bahwa rekreasi bertujuan untuk penyegaran jasmani dan rohani. Penyegaran dimaksudkan agar anak dapat melepas lelah dan meninggalkan sejenak aktivitas yang membuat anak merasa jenuh sehingga anak dapat kembali bersemangat dan termotivasi untuk belajar dan anak tidak mengalami kejenuhan belajar.
 6. Memberi *Reward* Kepada Anak
Reward adalah sebuah dukungan yang diberikan oleh orang tua kepada anak yang telah melakukan kegiatan dengan baik. Dukungan yang diberikan orang tua tidak hanya sebuah penguatan kata-kata namun, bisa sebuah hadiah kecil untuk diberikan kepada anak. Dalam pembelajaran online seperti saat ini banyak anak yang mengalami kejenuhan belajar dirumah hingga anak kehilangan motivasi belajar, dalam hal ini peran orang tua sangat penting dalam mengembalikan semangat anak dalam belajar. Orang tua dapat memberikan sebuah *Reward* kepada anak untuk mengembalikan semangat anak. Berdasarkan teori belajar yang dikemukakan oleh Skinner bahwa *reward* merupakan faktor penting dalam proses belajar karena akan memotivasi dan membuat siswa menjadi lebih giat belajar (Saad 2007). Pemberian *reward* dapat berupa mengajak anak rekreasi, memberikan anak barang yang diinginkan, memberikan akan makanan, dan memberikan anak motivasi atau dukungan. Metode

memberikan *reward*, sangat efektif dilakukan orang tua karena akan membuat anak menjadi senang dan membuat anak menjadi lebih semangat kembali dalam belajar.

Dalam penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan layanan bimbingan klasikal secara *online* dalam mengatasi kejenuhan belajar sangat perlu dikembangkan kembali untuk menumbuhkan semangat peserta didik dalam belajar. Peran orang tua hingga guru Bimbingan dan Konseling juga guru mata pelajaran sangat penting dalam meningkatkan semangat belajar peserta didik dalam pembelajaran *online*, orang tua dituntut untuk selalu perhatian terhadap proses belajar anak dan selalu memberi perhatian khusus untuk dan memahami faktor-faktor kejenuhan belajar yang dialami oleh anak saat pembelajaran daring di rumah. Pada masa ini orang tua dan guru BK dituntut untuk selalu berperan aktif dan memberikan pendampingan yang menumbuhkan motivasi belajar pada peserta didik sehingga pada diri peserta didik tumbuh minat untuk selalu belajar dan semangat untuk belajar di rumah.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan tentang kejenuhan belajar melalui layanan bimbingan klasikal pada peserta didik di SMA Negeri 3 Sukoharjo sudah tercapai melalui penelitian yang didapat dari hasil penelitian yang sudah diuraikan sebelumnya. Harapannya supaya peserta didik mampu tertarik dengan layanan Bimbingan Konseling dan semangat dalam belajarnya dalam mata pelajaran apapun adalah dengan menunjukkan kreativitas guru dengan memodifikasi media layanan atau pembelajaran yang digunakan untuk menyampaikan materi pada peserta didik. Dengan demikian peserta didik semakin antusias dalam mengikuti layanan dan semakin semangat dalam belajarnya secara *online* ini.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan klasikal dalam mengatasi kejenuhan belajar dilaksanakan secara *online* pada masa pandemic COVID-19. Pemberian layanan dilakukan secara daring karena kebijakan pemerintah terhadap proses belajar mengajar pada masa pandemic COVID-19. Pembelajaran daring atau belajar di rumah dilakukan untuk meningkatnya wabah COVID-19 yang terjadi di seluruh dunia, kondisi yang terjadi saat ini memberikan dampak bagi peserta didik yang diharuskan untuk belajar di rumah. Dampak yang terjadi pada peserta didik ialah, mengalami stress, hilangnya motivasi, mengalami kejenuhan belajar.

Faktor-faktor kejenuhan belajar yang dirasakan peserta didik terjadi karena adanya faktor dari dalam dan faktor dari luar. Indikator kejenuhan belajar pada peserta didik, ialah kelelahan fisik, kelelahan emosional, kehilangan motivasi, dan kelelahan kognitif.

Berdasarkan faktor-faktor di atas peneliti mengemukakan cara untuk mengatasi kejenuhan belajar pada proses pembelajaran daring yang perlu dilakukan oleh guru hingga orang tua seperti, metode pembelajaran yang bervariasi, menyampaikan manfaat belajar, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, penataan lingkungan sekolah, mengajak anak bermain, dan memberikan *reward* kepada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- 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. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.961>
- Athiyah, I. (2021). Efektivitas Layanan Bimbingan Klasikal dengan E-Learning melalui Pembelajaran Berbasis Project untuk Meningkatkan Resiliensi Kepala Sekolah di Masa Covid-19. *Andragogi: Jurnal Diklat Teknis Pendidikan Dan Keagamaan*, 9(1), 59–70. <https://doi.org/10.36052/andragogi.v9i1.218>
- Fatimah, D. N. (2017). Layanan Bimbingan Klasikal Dalam Meningkatkan Self Control Siswa Smp Negeri 5 Yogyakarta. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 14(1), 25–37. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2017.141-03>

- Hanina, Putri & Faiz, A. & Y. D. (2021). Upaya Guru dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Peserta Didik di Masa Pandemi Putri Hanina 1[□], Aiman Faiz 2, Dewi Yuningsih³. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3791–3798. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i5.1402>
- Kadir, S., Astaman, & Masdul, M. R. (2018). Upaya mengatasi kejenuhan belajar. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 1(1), 982–993.
- Kemendikbud. (2020). *Surat Edaran Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi: Masa Belajar Penyelenggaraan Program Pendidikan*. <https://bersamahadapikorona.kemdikbud.go.id/surat-edaran-direktorat-jenderal-pendidikan-tinggi-masa-belajar-penyelenggaraan-program-pendidikan/>
- Miraz, S. S. (2018). Pengaruh Bimbingan Klasikal Terhadap Kemampuan Bersosialisasi Siswa Kelas X di SMAN 2 Garut. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 6(3), 285–304. <https://doi.org/10.15575/irsyad.v6i3.901>
- Muh Fahrozin. (2012). Pengembangan Model Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMP. *Cakrawala Pendidikan*, 31(1), 143–156.
- Muna, N. (2020). Strategi Guru BK dalam Mengatasi Burnout Study Siswa SMKN 1 Widasari. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 81. <https://doi.org/10.29240/jbk.v4i1.1444>
- Rismawati. (2015). Pelaksanaan Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 3 Kandangan. *Jurnal Mahasiswa BK An-NUr*, 1(1), 64–74.
- Syarifudin, A. S. (2020). Impelementasi Pembelajaran Daring Untuk Meningkatkan Mutu Pendidikan Sebagai Dampak Diterapkannya Social Distancing. *Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia Metalingua*, 5(1), 31–34. <https://doi.org/10.21107/metalingua.v5i1.7072>
- Tama Bina, T., Handaka Budhi, I., & Mahrgianti, W. (2020). Penerapan Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Mengurangi Penggunaan Media Sosial Pada Siswa Kelas Xi Mipa 1 Sman Boyolangu Tahun Pelajaran 2020/2021. *Jurnal Penelitian Komunikasi Dan Opini Publik*, 1031–1037.
- Trisnani, N., & Astuti, A. D. (2021). Penguatan peran orang tua dalam mengatasi kejenuhan belajar anak selama pandemi Covid-19. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 17(1), 97–106. <https://doi.org/10.20414/transformasi.v17i1.3190>
- Vu, B. T., & Bosmans, G. (2021). Psychological impact of COVID-19 anxiety on learning burnout in Vietnamese students. *School Psychology International*, 42(5), 486–496. <https://doi.org/10.1177/01430343211013875>
- Wahyuni, E. D. (2018). Faktor-Faktor Penyebab Tingkat Kejenuhan Belajar Pendidikan Agama Islam (Pai) Pada Jurusan Pgsd Di Universitas Islam Balitar. *Konstruktivisme: Jurnal Pendidikan & Pembelajaran*, 10(2), 154–162. <https://doi.org/10.30957/konstruk.v10i2.509>
- Zulkarnain, A., & Uzlifah, T. (2020). Bimbingan Klasikal Dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Kelas X IBB MAN 3 Bantul Yogyakarta. *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 8–15. <https://doi.org/10.33084/suluh.v6i1.1704>