

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORI**

#### **A. Kajian Pustaka**

Dari hasil pengamatan penulis dalam mencari hasil penelitian yang secara langsung berkaitan dengan kejenuhan belajar dan cara mengatasinya studi Komparasi Pondok Pesantren An-Nuur, Al-Hikmah Dan Al-Hadid, Karangmojo Kabupaten Gunungkidul, memang belum ada yang mengangkat tema tersebut. Namun ada judul karya ilmiah yang secara tidak langsung berkaitan dengan tema pembahasan ini, yaitu :

*Pertama*, tesis yang ditulis oleh Nur Qomariyah, 2014, Program Studi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria, yang berjudul: “Upaya Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa Melalui Layanan Informasi dengan Teknik Relaksasi Berbasis Film Edukasi Pada Siswa Kelas XI PM 3 SMK N 1 Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas maka hipotesis yang menyatakan “layanan informasi teknik relaksasi berbasis film edukasi dapat mengatasi kejenuhan belajar siswa kelas XI PM 3 SMK N 1 Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014.diterima karena teruji kebenarannya. Sehubungan dengan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab-bab sebelumnya, peneliti perlu menyampaikan beberapa saran sebagai berikut. Bagi Kepala Sekolah Kepala sekolah diharapkan dapat memberikan sarana dan prasarana yang mendukung terhadap pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah. Diharapkan orang tua peduli dan paham terhadap permasalahan belajar putra-putrinya selama ini, dengan cara memberikan pengawasan serta kontrol yang

baik, dengan harapan putra-putrinya tersebut tidak mengalami masalah kejenuhan dalam belajarnya. Bagi Konselor Diharapkan konselor peduli serta paham terhadap tugas dan kewajibannya di sekolah, dengan cara membantu siswa yang mengalami permasalahan dalam kejenuhan belajarnya, dengan cara memberikan tindakan layanan informasi dengan teknik relaksasi berbasis film edukasi.

*Kedua*, buku “Remaja Berkualitas Problematika Remaja dan Solusinya” oleh Hasan Basri 2006, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, memberikan pembahasan tentang kejenuhan belajar. Dalam buku tersebut memberikan penjelasan bahwa kejenuhan belajar merupakan salah satu jenis kesulitan yang sering terjadi pada siswa, secara harfiah kejenuhan berarti padat atau penuh sehingga tidak dapat menerima atau memuat apapun. Selain itu jenuh juga mempunyai arti jemu atau bosan. Kejenuhan yang dialami siswa dapat menyebabkan usaha belajar yang dilakukan sia-sia yang disebabkan suatu akal yang tidak bekerja sebagaimana mestinya dalam memproses item-item informasi atau pengalaman yang baru diperoleh.

Faktor yang dapat menyebabkan siswa mengalami kejenuhan dalam belajar, seperti apabila siswa telah kehilangan motivasi dan konsolidasi yang merupakan salah satu tingkat keterampilan yang selanjutnya, maka siswa tersebut telah mengalami kejenuhan yang berasal dari luar yaitu siswa berada pada situasi kompetitif yang ketat dan menuntut kerja intelek yang berat. 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 dan keletihan yang dapat menyebabkan kejenuhan pada siswa.

*Ketiga*, Buku “*The Accelerated Learning Handbook*” oleh Dave Maier tahun cetak 2002 dari Keifa Bandung. Buku *The Accelerated Learning Handbook* menyajikan suatu system lengkap untuk melibatkan kelima indra dan emosi dalam proses belajar, yang merupakan cara kita belajar secara alami-dikenal juga dengan sebutan pendekatan SAVI (Somatis, Auditori, Visual, Intelektual). Tentang kejenuhan belajar dalam buku ini mengatakan; belajar merupakan perubahan dalam kepribadian yang dimanifestasikan sebagai pola-pola respon yang baru dalam bentuk keterampilan, sikap, kebiasaan, pengetahuan dan kecakapan. Secara harfiah kejenuhan berarti padat atau penuh sehingga tidak dapat menerima atau memuat apapun. Selain itu jenuh juga mempunyai arti jemu atau bosan. Kejenuhan belajar ialah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Ada beberapa kiat untuk mengatasi kelelahan pada mental yang menyebabkan kejenuhan belajar antara lain melakukan istirahat dan mengunsumsi makanan dan minuman yang bergizi dengan takaran yang cukup banyak. Pengubahan atau penjadwalan ulang kembali jam dan hari belajar yang dianggap lebih memungkinkan siswa belajar lebih giat. Pengubahan atau penataan kembali lingkungan belajar siswa meliputi pengubahan posisi meja tulis, lemari, rak buku, alat perlengkapan belajar dan sebagainya, sampai memungkinkan siswa berada di sebuah kamar baru yang lebih menyenangkan untuk belajar. dan memberikan / menumbuhkan motivasi dan stimulasi baru agar siswa merasa terdorong untuk belajar lebih giat dari sebelumnya.

*Keempat*, Jurnal Pendidikan oleh Rindana Meidianti, 2013 yang berjudul: “Kejenuhan santri di pondok pesantren dalam belajar”, yang dilatarbelakangi oleh beragamnya pendidikan di Indonesia, mulai dari formal, informal dan non-formal.

Pondok pesantren menjadi salah satu bagian dari pendidikan Indonesia yang bersifat Islami. Pondok pesantren membawa angin segar bagi orang tua yang khawatir dengan kenakalan remaja seperti sekarang ini. Namun dewasa ini, banya pondok pesantren yang menetapkan sistem yang dapat memberatkan santrinya. Berbagai kegiatan seperti sekolah, mengaji, kajian ayat, membaca kitab kuning dan kegiatan lainnya ternyata membawa dampak yang tidak baik bagi santri. Kejenuhan yang dihadapi santri ini akan membawa pengaruh kepada kegiatan yang lainnya. Sulitnya berinteraksi dengan dunia luar pun juga menjadi salah satu faktor santri merasa jenuh. Kesimpulan jurnal ini adalah dengan berbagai aktivitas yang padat yang dialami seorang santri, dapat mengakibatkan berbagai persoalan yang menyebabkan santri merasa jenuh dan semangat belajar yang menurun. Dengan adanya berbagai solusi seperti motivasi, adanya teman serta lingkungan yang mendukung diharapkan dapat membantu seorang santri dalam melakukan ativitasnya dengan baik dan kegiatan belajarnya akan menjadi lebih baik lagi.

*Kelima*, Jurnal Pendidikan oleh Zuni Eka Khusumawati, 2015, yang berjudul: “Penerapan Kombinasi Antara Teknik Relaksasi Dan *Self-Instruction* Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA 2 SMA Negeri 22 Surabaya” yang dilatarbelakangi oleh 8 siswa di kelas XI-IPA 2 yang ditemui oleh peneliti saat berada di dalam kelas, tampak ada 1 siswa yang mengantuk di dalam kelas, 1 siswa yang masuk ke kelas sebelah yang bukan kelasnya, 1 siswa berada di koperasi/kantin walaupun jam pelajaran telah dimulai, 2 siswa telat datang masuk ke kelas, 1 siswa tiduran di ruang OSIS dengan alasan ada kegiatan OSIS, 1 siswa bermain HP/gaget di dalam kelas, 1 siswa ramai di dalam kelas dan tidak mendengarkan guru saat memberikan pelajaran, dan lain-lain. Penelitian ini

bertujuan untuk mengetahui penerapan kombinasi antara teknik relaksasi dan self-instruction dapat mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas XI-IPA 2 SMA N 22 Surabaya. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif, dengan one group pre-test and post-test design. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket untuk mengetahui tingkat kejenuhan belajar yang dialami siswa kelas XI-IPA 2 SMA N 22 Surabaya. Subjek dalam penelitian ini adalah 8 siswa kelas XI-IPA 2 SMA N 22 Surabaya yang mengalami kejenuhan belajar yang tinggi. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik nonparametrik dengan menggunakan uji tanda. Hasil analisis uji tanda menunjukkan bahwa  $N=8$  dan  $x=0$  dengan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05, maka diperoleh harga  $p=0,004$ , harga tersebut lebih kecil dari  $\alpha=0,05$ . Dari hasil analisis tersebut dapat dilihat bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang berbunyi “Penerapan kombinasi antara teknik relaksasi dan self-instruction untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas XI-IPA 2 SMA N 22 Surabaya ” dapat diterima

*Keenam*, Jurnal Pendidikan oleh Ni Kdk Widari dkk, 20011, yang berjudul: “Penerapan Teori Konseling Rasional Emotif Behavioral Dengan Teknik Relaksasi Untuk Menurunkan Kejenuhan Belajar Siswa Kelas X MIA 2 SMA Negeri 2 Singaraja”, Penelitian ini bertujuan untuk menurunkan kejenuhan belajar siswa yang tinggi dengan penerapan konseling rasional emotif behavioral dengan teknik relaksasi. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling. Subyek dalam penelitian ini siswa kelas X MIA 2 SMA Negeri 2 Singaraja yang berjumlah 28 orang siswa. Penelitian ini terdiri dari dua siklus di mana masing-masing siklus melalui tahap identifikasi, diagnosis, prognosis, konseling, evaluasi dan refleksi. Data primer dalam bentuk kuesioner dan buku

harian yang diperoleh dari responden dikumpulkan dan diolah dengan teknik analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan kejenuhan belajar siswa kelas X MIA 2 SMA Negeri 2 Singaraja melalui pemberian layanan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok, dan konseling individual. Dari hasil data awal yang diperoleh dalam penelitian ini bahwa 9 orang siswa mengalami kejenuhan belajar terkategori tinggi. Setelah pemberian layanan pada siklus I siswa yang mengalami kejenuhan belajar dari kategori tinggi menjadi sedang berjumlah 4 orang siswa. Sehingga perlu untuk melanjutkan treatment ke siklus II. Siswa yang mengalami kejenuhan belajar menurun dari kategori sedang menjadi rendah dan sangat rendah. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling rasional emotif behavioral dengan teknik relaksasi dapat menurunkan kejenuhan siswa kelas X MIA 2 Singaraja.

*Ketujuh, Buku, Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*, oleh Muhibbin Syah, Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset, 2005, memberikan pengertian tentang kejenuhan belajar. Secara harfiah, arti jenuh ialah *padat* atau *penuh* sehingga tidak mampu lagi memuat apa pun. Selain itu, jenuh juga dapat berarti *jemu* atau *bosan*. Kejenuhan belajar ialah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Seorang siswa yang mengalami kejenuhan belajar merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi dalam 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.

Dalam bukunya kejenuhan diakibatkan karena kelelahan. Kelelahan siswa dapat dikategorikan menjadi tiga macam yaitu: Kelelahan indera dan kelelahan fisik dalam hal ini mata dan telinga pada umumnya dapat dikurangi atau dihilangkan lebih mudah setelah siswa beristirahat cukup terutama tidur nyenyak dan mengkonsumsi makanan dan minuman yang cukup bergizi. Sebaliknya, kelelahan mental tak dapat diatasi dengan cara yang sederhana cara mengatasi kelelahan-kelelahan lainnya. Itulah sebabnya, kelelahan mental dipandang sebagai faktor utama penyebab munculnya kejenuhan belajar. Faktor-faktor penyebab kelelahan mental siswa diantaranya Karena kecemasan siswa terhadap dampak negatif yang ditimbulkan oleh kelelahan itu sendiri. Karena kecemasan siswa terhadap standar/patokan keberhasilan bidang-bidang studi tertentu yang dianggap terlalu tinggi terutama ketika siswa tersebut sedang merasa bosan mempelajari bidang-bidang studi tadi. Karena siswa berada di tengah-tengah situasi kompetitif yang ketat dan menuntut lebih banyak kerja intelektual yang berat. Karena siswa mempercayai konsep kinerja akademik yang optimum, sedangkan ia sendiri menilai belajarnya sendiri hanya berdasarkan ketentuan yang ia buat sendiri.

*Kedelapan,* Buku, Psikologi Pendidikan oleh M. Ngali Purwanto, CV. Remadja Karya, Bandung, 2005. Psikologi pendidikan adalah psikologi yang diterapkan di dalam pendidikan. Selanjutnya dijelaskan pula di dalam encyclopedia bahwa belajar yang efisien juga dipengaruhi oleh iklim belajar yang mencakup keadaan fisik, sosial, minat, sikap, sifat-sifat kepribadian, dan sebagainya. Menerapkan pembelajaran yang bervariasi dan menyenangkan. Untuk menjadi guru yang profesional harus diawali dari semangat membara yang memancar dari diri, dan salah satunya semangat menjadi guru inovatif. Untuk menjadi guru inovatif

diperlukan kerja keras dan menjadikan diri sebagai guru “bertelinga lebar”, sekaligus “bertelinga tertutup”. Jangan paksakan peserta didik untuk menikmati pembelajaran yang kita lakukan. Demikian uraian singkat yang penulis sajikan mengenai hal-hal positif untuk menghilangkan kejenuhan dalam pembelajaran, semoga tulisan ini bermanfaat bagi teman-teman semua.

*Kesembilan*, Jurnal, Kejenuhan Belajar Siswa Pada Materi Pendidikan Agama Islam Di Sdn Sungai Salai Hilir Kecamatan Candi Laras Utara Kabupaten Tapin, oleh Raihanatul Jannah, pada buletin *Ta'lim Muta'allim*, Vol. III Nomor 6 Tahun 2013 memberikan kesimpulan bahwa: Kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga menyebabkan timbulnya rasa enggan, lesu tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana problematika kejenuhan belajar siswa pada materi pendidikan agama Islam di SDN Sungai Salai Hilir Kecamatan Candi Laras Utara Kabupaten Tapin dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian diskriptif kualitatif. Menurut pengamatan penulis pada Sekolah Dasar Sungai Salar Hilir Kecamatan Candi Laras Utara Kecamatan Tapin ada beberapa indikator kejenuhan belajar siswa yaitu, siswa bosan dengan gaya mengajar guru dan metode yang digunakan. Melihat latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Kejenuhan Belajar Siswa pada Materi Pendidikan Agama Islam di SDN Hilir Kecamatan Candi Laras Utara Kabupaten Tapin”. Hasil penelitian tentang kejenuhan belajar siswa pada materi Pendidikan Agama Islam adalah Sebagian besar siswa beranggapan kadang-kadang tidak memperhatikan bila guru sedang menjelaskan pelajaran, Sebagian besar siswa tidak beraktifitas jika guru



tidak ada di kelas, Sebagian besar siswa kadang-kadang terlambat dalam mengerjakan tugas, Sebagian siswa kadang-kadang merasa bosan saat belajar dan Sebagian besar siswa kurang bergairah dalam belajar. Sedangkan faktornya yaitu faktor latar belakang guru tidak sesuai dengan bidang studinya, penggunaan metode pembelajaran yang monoton, sarana atau media tidak ada penambahan dan suasana belajar masih kurang nyaman.

*Kesepuluh*, Artikel tentang “Cara Mengatasi Bosan dan Malas Belajar” oleh Abdi Darma, Jakarta: Kompasiana, 2010, memebrikan ulasan tentang kejenuhan belajar. Kejenuhan belajar adalah masalah yang banyak dialami oleh para pelajar dan mahasiswa di mana akibat serius dari masalah tsb adalah menurunnya motivasi belajar, timbulnya rasa malas yang berat, dan menurunnya prestasi belajar. Kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental di mana seorang pelajar atau mahasiswa mengalami kebosanan yang amat sangat untuk melakukan aktifitas belajar, dan kebosanan tsb membuat motivasi belajar mereka menurun. Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar. Kejenuhan dalam bidang apa saja pada umumnya disebabkan oleh aktifitas rutin yang dilakukan dengan cara yang monoton atau tidak berubah-ubah, dalam waktu lama. Dengan demikian kejenuhan belajar biasanya lebih sering menghinggapi pelajar atau mahasiswa yang sejak SD sudah menjadi pelajar yang rajin. Berbagai penyebab kejenuhan belajar yang perlu diketahui di antaranya adalah sebagai berikut: Belajar dilakukan dengan metode yang tidak bervariasi. Belajar hanya dilakukan ditempat tertentu saja. Misalnya di kamar tidur. Kondisi ruang belajar yang tidak berubah-ubah, terutama di rumah. Kurang melakukan aktifitas rekreasi atau hiburan untuk menetralsir kelelahan berpikir

setelah belajar. Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut di saat belajar. Ketegangan mental tsb bisa timbul dari beban pelajaran yang terlalu berat, target untuk mencapai prestasi puncak, guru / dosen yang terlalu galak / killer, dan hal-hal lain yang menimbulkan ketegangan mental. Beberapa akibat yang ditimbulkan oleh kejenuhan belajar adalah sebagai berikut: Timbulnya rasa malas yang berat untuk belajar. Di saat belajar merasa kehilangan semangat dan tidak bergairah. Merasa sulit untuk berkonsentrasi di saat belajar. Pelajar yang tadinya rajin berubah menjadi malas dan prestasinya menurun. Kadang-kadang rasa malas tsb sedemikian beratnya sehingga seorang pelajar / mahasiswa merasa seperti tidak mau belajar sama sekali. Cara mencegah & mengatasi kejenuhan belajar adalah :

Belajar dengan metode yang bervariasi. Misalnya dengan membuat ringkasan bahan pelajaran sejak awal semester. Belajar di beberapa tempat yang cukup nyaman seperti ruang tidur, ruang khusus belajar (kalau ada), ruang tamu, di rumah teman untuk belajar bersama, dll. Mengadakan perubahan fisik di ruang belajar. Menciptakan suasana yang menyenangkan di ruang belajar. Misalnya belajar sambil mendengar music instrumental yang tenang . Melakukan aktifitas rekreasi secara berkala. Menghindari adanya ketegangan mental di saat belajar. Melakukan aktifitas meditasi untuk menetralsir kejenuhan belajar dan menetralsir berbagai kondisi mental yang negative lainnya seperti stress, rasa cemas, tidak PD, dan menanamkan kondisi ketenangan sampai ke alam bawah sadar.

Dari beberapa hasil penelitian yang telah dikemukakan di atas, dapat diketahui bahwa penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini memiliki beberapa kesamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan di atas, sebagaimana dalam tabel.

Tabel. 2.1 Kesamaan dan Perbedaan dalam Penelitian

No	Nama	Kesamaan	Perbedaan
1.	Nur Qomariyah	Membahas tentang upaya mengatasi kejenuhan belajar siswa	Membahas kerjenuhan belajar melalui layanan informasi dengan teknik relaksasi berbasis film edukasi, sedangkan peneliti mengatasi kejenuhan belajar di Pondok Pesantren
2.	Hasan Basri	Kejenuhan Belajar dan Cara Mengatasinya	Buku tentang remaja berkualitas problematika remaja dan solusinya yang membahas secara teori sehingga perlu diaplikasi dalam bentuk penelitian.
3.	Dave Maier	Membahas Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa	Buku yang menyajikan suatu system lengkap untuk melibatkan kelima indra dan emosi dalam proses belajar, yang membahas secara teori sehingga perlu diaplikasi dalam bentuk penelitian.
4.	Rindana Meidianti	Membahas kejenuhan santri di pondok pesantren dalam belajar	Hanya mencari sebab santri jenuh belajar sedangkan yang peneliti lakukan ada solusi untuk mengatasinya.
5.	Zuni Eka Khusumawati	Membahas Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa	Membahas tentang penerapan Kombinasi Antara Teknik Relaksasi Dan <i>Self-Instruction</i> , dalam mengatasi kejenuhan belajar
6.	Ni Kdk Widari	Sama-sama membahas mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa	Membahas tentang penerapan penerapan Teori Konseling Rasional Emotif Behavioral Dengan Teknik Relaksasi dalam pembelajaran
7.	Muhibbin Syah	Membahas tentang kejenuhan belajar	Buku tentang psikologi pendidikan dengan pendekatan baru yang membahas secara teori sehingga perlu diaplikasi dalam bentuk penelitian.

No	Nama	Kesamaan	Perbedaan
8.	M. Ngali Purwanto	Membahas tentang kejenuhan belajar	Buku tentang psikologi pendidikan yang membahas secara umum dan tidak hanya terfokus pada kejenuhan belajar saja. materi pembahasan secara teori sehingga perlu diaplikasi dalam bentuk penelitian.
9.	Raihanatul Jannah	Membahas masalah kejenuhan belajar anak	Membahas kejenuhan belajar anak bidang studi PAI, sedangkan dalam penelitian ini membahas masalah kejenuhan belajar semua bidang ajar yang dipelajari santri.
10.	Abdi Darma	Sama-sama membahas mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa	Tidak membahas masalah kejenuhan belajar di pondok pesantren akan tetapi bagaimana cara mengatasi kejenuhan secara umum yang pernah dilakukan sebagian anak di sekolah

Penelitian ini berusaha mendiskripsikan kejenuhan belajar dan cara mengatasinya di tiga pesantren yaitu Al-Hadid, An-Nuur dan Al-Hikmah di Karangmojo Kabupaten Gunungkidul. Pembahasan tesis ini melalui penelitian yang terdiri dari kajian kepustakaan dan penelitian obyek. Kajian kepustakaan dimaksudkan untuk membahas isi tesis ini dari berbagai referensi yang ada kaitannya dengan judul tesis, sedangkan penelitian obyek dimaksudkan untuk memperoleh gambaran langsung dari lapangan sebagai bahan untuk disajikan dan dianalisis. Meskipun penelitian tentang kejenuhan belajar dan cara mengatasinya, telah tertuang karya ilmiah di atas, namun dalam penelitian ini menjelaskan dan menggambarkan upaya pengurus pondok pesantren dalam mengatasi kejenuhan belajar di tiga pondok pesantren di Kecamatan Karangmojo Kabupaten Gunungkidul.

## **B. Kerangka Teori**

### **1. Kejenuhan Belajar**

#### **a. Pengertian**

Istilah jenuh akar katanya adalah jenuh, kejenuhan bisa berarti padat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apa pun, jenuh juga bisa berarti jemu atau bosan. Kejenuhan belajar adalah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Menurut Thohirin (2002: 22), dalam belajar, di samping siswa sering mengalami kelupaan, ia juga terkadang mengalami peristiwa negatif lainnya yang disebut jenuh belajar yang dalam bahasa psikologi lazim disebut *learning plateau*.

Peristiwa jenuh ini kalau dialami seorang siswa yang sedang dalam proses belajar (kejenuhan belajar) dapat membuat siswa tersebut merasa telah memubazirkan usahanya. Menurut Reber dalam Muhibin Syah (2011: 126), kejenuhan belajar ialah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak ada kemajuan. Seorang siswa yang mengalami kejenuhan belajar merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi dalam rentang waktu tertentu saja Seorang siswa yang sedang dalam keadaan jenuh sistem akalnya tidak dapat bekerja sebagaimana yang diharapkan dalam memproses item-item informasi atau pengalaman baru, sehingga kemajuan belajarnya seakan-akan “jalan di tempat”

Kejenuhan terjadi di sela-sela masa giat yang dialami. Hal ini serupa dengan mesin kendaraan yang terus dipacu, lama kelamaan mesin itu menjadi

panas dan perlu didinginkan untuk sementara sampai temperaturnya normal kembali. Suatu ketika, kita merasa bersemangat ketika menekuni sesuatu. Begitu bersemangat sehingga melupakan banyak hal, namun masa-masa giat itu tidak bertahan lama. Sesudah itu muncul masa malas, lesu dan jemu, inilah masa ketika ketekunan sampai dititik jenuh. Saat itu ketekunan ada di garis ambang batas, ia tidak mungkin dinaikan lebih tinggi. Setelah beberapa lama masa jenuh ini berjalan, tak lama kemudian muncul kembali kegairahan untuk menekuni kesibukan seperti semula, demikian seterusnya, rasa giat dan jenuh, silih berganti datang satu pihak menyusul yang lainnya.

Berikut ini dipaparkan pengertian kejenuhan menurut para ahli :

- 1) Menurut Abu Abdirrahman Al-Qawiy (2004: 1), bahwa kejenuhan adalah tekanan sangat mendalam yang sudah sampai titik tertentu. Siapa pun yang merasa jenuh, ia akan berusaha sekuat tenaga melepaskan diri dari tekanan itu.
- 2) Menurut Muhibbin Syah (2009: 161), jenuh juga dapat berarti jemu dan bosan di mana sistem akal nya tidak dapat bekerja sesuai dengan yang diharapkan dalam memproses item-item informasi atau pengalaman baru. Sedangkan secara harfiah jenuh ialah padat atau penuh sehingga tidak memuat apa pun.<sup>3</sup>
- 3) Menurut Sayyid Muhammad Nuh (2003: 15), Jenuh atau futur ialah suatu penyakit hati (rohani) yang efek minimalnya timbulnya rasa malas, lamban dan sikap santai dalam melakukan sesuatu amaliyah yang sebelumnya pernah dilakukan dengan penuh semangat dan menggebu-gebu serta efek maksimalnya terputus sama sekali dari kegiatan amaliyah tersebut.

- 4) Dalam hadits juga disebutkan mengenai kejenuhan. Hadits ini bukan saja relevan, namun juga menunjukkan bukti ketinggian ajaran Islam. Rasulullah SAW. berbicara tentang kejenuhan dan memberikan rambu-rambu yang lurus. Menceritakan pada kami Rauh, menceritakan pada kami Su`bah, mengabarkan kepadaku Husein, aku mendengar dari mujahid dari Abdillah bin Amr berkata: Rasulullah SAW. Bersabda yang artinya : Sesungguhnya setiap amal itu ada masa giatnya dan setiap giat itu ada masa jenuhnya (futur), maka barang siapa yang jenuhnya membawa kearah sunnah, maka dia mendapat petunjuk. Namun barang siapa yang jenuhnya membawa ke selain itu (selain sunnah Nabi SAW), maka dia binasa. (HR. Al-Baihaqi)
- Hadits tersebut di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa setiap kegiatan atau aktivitas yang kita lakukan pasti ada masa giat dan masa jenuhnya. Begitu juga dengan belajar yang giat, terus menerus dan berulang-ulang tanpa mengalami perubahan tentunya akan membuat seorang siswa menjadi malas, bosan, tertekan, jemu, lemah dan sebagainya.
- 5) Dalam ayat-ayat Al-Qur'an tidak ditemukan secara tegas ayat yang mengkaji tentang kejenuhan, namun perilaku kejenuhan manusia bisa ditemukan seperti contoh sikap isti'jal orang kafir yaitu yang minta disegerakan adzab, orang kafir bersikap sombong lalu menghina para Nabi dengan menuntut mereka agar membuktikan adzab yang diancamkan. Hal ini tersirat dalam surat Al Baqarah ayat 61.

وَإِذْ قُلْتُمْ يَا مُوسَىٰ لَنْ نَصْبِرَ عَلَىٰ طَعَامٍ وَاحِدٍ فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ مُخْرِجٍ لَنَا مِمَّا  
تُنْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِيهَا وَبَصَلِهَا ۗ قَالَ

أَتَسْتَبْدِلُونَ الَّذِي هُوَ أَدْنَىٰ بِالَّذِي هُوَ خَيْرٌ ۚ أَهْبَطُوا مِصْرًا فَإِنَّ  
لَكُمْ مَا سَأَلْتُمْ ۗ وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذِّلَّةُ وَالْمَسْكَنَةُ وَبَاءُوا بِغَضَبٍ مِّنَ  
اللَّهِ ۗ ذَٰلِكَ بِأَنَّهُمْ كَانُوا يَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَيَقْتُلُونَ النَّبِيِّنَ بِغَيْرِ الْحَقِّ  
ذَٰلِكَ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ ﴿٦١﴾

Artinya : Dan (ingatlah), ketika kamu berkata: "Hai Musa, kami tidak bisa sabar (tahan) dengan satu macam makanan saja. sebab itu mohonkanlah untuk kami kepada Tuhanmu, agar Dia mengeluarkan bagi kami dari apa yang ditumbuhkan bumi, Yaitu sayur-mayurnya, ketimunnya, bawang putihnya, kacang adasnya, dan bawang merahnya". Musa berkata: "Maukah kamu mengambil yang rendah sebagai pengganti yang lebih baik ? Pergilah kamu ke suatu kota, pasti kamu memperoleh apa yang kamu minta". lalu ditimpakanlah kepada mereka nista dan kehinaan, serta mereka mendapat kemurkaan dari Allah. hal itu (terjadi) karena mereka selalu mengingkari ayat-ayat Allah dan membunuh Para Nabi yang memang tidak dibenarkan. demikian itu (terjadi) karena mereka selalu berbuat durhaka dan melampaui batas.

Hal itu (terjadi) karena mereka mengingkari ayat-ayat Allah dan membunuh Nabi-nabi tanpa kebenaran. Yang demikian itu disebabkan mereka durhaka dan adalah mereka melampaui batas.

- 6) Menurut Nana Sudjana (1995: 32), kejenuhan dalam belajar secara harfiah mempunyai arti padat atau penuh, sehingga tidak mampu lagi memuat apa pun, selain jenuh juga berarti jemu atau bosan. Seorang anak yang dalam keadaan jenuh, sistem akalnya tidak dapat bekerja dengan baik sebagaimana mestinya dalam memproses item-item informasi atau pengalaman baru. Kejenuhan juga dapat terjadi karena proses belajar anak yang melampaui batas kemampuan jasmaniahnya karena lelah dan bosan. Namun kejenuhan yang umum terjadi adalah karena kelelahan yang melanda anak, sehingga mereka bisa berperilaku menyimpang seperti membolos, melalaikan tugas,



dan mogok belajar. Keletihan anak dapat dikategorikan menjadi tiga macam keletihan yaitu keletihan indera anak, keletihan fisik, dan keletihan mental.

Keletihan fisik dan indera seperti mata, telinga atau indera yang lainnya. Pada umumnya dapat dikurangi atau dihilangkan lebih mudah setelah anak istirahat cukup, terutama tidur nyenyak dan mengonsumsi makanan dan minuman yang bergizi, dan sebaliknya keletihan pada mental tidak dapat diatasi dengan cara yang sederhana seperti cara untuk mengatasi keletihan lainnya. Itulah sebabnya keletihan mental dipandang sebagai faktor utama munculnya kejenuhan belajar. Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa siapa pun yang merasa jenuh, jemu, bosan, dia akan berusaha sekuat tenaga melepaskan diri dari tekanan itu.

#### **b. Faktor-faktor Kejenuhan Belajar**

Menurut Muhibin Syah (3003: 36), sedikitnya ada 4 faktor yang menyebabkan keletihan belajar pada anak.

- 1) Karena kecemasan anak terhadap dampak negatif yang ditimbulkan oleh keletihan itu sendiri.
- 2) Karena kecemasan anak terhadap standar atau patokan keberhasilan bidang studi tertentu yang dianggap terlalu tinggi, terutama ketika anak tersebut sedang merasa bosan mempelajari studi tadi.
- 3) Karena anak berada di tengah-tengah situasi kompetitif yang ketat dan menuntut kerja intelek yang berat.

- 4) Karena anak mempelajari konsep kinerja akademik yang optimum sedangkan dia sendiri menilai belajar hanya berdasarkan pada ketentuan yang ia buat sendiri (*self – imposed*)

Kejenuhan belajar, sebagaimana kejenuhan pada aktivitas- aktivitas lainnya pada umumnya disebabkan suatu proses yang berlangsung secara monoton (tidak bervariasi) dan telah berlangsung sejak lama. Adapun faktor-faktor yang menjadi penyebab kejenuhan belajar adalah sebagai berikut:

- 1) Cara atau metode belajar yang tidak bervariasi
- 2) Belajar hanya di tempat tertentu
- 3) Suasana belajar yang tidak berubah-ubah
- 4) Kurangnya aktivitas rekreasi atau hiburan
- 5) Adanya ketegangan mental kuat dan berlarut-larut pada saat belajar<sup>12</sup>

Menurut Chaplin sebagaimana dikutip oleh Muhibbin Syah, penyebab kejenuhan belajar yaitu:

- 1) Kehilangan motivasi
- 2) Kehilangan konsolidasi salah satu tingkat keterampilan tertentu sebelum sampai pada tingkat keterampilan berikutnya
- 3) Proses belajar siswa telah sampai pada batas kemampuan jasmaniahnya karena bosan (*boring*)
- 4) Keletihan (*fatigue*)
- 5) Cara mengajar/metode yang dipakai guru

Dalam penelitiannya, Maslach & Leiter (Yen-Jang, 2004) menunjukkan bahwa kejenuhan belajar terjadi karena beberapa faktor seperti kurangnya penghargaan, kurangnya pengawasan, beban tugas akademis yang berlebihan,

konflik nilai, kurangnya keadilan, kurangnya persamaan dapat membuat seseorang mengalami kejenuhan. Para ahli menyebutkan beragam faktor yang dapat menyebabkan terjadinya kejenuhan belajar. Secara garis besar, faktor yang dapat menyebabkan terjadinya kejenuhan belajar menurut Agustin (2009: 33) yaitu: (1) karakteristik pribadi (*personal characteristic*), 2) dukungan sosial (*social support*), dan (3) Beban akademis yang berlebihan (*courseload*).

Secara lebih rinci, ketiga faktor tersebut akan dijelaskan sebagai berikut.

a) Faktor Karakteristik Pribadi (*Personal Characteristic*)

Faktor kepribadian dapat mempengaruhi terjadinya kejenuhan belajar, kepribadian adalah kualitas total sikap, kebiasaan, karakter dan perilaku manusia. Karakteristik kepribadian yang rentan mengalami kejenuhan adalah individu yang idealis, perfeksionis dan ekstrovert. Karakteristik kepribadian yang rentan mengalami kejenuhan adalah kepribadian neurotis. Karakteristik kepribadian yang rentan mengalami kejenuhan yakni neurotis, ekstrovert, terlalu berhati-hati, agresif, dan mudah menyerah. Kemampuan yang rendah dalam mengendalikan emosi juga merupakan salah satu karakteristik kepribadian yang menimbulkan kejenuhan.

Individu yang tidak bisa menerima keadaan, penuh obsesi, dan perfeksionis mengalami tingkat kejenuhan belajar yang tinggi. Fakta lain menunjukkan bahwa individu yang memiliki konsep diri rendah rentan mengalami kejenuhan belajar. Karakteristik individu yang tidak memiliki rasa percaya diri dan pasrah menerima apa pun sehingga dengan banyaknya beban akademis membuat stress yang bertahan sehingga mengalami kejenuhan belajar. Seseorang yang memiliki keyakinan diri tinggi memiliki tingkat kemungkinan

mengalami kejenuhan yang rendah daripada seseorang yang memiliki keyakinan diri rendah. Faktor karakteristik diri ini sangat luas sekali wilayahnya dalam menentukan kejenuhan belajar. Individu yang kurang terampil dalam mengelola stress akan rentan mengalami kejenuhan belajar. Karakteristi individu atau pribadi yang menyebabkan kejenuhan belajar dapat digolongkan menjadi dua faktor, yaitu faktor demografik (seperti usia, jenis kelamin, budaya) dan faktor kepribadian. Siswa yang lebih lama belajar lebih rentan mengalami kejenuhan daripada siswa yang masih pemula.

Fakta yang menarik ditemukan bahwasanya siswa lebih rentan terhadap stress belajar dibandingkan dengan para siswi. Agustin, (2009:34) menemukan bahwa pria lebih rentan terhadap stress dan mengalami kejenuhan jika dibandingkan dengan wanita. Wanita lebih rentan mengalami stress yang tinggi akan tetapi tingkat kejenuhan rendah. Wanita lebih lentur jika dibandingkan dengan pria, karena dipersiapkan dengan lebih baik atau secara emosional lebih mampu menangani tekanan yang besar.

b) Faktor Dukungan Sosial (*Social Support*)

Selain berkaitan dengan karakteristik pribadi, kejenuhan belajar dapat terjadi karena faktor lingkungan belajar, seperti tugas yang berat, jam belajar yang padat, tanggung jawab yang harus dipikul, pekerjaan rutin dan yang bukan rutin dan pekerjaan administrasi lainnya yang melampaui kapasitas dan kemampuan dirinya (Agustin, 2009:32). Hubungan yang kurang baik dengan teman belajar, atau dengan guru menjadi pemicu munculnya kejenuhan pada peserta didik. Hal ini terjadi karena adanya perbedaan nilai pribadi, perbedaan pendekatan dalam melihat permasalahan, dan mengutamakan kepentingan pribadi

dalam kompetisi belajar. Individu yang memiliki dukungan sosial yang tinggi memiliki kemampuan untuk mengelola stress dengan baik (Salamani, 2002: 41). Lingkungan belajar yang menyenangkan, saling menghargai dan beban belajar yang tidak berlebihan merupakan hal yang positif dalam meningkatkan kualitas pembelajaran.

Harapan yang berlebih kepada individu tanpa diberikan suatu penghargaan sangat rentan membuat seseorang mengalami kejenuhan belajar. Kurangnya dukungan sosial, baik itu dari teman, guru, keluarga hingga masyarakat bisa menimbulkan kejenuhan belajar. Keacuhan teman, ketidakpekaan dosen dan lembaga, orang tua yang tidak peduli, kurangnya apresiasi masyarakat terhadap prestasi siswa, ruang kuliah yang terlalu padat, tugas akademik yang berlebihan, bangunan fisik sekolah yang tidak baik, hilangnya otonomi, dan keuangan yang tidak memadai merupakan beberapa faktor lingkungan sosial yang turut berperan menimbulkan kejenuhan belajar. Dengan demikian, dukungan yang minim dari lingkungan dapat menyebabkan terjadinya kejenuhan belajar. Baiknya kualitas hubungan dengan teman di sekolah bisa mereduksi terjadinya kejenuhan belajar.

Dukungan sosial dari teman belajar memiliki pengaruh baik yang positif maupun yang negatif terhadap kejenuhan belajar. Sisi positif yang dapat diambil yaitu mereka merupakan sumber emosional bagi individu saat menghadapi masalah dengan lingkungan. Sisi negatif dari dukungan teman belajar adalah terjadinya hubungan sosial yang buruk antar teman belajar yang menyebabkan siswa mengalami kejenuhan belajar.

c) Faktor Beban Akademis yang Berlebihan (*Courseload*)

Dalam mengikuti kegiatan belajar, individu memerlukan waktu dan tenaga untuk memahami orang lain dalam berinteraksi di kelas. Selain itu, pemberian tugas rumah yang banyak dan standar nilai tinggi menyebabkan siswa stress dalam belajar. Beban akademis yang berlebihan mengandung makna menghabiskan waktu dan tenaga sehingga menyebabkan kejenuhan. Selain itu, harapan yang tinggi dari lingkungan sekolah terhadap siswa memberikan kontribusi besar untuk terjadinya kejenuhan belajar.

Beban akademis yang berlebihan memiliki hubungan yang positif dengan kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa. Faktor lain yang memberikan kontribusi terhadap kejenuhan belajar adalah persepsi siswa terhadap beban kerja akademis. Ketika siswa mempersepsikan beban tugas menjadi beban berlebih bagi mereka, maka itu akan menyebabkan lemahnya motivasi, menurunnya prestasi dan merasa gagal.

Kejenuhan belajar dapat melanda siswa apa bila ia telah kehilangan motivasi dan kehilangan konsolidasi salah satu tingkat keterampilan tertentu sebelum siswa tertentu sampai pada tingkat keterampilan berikutnya. Selain itu kejenuhan juga dapat terjadi karna proses belajar siswa telah sampai pada batas kemampuan jasmaniyahnya karena bosan (*boring*) dan keletihan (*fatigue*). Namun penyebab kejenuhan yang paling umum adalah keletihan yang melanda siswa, karena keletihan dapat menjadi penyebab munculnya perasaan bosan pada siswa yang bersangkutan.

Menurut Muhibin Syah (2009: 31), setidaknya ada empat faktor penyebab kejenuhan belajar anak yakni :

- a) Karena kecemasan siswa terhadap dampak negative yang ditimbulkan oleh keletihan itu sendiri.
- b) Karena kecemasan siswa terhadap standar / patokan keberhasilan bidang bidang studi tertentu yang dianggap terlalu tinggi terutama ketika siswa tersebut sedang merasa bosan mempelajari bidang bidang studi tadi.
- c) Karena siswa berada di tengah tengah situasi kompetitif yang ketat dan menurut lebih banyak kerja intelek yang berat.
- d) Karena siswa mempercayai konsep kinerja akademik yang optimum, sedangkan dia sendiri menilai belajarnya sendiri hanya berdasarkan ketentuan yang ia bikin sendiri (*self imposed*).

Selanjutnya, keletihan mental yang menyebabkan munculnya kejenuhan belajar itu lazimnya dapat di atasi dengan menggunakan kiat kiat antara lain sebagai berikut :

- a) Melakukan istirahat dan mengkonsumsi makanan dan minuman yang bergizi dengan takaran yang cukup banyak.
- b) Pengubahan dan penjadwalan kembali jam jam di hari hari belajar yang dianggap lebih memungkinkan siswa belajar lebih giat.
- c) Pengubahan atau penataan kembali lingkungan belajar siswa yang meliputi pengubahan posisi meja tulis, lemari, rak buku, alat alat perlengkapan belajar dan sebagainya sampai memungkinkan siswa merasa ada disebuah kamar baru yang lebih menyenangkan untuk belajar.
- d) Memberikan motivasi dan stimulasi baru agar siswa merasa terdorong untuk belajar lebih giat dari pada sebelumnya.

- e) Siswa harus berbuat nyata (tidak menyerah atau tinggal diam) dengan cara mencoba belajar dan belajar lagi (Muhibbin Syah, 2009: 156)

Berepa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa penyebab kejenuhan belajar disebabkan oleh aktifitas rutin yang dilakukan dengan cara yang monoton atau tidak berubah-ubah, dalam waktu lama. Dengan demikian kejenuhan belajar biasanya lebih sering menghingapi anak. Berbagai penyebab kejenuhan belajar adalah belajar dilakukan dengan metode yang tidak bervariasi, belajar hanya dilakukan ditempat tertentu saja, kondisi ruang belajar yang tidak berubah-ubah, terutama di rumah, kurang melakukan aktifitas rekreasi atau hiburan untuk menetralsir kelelahan berpikir setelah belajar dan adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut di saat belajar.

## **2. Mengatasi Kejenuhan Belajar**

Apakah dari keletihan fisik atau kejenuhan belajar pada anak disebabkan karena metode pengajaran yang monoton. Menurut S. Nasution (1995: 51), terdapat beberapa kiat-kiat untuk mengatasi keletihan pada mental yang menyebabkan kejenuhan belajar antara lain :

- a. Melakukan istirahat dan mengonsumsi makanan dan minuman yang bergizi dengan takaran yang cukup banyak.
- b. Pengubahan atau penjadwalan ulang kembali jam-jam dan hari belajar yang dianggap lebih memungkinkan anak belajar lebih giat.
- c. Pengubahan atau penataan kembali lingkungan belajar anak meliputi pengubahan posisi meja tulis, lemari, rak buku, alat-alat perlengkapan belajar dan sebagainya, sampai memungkinkan anak berada di sebuah kamar baru yang lebih menyenangkan untuk belajar.



- d. Memberikan motivasi dan stimulasi baru agar anak merasa terdorong untuk belajar lebih giat dari sebelumnya.
- e. Anak harus berniat nyata (tidak menyerah atau tinggal diam) dengan cara mencoba belajar dan belajar lagi.

Kiat lainnya yang dapat diusahakan menurut Muhibin Syah (2003: 14) adalah dengan menumbuhkan motivasi. Morgan dalam bukunya *Introduction To Psykology*, menjelaskan bahwa anak yang malas itu disebabkan karena adanya insentif yang menarik bagi dirinya dan ia pun tidak merasakan perasaan yang menyenangkan dari pembelajaran. Insentif dan perasaan menyenangkan ini menjadi dorongan yang berarti bagi anak, seseorang berperilaku tertentu karena ingin mendapatkan sesuatu.

Menurut Ramayulis (2001: 41), pujian dari pembimbing merupakan salah satu insentif dari guru yang cukup berpengaruh bagi anak, hal ini menunjukkan adanya penghargaan dan perhatian dari guru, dan anak sering kali haus akan pujian dan akan merasa senang apabila mendapatkan pujian dari gurunya. Sehingga daripada memberikan perhatian kepada anak ketika anak tidak mau belajar dengan marah-marah dan hanya berkomentar yang merendahkan anak, akan lebih efektif perhatian dari guru yang diarahkan pada suatu hal yang dapat menumbuhkan rasa percaya diri dan kemauan untuk mencari informasi.

Disisi lain, untuk menghilangkan kejenuhan dalam proses belajar mengajar, selain menggunakan variasi, proses belajar mengajar juga harus menyenangkan. Dave Maier (2002) dalam bukunya "The Accelerated Learning Handbook" mengatakan; menyenangkan dalam keadaan gembira bukan berarti menciptakan suasana ribut dan hura-hura. Kegembiraan

disini berarti bangkitnya minat, adanya keterlibatan penuh serta terciptanya makna, pemahaman (penguasaan materi yang dipelajari), dan nilai yang membahagiakan pada diri si pemelajar. Itu semua adalah kegembiraan dalam melahirkan sesuatu yang baru. Dan menciptakan kegembiraan jauh lebih penting daripada teknik atau metode atau media yang mungkin dipilih untuk digunakan.

Untuk membangun suasana menyenangkan Abu Abdirrahman Al-Qawi, (2004: 61), memberikan beberapa rumusan yang diajukan:

a. Bangkitnya minat belajar

Dalam Kamus Bahasa Indonesia (2006: 121), kata minat diartikan sebagai “kecenderungan hati yang tinggi terhadap sesuatu”. Dalam bahasa yang lebih simpel minat diartikan juga dengan “gairah” atau “keinginan yang menggebu-gebu”. Jadi apabila kegembiraan dikaitkan dengan komponen ini, maka jelas bahwa seorang pengajar atau pemelajar menjadi gembira lantaran di dalam dirinya memang ada keinginan mengajarkan atau mempelajari suatu pelajaran. Sebaliknya apabila di dalam diri seseorang tidak muncul gairah untuk mengajar atau belajar tentang hal-hal yang akan diajarkan atau dipelajarinya, maka di dalam lingkungan belajar mengajar itu agak sulit dikatakan kegembiraan.

b. Adanya keterlibatan penuh si pemelajar dalam mempelajari sesuatu

Komponen kedua ini sangat bergantung pada komponen pertama. Apakah mungkin seorang pemelajar dapat terlibat penuh dan aktif dalam mengikuti sebuah pembelajaran apabila di dalam dirinya

tidak ada sama sekali gairah atau minat untuk mengikuti pembelajaran tersebut. Pemelajar betul-betul berkonsentrasi diri untuk fokus pada apa yang dipelajarinya, sehingga ada hubungan timbal balik. Apa yang dipelajari dan siapa yang ingin mempelajari perlu ada jalinan yang akrab dan saling memahami.

c. Terciptanya makna

Makna tidak mudah didefinisikan, makna berkaitan erat dengan masing-masing pribadi. Makna kadang muncul secara sangat kuat dalam konteks yang personal. Kata yang mungkin paling dekat dan mudah difahami berkaitan dengan kata makna adalah terbitnya sesuatu yang memang “mengesankan”. Sesuatu yang mengesankan biasanya dapat menghadirkan makna. Jadi apabila sebuah pembelajaran tidak dapat menimbulkan kesan mendalam terhadap para pemelajar, maka mustahil ada makna. Apalagi jika pembelajaran itu kering, monoton, dan hampa dari hal-hal yang membuat suasana menjadi segar dan ceria, tentulah sulit menciptakan makna dalam suatu pembelajaran Abu Abdirrahman Al-Qawi, (2004: 62)

d. Pemahaman atas materi yang dipelajari

Apabila minat seseorang pemelajar dapat menumbuhkan ketika mempelajari sesuatu, lantas dia dapat terlibat secara aktif dan penuh dalam membahas materi yang dipelajarinya, dan ujung-ujungnya terkesan dengan sebuah pembelajaran yang diikutinya, tentulah pemahaman akan materi yang dipelajarinya dapat muncul secara sangat kuat. Rasa ingin tahu atau kehendak untuk menguasai materi

yang dipelajarinya akan tumbuh secara hebat apabila dia berminat, terlibat, dan terkesan. Sebab ada kemungkinan ketika dia belajar sesuatu yang baru, dia kemudian mengaitkan hal-hal baru itu dengan pengalaman lama yang sudah tersimpan di dalam dirinya.

e. Tentang nilai yang membahagiakan

Bahagia menurut bahasa adalah keadaan atau perasaan senang, tenang (bebas dari segala yang menyusahkan). Berkaitan dengan belajar, bahagia adalah keadaan yang bebas dari tekanan, ketakutan, dan ancaman. Rasa bahagia yang muncul di dalam diri si pelajar bisa saja terjadi karena dia merasa mendapatkan makna ketika mempelajari sesuatu. Dirinya menjadi berharga, dirinya jadi tumbuh berkembang dan berbeda dari sebelumnya. Atau dia merasa bahagia kerana selama menjalani pembelajaran dia diteguhkan sebagai seorang yang berpotensi dan dihargai jerih payahnya dalam memahami sesuatu Abu Abdirrahman Al-Qawi, (2004: 62)

Pendapat lain tentang cara mengatasi kejenuhan belajar sebagaimana dikemukakan oleh wawan dalam blogspot.com tentang faktor-faktor penyebab kejenuhan belajar dan cara mengatasinya adalah.

a. Memiliki jadwal belajar dan bermain yang seimbang

Jadwal belajar harus diletakkan dalam posisi pertama, karena jadwal belajar itu penting. Membuat siklus kehidupan di mana keseharian ini tak berubah untuk beberapa waktu. Bukan selamanya, membuat jadwal belajar yang sesuai dengan aktifitas sehari-hari. Membuat waktu untuk

bermain, tepati jadwal dan membuat hari-hari menyenangkan dengan disiplin terhadap jadwal yang telah dibuat.

b. Menentukan target dan motivasi

Menentukan untuk belajar, untuk apa selama mengerjakan tugas serta PR, karena ingin menjadi segala beban bisa terselesaikan dan menjadi motivasi dalam bertindak. Tak penting berapa banyak seseorang belajar. Berapa banyak waktu yang telah dihabiskan habiskan untuk belajar dengan rajin. Tetapi bagaimana kualitas motivasi dan konsentrasi belajar. Belajar dan sangat konsentrasi hanya pada 15 Menit, selanjutnya sudah berkurang. Lantas cara menyiasatinya adalah dengan memberikan jeda dari belajar. Beri 5 menit setelah belajar untuk istirahat sejenak, bukan berarti bermain atau bermalasan, tapi gunakan untuk berjalan, bernafas, hirup udara segar.

c. Pahami apa yang dipelajari

Bukan mengenai rumus yang berjibun itu, tapi kenapa bisa memakai rumus itu, hukum apa yang berlaku dalam rumus tersebut. Rasa bosan, malas akan muncul kalau tak memahami benar benar apa yang dipelajari. Jangan hanya mengerjakan satu tugas hanya karena sulit, melainkan mengertjakan tugas karena belajar menyelesaikan masalah. Banyak pastinya teman teman yang akan membuat menjadi down. dalam artian memberikan semangat buruk, membuat mental menjadi jatuh karena mengatakan hal hal yang negative dan tidak tidak. Kalau terus memikirkan kata kata teman teman, hal ini akan membuat menjadi jenuh dan malas untuk belajar.

Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menghilangkan kejenuhan saat belajar, di antaranya :

- a. Menghentikan belajar sementara dan memulai pejamkan mata sejenak lemaskan otot-otot dan syaraf gunanya untuk melepaskan semua beban yang ada di pikiran
- b. Membasahi muka hingga merasa segar, dan istirahatlah sejenak sebelum melanjutkan belajar kembali
- c. Mengerjakan ibadah dan membaca Al-quran setelah belajar
- d. Beristirahat dan mengisi istirahat dengan kegiatan sederhana yang paling disenangi
- e. Melakukan belajar dengan perasaan senang dan kreatif
- f. Menganggap belajar itu sebagai kebutuhan mendesak (Eka Dianti Usman, 20011: 1-2)

Suatu pekerjaan yang dilakukan dengan perasaan senang akan menimbulkan perasaan senang juga, begitu juga dengan kegiatan belajar, apabila merasa senang, maka akan memiliki gairah dan semangat untuk belajar. Lama kelamaan perasaan jenuh akan terkikis dan hilang. Belajar juga menguras tenaga dan pikiran, dengan beristirahat sejenak dan mendengarkan musik dapat sedikit merefresh otak. Belajar jangan hanya untuk menggugurkan kewajiban, artinya, belajar selain sebagai kewajiban, juga harus menjadi kebutuhan yang harus segera di penuhi untuk menambah ilmu. Karena kebodohan dekat dengan kemiskinan.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa menerapkan pembelajaran yang bervariasi dan menyenangkan! Untuk menjadi guru yang profesional harus diawali dari semangat membara yang memancar dari diri, dan salah satunya semangat menjadi guru inovatif. Untuk menjadi guru inovatif diperlukan kerja keras dan menjadikan diri sebagai

guru “bertelinga lebar”, sekaligus “bertelinga tertutup”. Jangan paksakan peserta didik untuk menikmati pembelajaran yang kita lakukan. Demikian uraian singkat yang penulis sajikan mengenai hal-hal positif untuk menghilangkan kejenuhan dalam pembelajaran, semoga tulisan ini bermanfaat bagi teman-teman semua. amien

### **3. Kesulitan Belajar**

Tujuan belajar adalah mengembangkan semua potensi yang ada semaksimal mungkin. Beberapa anak mengalami hambatan belajar dan sulit meraih prestasi di sekolah padahal telah mengikuti pelajaran dengan sungguh-sungguh, meskipun sudah ditambah dengan pelajaran tambahan di rumah tetapi hasilnya tetap kurang memuaskan. Anak menjadi terkesan lambat dalam melakukan tugasnya yang berhubungan dengan kegiatan belajar. Mereka tampak menjadi pemalas, mudah putus asa, acuh tak acuh, terkadang disertai dengan sikap menentang orang tua, guru atau siapa saja yang mengarahkan mereka pada proses belajar. Merekapun menunjukkan gejala emosional kurang wajar seperti menjadi pemurung dan mudah tersinggung dan tidak jarang mereka mempunyai perilaku yang menyimpang seperti membolos, melalaikan tugas dan mogok belajar.

Menurut Muhibbin Syah (2003: 44), ada 2 sumber utama anak mengalami kesulitan belajar yaitu faktor endogen dan faktor eksogen :

#### **a. Faktor Endogen**

Faktor endogen merupakan semua faktor yang terdapat pada diri anak. Faktor ini dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu faktor fisik dan faktor psikis. Anak yang kurang sehat akibat kurang gizi dengan sendirinya akan mengalami kekurangan dalam daya tangkap dan kemampuan dalam

belajarnya, jika dibandingkan dengan anak yang sehat dengan gizi yang cukup. Dari dalam diri anak yang termasuk ke dalam faktor fisik yaitu bisa berupa gangguan pada otak, gangguan panca indera.

Faktor psikis bisa berupa gangguan dari intelegensi anak, faktor perhatian dari guru yang juga turut mempengaruhi hasil atau tingkat kesulitan belajar pada anak. Bagi seorang anak yang mempelajari sesuatu yang menarik perhatian akan lebih mudah diterima dari pada mempelajari hal-hal yang kurang menarik dan memerlukan daya ingat yang cukup besar dan anak biasanya lebih tertarik pada sesuatu yang menyenangkan.

Gangguan pada otak dapat mengakibatkan persepsi anak terganggu, sehingga mereka tidak mampu menangkap pelajaran. Menurut dr. Abdul Bar Hamid (dari bagian neurologi FKUI/RSCM) menjelaskan bahwa anak yang mengalami disfungsi minimal otak (DMO) sering kali sulit belajar. Gejala-gejala DMO bisa berupa kesulitan belajar spesifik atau kelainan perilaku. Gejala-gejala spesifik dapat berupa :

- 1) Gangguan wicara atau bahasa (*disfasia*)
- 2) Gangguan atensi (*hiperatifitas*)
- 3) Kesulitan membaca (*disleksia*)
- 4) Kesulitan menulis (*disfragia*)
- 5) Kesulitan berhitung (*diskalkulia*)
- 6) Tidak terampil (*dispraksia*)

Pendapat lain menurut Hasan Basri (2004: 61), pertumbuhan otak pada anak sangat ditentukan pada usia 2 tahun, kualitas makanan yang diberikan mempunyai pengaruh yang cukup besar pada perkembangan otak. Banyak



orang tua yang belum memahami hal-hal tersebut, sehingga pemberian makanan yang bergizi untuk menunjang pertumbuhan otak sangat kurang diperhatikan. Bahkan terkadang orang tua memberikan makanan yang banyak mengandung *monosodium glutamat* atau penyedap rasa yang mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap tingkat kecerdasan.

Cacat pada fisik ada kalanya menjadi penghambat belajar, sebab anak yang mempunyai cacat pada fisik terkadang juga mengalami gangguan psikis seperti mereka menjadi minder, malu, merasa dikucilkan dan terkadang mencoba menutup-nutupi keadaan dengan tingkah laku yang unik atau tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya.

b. Faktor Eksogen

Menurut Nana Sudjana (1996:42), faktor eksogen merupakan semua faktor yang terdapat pada luar diri anak, penyebab kesulitan dari luar dapat berupa keadaan keluarga, sarana dan prasarana sekolah dan kondisi sosial masyarakat. Keadaan keluarga juga turut menentukan keberhasilan belajar pada anak. Keluarga yang harmonis, penuh perhatian dan paham akan pentingnya pendidikan anak merupakan motivator utama untuk anak berprestasi. Lain halnya dengan keadaan keluarga yang disharmonis dapat membuat konsentrasi anak menjadi terganggu, pikirannya terpecah antara tugas dari sekolah dan suasana rumah yang tidak nyaman.

Suasana sekolah yang tidak ideal juga dapat menjadi penyebab kesulitan dalam belajar anak, atau jumlah anak terlalu banyak dalam satukelas juga dapat mengganggu kenyamanan belajar karena perhatian dari guru menjadi

terpecah. Terkadang perhatian guru sering berkonsentrasi pada anak yang berprestasi dan aktif di kelas, sementara yang anak yang kurang aktif biasanya kurang diperhatikan. Pendekatan dan metode proses belajar mengajar harus bervariasi karena jika proses belajar mengajar monoton akan menyebabkan kejenuhan dalam belajar. Potensi anak tidak sepenuhnya tergali bahkan selalu kurang kontrol dalam pengembangan kemampuan, apabila hal tersebut dibiarkan bukan tidak mungkin akan dapat menambah permasalahan baru dan dapat menghambat belajar dan biasanya anak menjadi malas belajar.

Menurut Muhibin Syah (2003:23), lingkungan dan sarana di sekolah turut menunjang keberhasilan belajar anak. Lingkungan sekolah yang asri dan bersih dapat membuat kesan tersendiri bagi anak. Sarana proses belajar mengajar yang lengkap tentu akan menambah motivasi belajar anak dan sebaliknya sarana yang kurang mendukung dapat mengakibatkan penyampaian pelajaran yang kurang baik. Kondisi sosial masyarakat akan berpengaruh terhadap perkembangan anak, anak yang hidup dalam lingkungan yang rusak mempunyai kemungkinan yang cukup besar akan tumbuh mentalitas yang rusak pula, penyakit sosial yang timbul jelas akan sangat mempengaruhi moralitas seseorang. Anak dalam masa remaja, masa mencari identitas akan sangat rawan adanya pengaruh dari lingkungan yang bersifat negatif.

Maka dari itu untuk mencegah munculnya penyebab-penyebab munculnya kesulitan belajar pada anak, perlu adanya kerja sama antara anak, orang tua dan sekolah, gejala-gejala yang sekecil apa pun agar tidak dianggap

sepele tetapi segera mungkin dicari solusi yang tepat. Penyebab kesulitan belajar pada anak bisa ditelusuri oleh guru, bimbingan dan konseling, psikolog, psikiater, ataupun dokter. Apabila sudah diketahui penyebabnya tentu akan mudah untuk memperbaikinya.

## **2. Pondok Pesantren**

### **a. Pengertian**

Istilah pesantren berasal dari kata santri, dengan awalan pe- dan akhiran an, berarti tempat tinggal santri. Soegarda Poerbakawatja yang dikutip oleh Haidar Putra Daulay, mengatakan pesantren berasal dari kata santri yaitu, seseorang yang belajar agama Islam, sehingga dengan demikian pesantren mempunyai arti, tempat orang berkumpul untuk belajar agama Islam. Ada juga yang mengartikan pesantren adalah suatu lembaga pendidikan Islam Indonesia yang bersifat “tradisional” untuk mendalami ilmu tentang agama Islam dan mengamalkannya sebagai pedoman hidup keseharian (2004: 26-27).

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, pesantren diartikan sebagai asrama, tempat santri, atau tempat murid-murid belajar mengaji. Sedangkan secara istilah pesantren adalah lembaga pendidikan Islam, di mana para santri biasanya tinggal di pondok (asrama) dengan materi pengajaran kitab-kitab klasik dan kitab-kitab umum, bertujuan untuk menguasai ilmu agama Islam secara detail, serta mengamalkannya sebagai pedoman hidup keseharian dengan menekankan pentingnya moral dalam kehidupan bermasyarakat (Fenomena, 2005: 72).

Pondok pesantren secara definitif tidak dapat diberikan batasan yang

tegas, melainkan terkandung fleksibilitas pengertian yang memenuhi ciri-ciri yang memberikan pengertian pondok pesantren. Jadi pondok pesantren belum ada pengertian yang lebih konkrit, karena masih meliputi beberapa unsur untuk dapat mengartikan pondok pesantren secara komprehensif (Artikel, 1).

Maka dengan demikian sesuai dengan arus dinamika zaman, definisi serta persepsi terhadap pesantren menjadi berubah pula. Kalau pada tahap awalnya pesantren diberi makna dan pengertian sebagai lembaga pendidikan tradisional, tetapi saat sekarang pesantren sebagai lembaga pendidikan tradisional tidak lagi selamanya benar.

#### **b. Tipologi Pondok Pesantren**

Seiring dengan laju perkembangan masyarakat, maka pendidikan pesantren baik tempat, bentuk hingga substansinya telah jauh mengalami perubahan. Pesantren tidak lagi sesederhana seperti apa yang digambarkan seseorang, akan tetapi pesantren dapat mengalami perubahan sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan zaman.

Menurut Yacub yang dikutip oleh Khozin (2002:149-150) mengatakan bahwasanya ada beberapa pembagian pondok pesantren dan tipologinya :

- 1) Pesantren Salafi, yaitu pesantren yang tetap mempertahankan pelajarannya dengan kitab-kitab klasik dan tanpa diberikan pengetahuan umum. Model pengajarannyapun sebagaimana yang lazim diterapkan dalam pesantren salaf, yaitu dengan metode sorogan dan weton.
- 2) Pesantren Khalafi, yaitu pesantren yang menerapkan sistem pengajaran klasikal (madrasi), memberikan ilmu umum dan ilmu agama, serta juga memberikan pendidikan keterampilan.

- 3) Pesantren Kilat, yaitu pesantren yang berbentuk semacam training dalam waktu relatif singkat, dan biasanya dilaksanakan pada waktu libur sekolah. Pesantren ini menitik beratkan pada keterampilan ibadah dan kepemimpinan. Sedangkan santrinya terdiri dari siswa sekolah yang dipandang perlu mengikuti kegiatan keagamaan di pesantren kilat.
- 4) Pesantren terintegrasi, yaitu pesantren yang lebih menekankan pada pendidikan vocational atau kejuruan, sebagaimana balai latihan kerja di Departemen Tenaga Kerja, dengan program yang terintegrasi. Sedangkan santrinya mayoritas berasal dari kalangan anak putus sekolah atau para pencari kerja.

Sedangkan menurut Mas'ud dkk, ada beberapa tipologi atau model pondok pesantren yaitu :

- 1) Pesantren yang mempertahankan kemurnian identitas aslinya sebagai tempat menalami ilmu-ilmu agama (tafaqquh fi-I-din) bagi para santrinya. Semua materi yang diajarkan di pesantren ini sepenuhnya bersifat keagamaan yang bersumber dari kitab-kitab berbahasa arab (kitab kuning) yang ditulis oleh para ulama' abad pertengahan. Pesantren model ini masih banyak kita jumpai hingga sekarang, seperti pesantren Lirboyo di Kediri Jawa Timur, beberapa pesantren di daerah Sarang Kabupaten Rembang, Jawa tengah dan lain-lain.
- 2) Pesantren yang memasukkan materi-materi umum dalam pengajarannya, namun dengan kurikulum yang disusun sendiri menurut kebutuhan dan tidak mengikuti kurikulum yang ditetapkan pemerintah secara nasional sehingga ijazah yang dikeluarkan tidak mendapatkan pengakuan dari

pemerintah sebagai ijazah formal.

- 3) Pesantren yang menyelenggarakan pendidikan umum di dalamnya, baik berbentuk madrasah (sekolah umum berciri khas Islam di dalam naungan DEPAG) maupun sekolah (sekolah umum di bawah DEPDIKNAS) dalam berbagai jenjangnya, bahkan ada yang sampai Perguruan Tinggi yang tidak hanya meliputi fakultas-fakultas keagamaan melainkan juga fakultas-fakultas umum. Pesantren Tebu Ireng di Jombang Jawa Timur adalah contohnya.
- 4) Pesantren yang merupakan asrama pelajar Islam di mana para santrinya belajar disekolah-sekolah atau perguruan-perguruan tinggi diluarnya. Pendidikan agama di pesantren model ini diberikan diluar jam-jam sekolah sehingga bisa diikuti oleh semua santrinya. Diperkirakan pesantren model inilah yang terbanyak jumlahnya.

### **c. Dinamika Pondok Pesantren**

Dalam perspektif sejarah, lembaga pendidikan yang terutama berbasis di pedesaan ini telah mengalami perjalanan sejarah yang panjang, sejak sekitar abad ke 18. seiring dengan perjalanan waktu, pesantren sedikit demi sedikit maju, tumbuh dan berkembang sejalan dengan proses pembangunan serta dinamika masyarakatnya. Ini menunjukkan bahwa ada upaya-upaya yang dilakukan pesantren untuk mendinamisir, dirinya sejalan dengan tuntutan dan perubahan masyarakatnya.

Dinamika lembaga pendidikan Islam yang relatif tua di Indonesia ini tampak dalam beberapa hal, seperti :

- 1) Peningkatan secara kuantitas terhadap jumlah pesantren. Tercatat di

Departemen Agama, bahwa pada tahun 1977 ada 4195 pesantren dengan jumlah santri 677.384 orang. Jumlah tersebut menjadi 5661 pesantren dengan 938.397 santri pada tahun 1981, kemudian meningkat menjadi 15.900 pesantren dengan jumlah santri 5,9 juta orang pada tahun 1985.

- 2) Kemampuan pesantren untuk selalu hidup ditengah-tengah masyarakat yang sedang mengalami berbagai perubahan. Pesantren mampu memobilisasi sumber daya baik tenaga maupun dana, serta mampu berperan sebagai benteng terhadap berbagai budaya yang berdampak negatif. Kenyataan ini juga menunjukkan bahwa pesantren merupakan lembaga pendidikan yang mempunyai kekuatan untuk survive. Dan pesantren juga mampu mendinamisir dirinya ditengah-tengah perubahan masyarakatnya. Secara sosiologis, ini menunjukkan bahwa pesantren masih memiliki fungsi nyata yang dibutuhkan masyarakat. (Khozin,2006:149)

Sedangkan perkembangan secara kuantitatif maupun kemampuan bertahan ditengah perubahan, tidak otomatis menunjukkan kemampuan pesantren untuk bersaing dalam memperebutkan peserta didik. Seperti Dhofir mengatakan (1992), bahwa dominasi pesantren di dunia pendidikan mulai menurun secara drastis setelah tahun 1950-an. Salah satu faktornya, adalah lapangan pekerjaan “modern” mulai terbuka bagi warga Indonesia yang mendapat latihan di sekolah-sekolah umum. Akan tetapi setelah proklamasi kemerdekaan pemerintah lebih memberikan perhatian terhadap sistem pendidikan nasional, dengan membangun sekolah-sekolah umum dari tingkat pendidikan dasar hingga perguruan tinggi.

Perkembangan akhir-akhir ini menunjukkan, bahwa beberapa pesantren ada yang tetap berjalan meneruskan segala tradisi yang diwarisinya secara turun

temurun, tanpa perubahan dan improvisasi yang berarti kecuali sekedar bertahan. Namun ada juga pesantren yang mencoba mencari jalan sendiri, dengan harapan mendapatkan hasil yang lebih baik dalam waktu yang singkat. Pesantren semacam ini adalah pesantren yang menyusun kurikulumnya, berdasarkan pemikiran akan kebutuhan santri dan masyarakat sekitarnya. (Mas'ud dkk, 2002:72-73)

Maka dari pada itu, apa pun motifnya perbincangan seputar dinamika pesantren memang harus diakui mempunyai dampak yang besar contohnya semakin dituntut dengan adanya teknologi yang canggih pesantrenpun tidak ketinggalan zaman untuk selalu mengimbangi dari setiap persoalan-persoalan yang terkait dengan pendidikan maupun sistem di dalam pendidikan itu sendiri, mulai dari sisi mengaji ke mengkaji. Itupun merupakan sebuah bukti konkrit di dalam pesantren itu sendiri, bahwa mengalami perkembangan dan pertumbuhan. Karenanya pesantren tidak akan pernah mengalami statis, selama dari setiap unsur-unsur pesantren tersebut bisa menyikapi dan merespon secara baik, apa yang paling aktual.

### **3. Kejenuhan belajar santri di pondok pesantren**

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan yang memiliki beberapa fungsi, diantaranya adalah fungsi *Tafaqquh fi al din* (pendalaman pengetahuan tentang agama), fungsi *tarbiyah al akhlaq* (pembentukan kepribadian / budi pekerti), dan fungsi pengembangan masyarakat atau pusat rehabilitasi sosial. Hanya saja dalam konteks pendidikan, tepatnya, proses belajar mengajar, konsep *tafaqquh fi al din* kurang mendapat porsi yang semestinya, yang terjadi di pesantren, penekanannya bukan pada *tafaqquh fi al din*, tetapi



sekedar transfer ilmu pengetahuan.

Meskipun di pesantren, santri lebih mengutamakan capaian substansial keilmuannya ketimbang capaian capaian formal, akan tetapi tetap ada tuntutan yang mendesak agar ada re-presepsi terhadap pemahaman kitab kuning, yaitu bukan sekedar memahami sebagaimana adanya, hitam di atas putih terhadap teks yang terdapat dalam kitab kuning, namun juga konteks historisnya. Atau bahkan tidak sekedar kitab kuning, tapi juga mungkin kitab putih, hitam, merah dan biru. tuntutan untuk memahami komprehensitas konteks dari literatur klasik merupakan tuntutan yang amat mendasar sebagai syarat kualifikasi keilmuan dalam rangka menjawab berbagai tantangan global.

Kultur belajar mengajar di pesantren yang banyak dirasakan sebagai kurang memberi kelonggaran untuk bertanya, apalagi berdebat, terutama dalam rumusan “mengapa“, hal yang demikian menurut Masdar F Mas’udi (1993 : 11) karena berhubungan erat dengan akar historis yang amat tipikal dalam kehidupan masyarakat islam zaman kemandegan Pertengahan abad ke 13 M.

Di sebagian masyarakat Pesantren terdapat persepsi atau frem yang tidak sepenuhnya benar, yakni sebuah frem yang menganggap bahwa ilmu bukanlah sesuatu yang lahir dari proses pengamatan (*ru'ya*) dan penalaran (*ra'yu*), melainkan suatu nur yang memancar atau yang dipancarkan dari atas dari sebuah sumber yang tidak diketahui bagaimana datangnya. Akhirnya muncul persepsi bahwa ilmu bukan sesuatu yang harus dicari, digali dan diupayakan dari bawah, melainkan sesuatu yang ditunggu dari “atas”. Giliran selanjutnya ternyata bukan hanya ilmu yang diyakini memancar dari atas, tetapi juga termasuk kemampuan kemampuan lain manusia atau bahkan segala sesuatu yang terhampar di alam

semesta ini. akibatnya adalah apa yang mesti dilakukan seseorang untuk memperoleh ilmu adalah menyediakan kondisi spiritual yang kondusif bagi hadirnya anugrah itu melalui latihan latihan kerohanian (*riyadhah*) secara intensif dan benar.

Nah dalam proses riyadhah, pada perspektif sufi, difahami bahwa seorang murid tak ubahnya bagaikan si buta yang tak mungkin menemukan jalan tanpa uluran tangan seorang guru (*mursyid*) yang dipercaya mengantarkannya kepada Tuhan yang maha kuasa. Disinilah kita dapat memahami posisi guru menjadi demikian signifikan dan vital bagi seorang murid yang hendak mengarungi jalan bathin. Syair sufi mengatakan “ hendaklah dihadapan gurumu, engkau bagaikan sebujur mayat ditangan yang memandikannya”. Hal yang seperti ini jelas akan melemahkan daya kritis dan kreatifitas pada masyarakat pesantren, lebih lebih di jaman serba canggih ini.

Di pesantren, lebih banyak menghafal ketimbang kemampuan memahami dan menalar ilmu ilmu itu, diakui bahwa kemampuan mengingat dan menghafal bukan sesuatu yang tidak penting, akan tetapi mesti seimbang dengan kemampuan menalar, sebab kalau dimensi menalar dilemahkan , maka dengan sendirinya santri menjadi tidak mempunyai daya kritisitas yang memadai. Akhirnya proses pendidikan hanya bersifat transfer (memindahkan), tidak ada proses pendalaman, pemahaman dan kajian. Nah bila ini yang terjadi maka bukan *tafaqquh* tapi hanya *tahafudz*.

Leteratur yang dikaji jangan hanya terbatas pada kitab yang sudah menjadi barang jadi, seperti, fahul muin, fathul wahab, tetapi diprioritaskan pada ilmu metodologinya, seperti : *ushul fiqh*, *tarikh tasyri'* dan semacamnya.

Walhasil bahwa pendidikan di pesantren ada kelemahan dan kelebihan, tapi jika pesantren mampu mengeleminir kelemahan tersebut dan mengoptimalkan kelebihannya, maka bukan tidak mungkin ia menjadi salah satu alternatif yang cukup menjajikan dimasa masa yang akan datang, terutama ditengah pengapnya system pendidikan nasional yang cenderung lebih menekankan pada education for the brain dan relatif mengabaikan *Education for The heart*, yang gilirannya hampir bisa dipastikan akan menghasilkan *over educated society*, kian membludaknya pengangguran elit intelektual, meraksasa dalam tehnik tapi merayap dalam etik, pongah dengan pengetahuan tapi bingung dalam menikmati kehidupan, cerdas otaknya tapi bodoh nuraninya.

Dalam suasana yang seperti ini, lembaga pendidikan pesantren akan dilirik untuk memainkan peran sebagai :

- a. Lembaga pendidikan yang memadu pendidikan integralistik, humanistik, pragmatik, idealistik dan realistik.
- b. Pusat rehabilitasi sosial (banyak keluarga yang mengalami kegoncangan psikologi spiritual akan mempercayakan keselamatannya pada pesantren)
- c. Sebagai pencetak manusia yang punya keseimbangan trio cerdas, yakni Kecerdasan Intelektual (IQ), Kecerdasan Emosional (EQ) Dan kecerdasan Spiritual (SQ).

Dalam melaksanakan sistem dan proses pengajaran, pendidikan pondok pesantren dalam perspektif pendidikan Islam Indonesia mempunyai peran serta memiliki unsur-unsur atau kontribusi pemikiran terhadap berkembang dan tumbuhnya pendidikan Islam. Dalam hal ini, lembaga pendidikan yang mengajarkan agama Islam kepada masyarakat dan anak-anak Indonesia, telah

lahir dan berkembang semenjak masa awal kedatangan Islam di negeri ini. Pada masa awal kemunculannya, lembaga pendidikan ini bersifat sangat sederhana berupa pengajian al-Qur'an dan tata cara beribadah yang diselenggarakan di masjid, surau, atau dirumah-rumah ustadz.

Keberadaan lembaga-lembaga yang tersebut di atas, kemudian muncul dan berkembang dengan nama pesantren, ini terus tumbuh didasari tanggung jawab untuk menyampaikan Islam kepada masyarakat dan generasi penerus. Pondok sebagai asrama tempat tinggal para santri, masjid sebagai pusat peribadatan dan pendidikan, santri sebagai pencari ilmu, pengajaran kitab kuning serta kiai yang mengasuh merupakan lima elemen dasar keberadaannya.

Secara mayoritas pondok pesantren merupakan komunitas belajar keagamaan yang erat hubungannya dengan lingkungan sekitarnya, pada umumnya masyarakat pedesaan. Komunitas tersebut kehidupan keagamaan merupakan bagian integral dalam kenyataan hidup sehari-hari, dan tidak dianggap sebagai sektor yang terpisah. Oleh karena itu, sosok kiai dalam dunia pondok pesantren tidak dapat dipisahkan, karena keberadaannya merupakan unsur yang paling signifikan dan sebagai pimpinan keagamaan atau sesepuh yang diakui di lingkungan serta diperhatikan nasehat-nasehatnya.

Oleh sebab itu, pondok pesantren bukan diperuntukkan sebagai tempat pendidikan bagi santri semata, melainkan juga bagi masyarakat sekitarnya. Hal ini berbeda dengan lembaga-lembaga pendidikan lainnya yang pada umumnya menyatakan tujuan pendidikannya dengan jelas. Sebagaimana telah dijelaskan atau dideskripsikan pada pembahasan sebelumnya, inti atau penekanan pendidikan pondok pesantren sebagai wadah dan tempat tercapainya suatu

pendidikan Islam Indonesia, yakni tercapainya tujuan pembangunan nasional bidang pendidikan. Secara realistis banyak kalangan menilai bahwa sistem pendidikan yang berlangsung di tanah air ini masih belum mampu mengantarkan tercapainya pendidikan Islam, yaitu membangun manusia Indonesia seutuhnya.

Terbukti semakin maraknya tawuran antar pelajar, konsumsi pengedaran narkoba yang merajalela, kurangnya rasa hormat peserta didik kepada pendidik dan orang tua, munculnya egoisme kesukuan yang mengarah kepada separatisme, rendahnya moral para penyelenggara negara serta lain sebagainya adalah indikasi-indikasi yang mendukung penilaian di atas. Berpijak dari konsep dasar itulah pendidikan pondok pesantren mencoba memberikan respon dalam menanggapi sistem pendidikan yang ada di tanah air ini dan dituntut adanya penyikapan yang arif dan bijaksana.

### **C. Definisi Konsepsional**

Menurut Maslach, Jackson & Leiter (1996:209) *burnout is a state of exhaustion in which one is cynical about the value of one's occupation and doubtful of one's capacity to perform*. Kejenuhan dijelaskan Maslach, Jackson & Leiter sebagai keadaan kelelahan yang mana seseorang bersikap sinis terhadap nilai pekerjaan dan meragukan kapasitas diri untuk mengerjakannya. Maslach (1993:20) menjelaskan kejenuhan sebagai sindrom yang terdiri dari tiga dimensi yaitu kelelahan emosional (*emotionalexhaustion*), depersonalisasi (*depersonalization*), dan menurunnya prestasi pribadi (*reduced personal accomplishment*).

Menurut Cherniss (1980) kejenuhan adalah suatu keadaan kelelahan fisik, mental, sikap dan emosi individu karena keterlibatan yang intensif dengan pekerjaan dalam jangka waktu yang panjang. Dalam Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) kejenuhan belajar ditandai oleh gejala merasa kelelahan (*exhaustion*) akibat tuntutan akademik, bersikap sinis (*Cynism*) berupa jarak mental terhadap yang berkaitan dengan belajar serta keyakinan akademik (*Academic Efficacy*) yang menurun.

#### **D. Definisi Operasional**

Kejenuhan belajar dalam penelitian ini, didefinisikan sebagai kondisi psikologis yang dialami oleh santri Pondok Pesantren Al-Hadid, An-Nuur Dan Al-Hikmah Karangmojo Kabupaten Gunungkidul, akibat adanya keterlibatan yang intensif dalam jangka panjang terhadap tuntutan akademik yang memunculkan kelelahan emosional, depersonalisasi atau sikap sinis dan menurunnya keyakinan akademik yang ditandai dengan indikator-indikator sebagai berikut.

1. Kelelahan emosional: merasa bersalah terhadap hasil belajar; merasa gagal dalam belajar; mudah tersinggung terhadap yang berkaitan dengan belajar; mudah cemas dalam belajar; menyalahkan orang lain terhadap hasil belajar; merasa dikejar-kejar waktu dalam mengerjakan tugas belajar; dan merasa lelah dengan kegiatan belajar.
2. Sinis atau *Depersonalisasi*: enggan terlibat aktif dalam kegiatan belajar; menganggap enteng suatu pelajaran; merasa terbebani dengan banyaknya tugas belajar; ragu terhadap yang dipelajari; dan mengalihkan diri dari kegiatan belajar.

3. Menurunnya keyakinan akademik: berkurangnya motivasi dalam belajar; kehilangan semangat belajar; usaha belajar berkurang; dan merasa tidak percaya diri dalam belajar.
4. Pesantren yang mempertahankan kemurnian identitas aslinya sebagai tempat menalami ilmu-ilmu agama (*tafaqquh fi-I-din*) bagi para santrinya.
5. Mengatasi kejenuhan belajar pada santri dapat dilakukan melalui metode pengajaran tepat, mengurangi beban materi terlalu banyak, masalah problem individu dan keluarga segera dapat diselesaikan, memberikan fasilitas dukungan sarana yang baik serta penerapan disiplin yang tinggi.

## **E. Asumsi dan Hipotesis Penelitian**

### 1. Asumsi Penelitian

- a. Beban materi yang berlebihan memiliki hubungan yang positif dengan kejenuhan belajar yang dialami oleh santri.
- b. Kejenuhan digambarkan sebagai sindrom yang terdiri dari tiga dimensi yaitu kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), Sinisme (*cynicism*), dan menurunnya keyakinan (*low efficacy*).
- c. Gejala kejenuhan identik dengan *distress*, *discontent*, dan perasaan gagal untuk mencapai tujuan ideal.

### 2. Hipotesis Penelitian

“Berdasarkan asumsi-asumsi tersebut, maka hipotesis penelitian adalah: “Terdapat perbedaan kejenuhan belajar dan cara mengatasinya antara santri di pondok pesantren An-Nuur, Al-Hikmah dan Al-Hadid Karangmojo Kabupaten Gunungkidul”