ANALISIS KEJENUHAN BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI SMA NEGERI 1 ULU BARUMUN

Riski Amaliah Hsb*, Perima Simbolon, Nurul Husna Siregar
Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Pendidikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam,Institut Pendidikan Tapanuli Selatan

*Email: rizkyameliahsb98@gmail.com

Abstrak: Kebijakan pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 menjadi solusi utama agar proses pembelajaran tetap dapat berlangsung. Namun dalam pelaksanaannya terdapat kendala dan kekurangan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring pada pandemi COVID-19 di SMA Negeri 1 Ulu Barumun. Penelitian ini telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Ulu Barumun, Jl, Lints Sibuhuan-Sosopan Km. 4, Desa Matondang, Kecamatan Ulu Barumun, Kabupaten Padang Lawas. Waktu penelitian ini bulan April sampai dengan Mei 2021. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Informan penelitian ini siswa kelas XI IPA-4 SMA Negeri 1 Ulu Barumun dan guru biologi SMA Negeri 1 Ulu Barumun. Teknik pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan angket. Hasil penelitin diperoleh diperoleh data yang lengkap dari hasil wawancara dan angket. Aspek kelelahan emosi diperoleh hasil 56, 8% dengan kategori sedang. Aspek kelelahan fisik diperoleh hasil 52, 8% dengan kategori sedang.aspek kelelahan kognitif diperoleh hasil 87, 2% dengan kategori tinggi. Dan aspek kehilangan otivasi diperoleh hasil 57, 6% dengan kategori sedang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa mengalami kejenuhan belajar siswa yaitu yang disebabkan kelelahan emosi, kelelahan fisik, kelelahan kognitif dan kehilangan motivasi.

Kata Kunci : Kejenuhan, Pembelajaran Daring, COVID-19

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hal penting yang tidak bisa lepas dari kehidupan manusia, baik dalam keluarga, masyarakat, dan bangsa.Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas) dalam Pasal 1 disebutkan bahwa pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual ke agamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, keterampilan yang diperlukan dirinya,masyarakat, mengembangkan segala potensi yang dimiliki peserta didik melalui proses pembelajaran.Tujuan pendidikan yaitu mendidik anak agar bisa menjadi manusia yang memiliki pengetahuan luas, berakhlak baik, serta aktif dan kreatif.

Namun dunia pendidikan mengalami perubahan mendadak dikarenakan munculnya wabah *Corona Virusdiseace 2019* (COVID-19). Akibat dari pandemi ini diterapkannya berbagai kebijakan salah satunya kebijakan pemerintah yaitu dengan penutupan sekolah-sekolah dari Pendidikan Usia Dini, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah hingga ke Perguruan Tinggi. Wabah COVID-19 ini telah menghambat kegiatan belajar mengajar yang biasanya dilakukan secara tatap muka kini harus diganti menjadi pembelajaran di rumah secara daring (dalam jaringan), hal ini dilakukan supaya pendidikan di Indonesia tetap berjalan sesuai dengan yang diharapkan.

Oleh karena itu, untuk mencegah penyebaran COVID-19 di dunia pendidikan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Kemendikbud) menerbitkan Surat Edaran Nomor: 36962/MPK.A/HK/2020, Tanggal 17 Maret 2020 Perihal Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam Rangka Pencegahan dan Penyebaran COVID-19 (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2020). Selanjutnya diterbitkan kembali Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 di lingkungan Kemendikbud tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran COVID-19 (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2020). COVID-19 merupakan wabah penyakit menular yang menyerang sistem pernapasan, yang menular melalui *dropled* atau percikan air liur dengan jarak lebih dari 1 Meter atau melalui *dropled* orang yang positif yang jatuh ketanah lalu tersentuh oleh tangan dan

yang lainnya. Penyakit ini pertama kali teridentifikasi di Wuhan Provinsi Hubei China dan sejak itu menyebar secara global mengakibatkan pandemi COVID-19 hingga saat ini. Gejala umum dari virus ini termasuk batuk, demam, sakit perut, diare, nyeri otot, kehilangan bau dan sesak napas.

Belajar dari rumah merupakan kebijakan yang diambil oleh Pemerintah untuk menghindari peneyebaran COVID-19.Karena sekolah merupakan tempat berkumpulnya siswa dan guru untuk melaksanakan pembelajaran dan dapat menjadi tempat penyebaran COVID-19. Dan Belajar dari rumah bagi pendidik dan peserta didik ini merupakan tindak lanjut dari anjuran pemerintah adanya penerapan *social distancing* sampai dengan *physical distancing*. Pendapat Pramudya (2020) pengertian *social distancig* adalah sesama individu harus menjaga jarak satu dengan yang lainnya.

Namun dalam pembelajaran daring ini terdapat beberapa permasalahan yang mengakibatkan terhambatnya proses belajar mengajar sesuai dengan apa yang diharapkan. Dan salah satu permasalahan didalam pembelajaran daring ini adalah kejenuhan belajar atau bisa disebut dengan *burnout* belajar.Kejenuhan pembelajaran daring terjadi karena metode pembelajaran yang cenderung monoton, banyaknya tugas yang diberikan oleh guru, minimnya interaksi dengan guru, penjelasan materi yang kurang, tidak ada teman belajar ketika pembelajaran jarak jauhdan faktor lingkungan.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMA Negeri Ulu Barumun, peneliti menemukan beberapa masalah yang menyebabkan kejenuhan siswa dalam pembelajaran daring, yaitu: karakteristik pribadi siswa, kegiatan yang selalu sama yang dikerjakan oleh siswa setiap harinya, lingkungan belajar yang kurang mendukung, kelas daring yang minin interkasi yang mengakibatkan siswa kurang memahami materi pelajaran, metode pembelajaran yang selalu sama, dan tidak ada teman belajar, kendala kuota internet dan sebagian siswa yang tidak mempunyai *gadget.*

Sehubungan dengan latar belakang di atas peneliti telah melakukan penelitian yang berjudul **"Analisis Kejenuhan Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi COVID-19 di SMA Negeri 1 Ulu Barumun."**

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Ulu Barumun, JL. Lintas Sibuhuan-Sosopan Km. 4, Desa Matondang, Kecamatan Ulu Barumun, Kabupaten Padang Lawas, Provinsi Sumatera Utara. Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan angket. Dimana yang diwawancarai adalah siswa kelas XI IPA-4 dan guru biologi SMA Negeri 1 Ulu Barumun. Sedangkan angket dbagikan kepada siswa kelas XI IPA-4. Informan penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI IPA-4 yang berjumlah 25 orang. Data yang diperoleh dari penelitian ini adalah data primer yaitu data yang diperoleh melalui hasil wawancara siswa kelas XI-IPA4 SMA Negeri 1 Ulu Barumun dan guru biologi SMA Negeri 1 Ulu Barumun. Dan angket yang dibagikan kepada siswa kelas XI IPA-4 SMA Negeri 1 Ulu Barumun. Tekik analisis data dalam penelitian ini menggunakan model interkatif analisis Miles dan Huberman.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Hasi Angket Analisis Kejenuhan Belajar Siswa dalam Pembelajaran Daring

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Ulu Barumun, maka peneliti memperoleh hasil penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Angket Analisis Kejenuhan Belajar Siswa

No	Indikator	Persentase	Kriteria
1.	Kelelahan Emosi	56,8%	Sedang
2.	Kelelahan Fisik	52,8%	Sedang
3.	Kelelahan Kognitif	87,2%	Tinggi
4.	Kehilangan Motivasi	57,6%	Sedang

Berdasarkan hasil angket dari tabel di atas, untuk lebih jelasnya diuraikan sebagai berikut:

1. Kelelahan Emosi

Aspek kelelahan emosi diperoleh hasil dari responden sebanyak 56,8% kategori sedang. Dari aspek ini terdapat 5 pernyataan yaitu merasa depresi, merasa tidak berdaya, merasa ketakutan dan merasa cemas saat pembelajaran daring. Dari beberapa pernyataan yang terdapat pada aspek ini, perasaan depresi adalah pilihan terbanyak oleh responden yaitu dari 25 responden yang memilih "ya" sebanyak 23 orang, disusul oleh perasaan cemas dan sedih sebanyak 14 orang dan selanjutnya pilihan terendah yaitu tidak berdaya mengenalikan emosi dan merasa ketakutan.

Dimana dengan hasil ini menandakan bahwa siswa mengalami kelelahan emosi dalam pembelajaran daring, khususnya depresi. Siswa mengalami depresi dikarenakan tugas pembelajaran daring yang banyak sedangkan penjelasan materi dari guru sedikit dan kurang jelas. Ditambah dengan tekanan waktu pengumpulan tuagas yang singkat, sehingga siswa merasa jenuh dan lelah, dan tidak bisa mengendalikan emosi serta merasa depresi dalam pembelajaran daring. Jadi faktor yang menyebabkan siswa kelelahan emosi dalam pembelajaran daring yaitu defresi, tidak berdaya mengendalikan emosi sedih, ketakutan, dan cemas.

2. Kelelahan Fisik

Aspek kelelahan fisik diperoleh hasil dari responden sebanyak 52, 8% kategori sedang. Dari aspek ini terdiri dari beberapa pernyataan yaitu Dari merasa pusing, insomnia, sendi-sendi otot kaku, leher sakit dan tubuh lesu saat pembelajaran daring. Dari beberapa pernyataan diatas, jawaban terbanyak atau responden yang paling banyak memilih "ya" adalah pernyataan pusing dan insomnia. Dimana pernyataan ini ada sebanyak 23 responden yang memilih pusing dan insomnia sebanyak 13 responden. disusul oleh sakit leher sebanyak 12 responden, dan sendi-sendi otot kaku sebanyak 11 responden selanjutnya tubuh lesu saat pembelajaran daring sebanyak 9 orang. Siswa mengalami pusing dalam pembelajaran daring dikarenakan tugas yang diberikan oleh guru terlalu banyak. Dan siswa kesulitan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dikarenakan penjelasan materi oleh guru yang kurang jelas. Hal ini mengakibatkan siswa menjadi kesulitan tidur atau insomnia dikarenakan banyaknya tekanan atau beban pikiran tugas yang diberikan oleh guru.

Sedangkan Sendi-sendi otot terasa kaku dan leher yang terasa sakit saat pembelajaran daring dikarenakan terlalu lama duduk dan menatap layar *handphone*, terlebih lagi aktivitas siswa yang justru semakin padat ketika belajar dirumah. Sembari mengikuti pembelajaran daring, siswa juga melakukan kegiatan lain yaitu membantu orang tua mengerjakan pekerjaan rumah. Hal ini juga mengakibatkan siswa merasa lesu mengikuti pembelajaran daring. Dikarenakan badan sudah letih dan capek sehingga tidak bersemangat lagi untuk mengikuti pembelajaran daring. Akibatnya timbullah perasaan jenuh, bosan bahkan malas mengikuti pembelajaran daring. Jadi faktor yang menyebabkan siswa mengalami kelelahan fisik yaitu karena siswa merasa pusing, insomnia, sendi-sendi otot terasa kaku, leher sakit, dan tubuh lesu.

3. Kelelahan Kognitif

Aspek kelelahan kognitif diperoleh hasil dari responden siswa sebanyak 87, 2% yaitu kategori tinggi. Dimana aspek ini adalah aspek yang paling banyak atau yang paling tinggi dirasakan oleh siswa. Pernyataan dari aspek ini yang paling banyak memilih "ya" adalah pernyataan tidak berkonsentrasi dalam pembelajaran daring yaitu sebanyak 23 responden dari 25 responden. Disusul oleh susah memahami materi pembelajaran, susah menguasai materi pembelajaran dan tidak bersemangat mengikuti pembelajaran sebanyak 22 responden yang memilih "ya". Selanjutnya kesulitan mengerjakan tugas sebanyak 20 responden.

Konsentrasi siswa terganggu saat mengikuti pembelajaran dipengaruhi dinamika emosi, banyaknya aktifitas dan banyaknya tekanan. Sehingga berpengaruh kepada rasa semangat siswa dalam mengikuti pembelajaran serta mengerjakan tugas dan menerima materi dikarenakan tekanan dan kondisi emosi yang meliputi diri siswa. Akibatnya timbul perasaan malas, jenuh dan bahkan tidak berminat mengikuti pembelajaran daring. Jadi faktor yang menyebabkan siswa mengalami kelelahan kognitif dalam pembelajaran daring yaitu karena siswa susah memahami materi pembelajaran daring, susah menguasai materi, sulit mengerjakan tugas-tugas, tidak konsentrasi dan tidak

bersemangat mengikuti pembelajaran daring.

4. Kehilangan Motivasi

Aspek kehilangan motivasi diperoleh hasil dari responden sebanyak 57, 6% kategori sedang. Adapun pernyataan dari aspek ini terdiri dari tidak berminat mengikuti pembelajaran, mudah menyerah, merasa tidak dihargai, kehilangan perhatian dan rasa ingin tahu tentang materi pembelajaran kurang. Dari beberapa pernyataan diatas, jawaban tertinggi dari responden adalah rasa ingin tahu tentang materi pembelajaran kurang, dimana sebanyak 22 responden dari 25 memilih "ya". Disusul oleh tidak berminat mengikuti pembelajaran daring sebanyak 17 responden, mudah menyerah mengikuti pembelajaran daring sebanyak 16 responden, merasa tidak dihargai ketika pembelajaran daring sebanyak 9 responden dan terakhir kehilangan perhatian saat pembelajaran daring sebanyak 8 responden.

Rasa ingin tahu siswa berkurang tentang materi pembelajaran dikarenakan tidak berminat dan tidak bersemangat mengikuti pembelajaran daring. Sehigga siswa merasa tidak perlu mencari tahu secara dalam lagi tentang materi pembelajaran dan tidak ingin mencari cara supaya mereka lebih paham dengan materi pembelajaran tersebut. Ditambah dengan kurangnya perhatian dari guru dan orang tua, sehingga siswa merasa dibiarkan akhirnya membuat siswa merasa mudah menyerah dan kehilangan motivasi dalam pembelajaran daring. Jadi faktor yang menyebabkan siswa mengalami kehilangan motivasi dalam pembelajaran daring yaitu karena tidak berminat mengikuti pembelajaran daring, mudah menyerah mengikuti pembelajaran daring, merasa tidak dihargai dan rasa ingin tahu kurang tentang materi pembelajaran.

2. Hasil Wawancara

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka penulis memperoleh data atau hasil penelitian analisis kejenuhan belajar siswa dalam pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19 di SMA Negeri 1 Ulu Barumun dari wawancara kepada siswa kelas XI IPA-4 SMA Negeri 1 Ulu Barumun dan guru biologi di kelas XI IPA-4 SMA Negeri 1 Ulu Barumun. Untuk lebih jelasnya, diuraikn sebagai berikut:

1. Kelelahan Emosi Siswa

Aspek kelelahan emosi siswa yang diperoleh dari hasil wawancara dengan guru biologi di kelas XI IPA-4 SMAN 1 Ulu Barumun yaitu ibu Sri Mulyani, S.Pd. adalah yang menyebabkan siswa merasa kelelahan emosi dalam pembelajaran daring karena pembelajaran daring yang kurang menarik dan cenderung monoton. Selain itu dikarenakan keadaan lingkungan dan keadaan jiwa siswa.

Sedangkan hasil wawancara yang diperoleh dari siswa kelas XI IPA-4 SMA Negeri 1 Ulu Barumun, faktor yang menyebabkan siswa mengalami kelelahan emosi dalam pembelajaran daring adalah karena banyaknya tekanan tugas yang menumpuk diberikan oleh guru serta waktu pengumpulan tugas yang singkat. Sedangkan siswa kesulitan mengerjakan tugas dikarenakan kurangnya penjelasan dari guru. Terlebih lagi tugas-tugas dari mata pelajaran lain yang harus dikerjakan dan diselesaikan sesuai waktu yang ditekankan oleh guru membuat siswa merasa jenuh bahkan depresi. Karena disamping itu, siswa juga masih mempunyai aktifitas dirumah yang harus dikerjakan sembari mengikuti pembelajaran daring dan mengerjakan tugas. Oleh karena beban dan tekanan-tekanan ini timbullah kelelahan emosi pada diri siswa yang meliputi perasaan depresi, merasa sedih, merasa tidak berdaya mengendalikan emosi bahkan merasa cemas.

2. Kelelahan Fisik

Aspek kelelahan fisik siswa yang diperoleh dari hasil wawancara dengan guru biologi di kelas XI IPA-4 SMAN 1 Ulu Barumun yakni dari ibu Sri Mulyani, S.Pd faktor yang menyebabkan siswa mengalami kelelahan fisik pada pembelajaran daring dikarenakan banyaknya aktivitas dirumah yang harus dilakukan sembari mengikuti pembelajaran daring. Selain dari itu, kelelahan fisik lainnya ialah dikarenakan terlalu lama menatap layar *gadget*, sehingga siswa merasa pusing dan mata berair, bahkan sakit leher dikarenakan duduk terlalu lama.

Sedangkan hasil wawancara ang diperoleh dari siswa kelas XI IPA-4 SMA Negeri Ulu Barumun faktor yang menyebabkan siswa kelelahan fisik dalam pembelajaran daring ialah banyaknya tugas yang diberikan oleh guru sehingga siswa merasa pusing dan kesulitan tidur dikarenakan memikirkan tugas tersebut. Terlebih lagi siswa merasa pusing dan mata terasa sakit dan ber air dikarenakan terlalu sering dan lama menatap layar *gadget*. Ditambah lagi aktivitas yang padat, siswa mengikuti pembelajaran daring sembari melakukan aktivitas lain seperti membantu

orang tua. Oleh karena sudah merasa letih semangat untuk mengikuti pembelajaran daring pun hilang.

3. Kelelahan Kognitif

Aspek kelelahan kognitif siswa yang diperoleh dari hasil wawancara dengan guru biologi di kelas XI IPA-4 SMAN 1 Ulu Barumun yakni ibu Sri Mulyani, S.Pd. Pada aspek ini, fakor yang menyebabkan siswa mengalami kelelahan kognitif dikarenakan siswa susah berkonsentrasi dan mudah lupa, hal ini membuat siswa kesulitan mengerjakan tugas pembelajaran daring.

Sedangkan hasil wawancara yang diperoleh dari siswa kelas XI IPA-4 SMA Negeri 1 Ulu Barumun, faktor yang menyebabkan siswa mengalami kelelahan kognitif ialah dikarenakan padatnya aktifitas atau banyaknya tekanan serta dinamika emosi yang meliputi diri siswa sehingga siswa kehilangan konsentrasi dan semangat dalam mengikuti pembelajaran daring. Oleh karena itu siswa mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas, susah memahami materi dan susah menguasai materi dikarenakan masalah-masalah tersebut. Ditambah dengan tekanan tugas yang menumpuk dengan materi yang kurang penjelasan dari guru membuat siswa semakin kesulitan mengerjakan tugas serta kehilangan semangat dalam mengikuti pembelajaran.

4. Kehilangan Motivasi

Aspek kehilangan motivasi siswa yang diperoleh dari hasil wawancara dengan guru biologi di kelas XI IPA-4 SMAN 1 Ulu Barumun yakni ibu Sri Mulyani, S.Pd. Bahwa faktor yang menyebabkan siswa kehilangan motivasi dalam pembelajaran daring ialah karena karakteristik pribadi oleh siswa, dimana siswa memang tidak berminat untuk mengikuti pembelajaran baik secara daring ataupun tatap muka. Hal ini memang sudah melekat pada diri siswa itu sendiri dan sulit sekali untuk diubah.

Sedangkan hasil wawancara yang diperoleh dari siswa kelas XI IPA-4 SMA Negeri 1 Ulu Barumun, faktor yang menyebabkan mereka mengalami kehilangan motivasi dalam pembelajaran daring ialah tidak terlalu signifikan atau kurangnya dorongan dalam proses belajar. Tingkat emosional seorang siswa tidak dapat lagi ditingkatkan sehingga menurunnya tingkat kepedulian terhadap belajar. Selain dari pada itu, siswa mengatakan pembelajaran daring tidak menarik karena tidak bisa bertatap langsung dengan guru dan teman-teman sekelasnya. Hal ini membuat siswa merasa jenuh dan bosan karena mereka tidak bisa berdiskusi dan bertukar pikiran dengan teman-temannya seperti pada pembelajaran tatap muka biasanya.

Dan dalam pembelajaran daring ini, siswa merasa kurang mendapatkan perhatian baik dari guru dan orang tua. Dimana ketika siswa mengerjakan tugas atau mengikuti pembelajaran daring dengan tertib dan disiplin guru sama sekali tidak pernah memberikan apresiasi kepada mereka, bahkan mereka tidak menerima tanggapan apapun dengan tugas yang mereka kirim sehingga mereka merasa guru tidak memperhatikan mereka dan merasa dibiarkan. Sedangkan dari orang tua, siswa mengatakan disaat sedang mengikuti pembelajaran daring orang tua mereka tidak terlalu antusias menyuruh untuk mengikuti pembelajaran sama halnya dengan belajar tatap muka. Mereka merasa tidak diperhatikan dan dibiarkan oleh orang tua bahkan mereka disuruh untuk melakukan aktivitas disaat proses pembelajaran daring berlangsung. Karna hal demikian, siswa merasa mudah menyerah dalam pembelajaran daring dikarenakan kurangnya perhatian dari guru, dan dengan sistem pembelajaran yang monoton, siswa merasa jenuh dan bosan hingga mereka tidak ingin mencari tahu tentang materi pembelajaran tersebut.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Adapun pembahasan hasil penelitian untuk lebih jelasnya, diuraikan sebagai berikut:

1. Kelelahan Emosi

Aspek dari kelelahan emosi ini diperoleh hasil 56, 8% dengan kategori sedang. Dari aspek kelelahan emosi ini terdapat 5 pernyataan yaitu merasa depresi, merasa tidak berdaya mengendalikan emosi, merasa ketakutan, dan merasa cemas saat pembelajaran daring. Dari beberapa pernyataan dari aspek ini, perasaan depresi adalah pilihan terbanyak oleh responden yaitu dari 25 responden yang memilih “ya” sebanyak 23 orang. Kemudian disusul oleh perasaan cemas dan sedih sebanyak 14 orang dan selanjutnya pilihan terendah yaitu tidak berdaya mengendalikan emosi dan merasa ketakutan.

Dimana dengan hasil ini menunjukkan bahwa siswa SMA Negeri 1 Ulu Barumun mengalami kejenuhan dalam pembelajaran daring. Dalam pembelajaran daring siswa merasa tugas yang diberikan oleh guru lebih

banyak dari pada pembelajaran secara tatap muka, sehingga beban pekerjaan, beban pikiran serta beban belajar yang dirasakan siswa lebih banyak. Juga tuntutan waktu yang membuatnya harus menyelesaikan tugas tepat pada waktunya. Hal inilah yang membuat siswa merasa jenuh dalam pembelajaran daring sehingga siswa mengalami kelelahan emosi.

Sedangkan dari hasil penelitian terdahulu oleh Pawicara & Conilie yang berjudul "Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi Iain Jember Di Tengah Pandemi COVID 19" bahwa kelelahan emosi merupakan aspek yang sering dirasakan oleh siswa. Kelabilan emosi dikarenakan beragam faktor, termasuk kondisi sosial dimasa pandemi yang tetap mengharuskan di rumah dan terbatasnya ruang gerak untuk beraktivitas diluar rumah menjadikan perasaan stress meliputi diri siswa. Ditambah dengan tekanan tugas dan materi yang diberikan selama pelaksanaan pembelajaran daring. Oleh karena itu, dari hasil penelitian dibagian aspek ini ditemukan persamaan dan perbedaan yaitu siswa mengalami kelelahan emosi dikarenakan tekanan tugas dan materi yang diberikan. Sedangkan perbedaanya adalah kelabilan emosi yang dikarenakan berbagai faktor termasuk terbatasnya ruang gerak untuk beraktifitas diluar rumah yang menjadikan perasaan stress dan sipeneliti juga tidak menyebutkan dari aspek kelelahan emosi ini pernyataan mana dengan jawaban terbanyak yang dipilih oleh siswa atau responden. Dan juga tidak disebutkan hasil persentase yang diperoleh dari aspek kelelahan emosi ini.

Hal tersebut sejalan dengan yang dikemukakan oleh Suardi (2018) dalam (Pawicara dan Conilie, 2020: 33) bahwa sebab kelelahan emosional adalah adanya tuntutan yang berlebihan sehingga ditunjukkan oleh perasaan dan beban pikiran yang berlebihan. Begitu juga dengan Churiyah (2011: 146) kelelahan emosi juga merupakan kelelahan pada diri individu yang berhubungan dengan perasaan pribadi yang ditandai dengan rasa tidak berdaya dan depresi.

2. Kelelahan Fisik

Aspek dari kelelahan fisik ini diperoleh hasil 52, 8% dengan kategori sedang. Dari aspek ini terdiri dari beberapa pernyataan yaitu merasa pusing, insomnia, sendi-sendi otot kaku, leher sakit, dan tubuh lesu saat pembelajaran daring. Dari beberapa pernyataan diatas, jawaban terbanyak atau pilihan "ya" terbanyak dari responden adalah merasa pusing dan insomnia sebanyak 23 dari 25 responden. Disusul oleh sakit leher sebanyak 12 responden, sendi-sendi otot kaku sebanyak 11 responden seanjutnya tubuh lesu saat pembelajaran daring sebanyak 9 responden. Dari hasil ini menunjukkan bahwa siswa SMA Negeri 1 Ulu Barumun mengalami kejenuhan atau kelelahan fisik dalam pembelajaran daring. Siswa mengalami kelelahan fisik dikarenakan letihnya tubuh akibat aktivitas yang padat dikarenakan kegiatan yang harus membantu orang tua sembari mengikuti pembelajaran daring serta mengerjakan tugas-tugasnya. Dan juga karena banyaknya hal yang harus dipikirkan, termasuk beban tugas yang diberikan oleh guru. Hal ini menimbulkan siswa kesulitan tidur, Serta kepala pusing, mata sakit dan berair dikarenakan terlalu sering dan lama menatap layar *gadget.*

Sedangkan hasil dari penelitian terdahulu oleh Pawicara & Conilie yang berjudul " Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa Tadris Biologi Iain Jember Di Tengah Pandemi COVID-19" yaitu pada aspek ini pusing dan insomnia adalah jawaban atau pilihan "ya" terbanyak oleh responden. Dimana dari 43 responden yang memilih "ya" pada pusing dan insomnia sebanyak 33 responden. Siswa mengalami tekanan psikis yang berdampak pada kelelahan fisik dikarenakan padatnya aktivitas dirumah dikarenakan kegiatan yang harus membantu orang tua sembari mengikuti pembelajaran daring. Dan yang sering dikeluhkan siswa adalah pusing dan mata sakit akibat terlalu sering dan terlalu lama menatap layar *handphone* dan laptop. Sedangkan masalah gangguan tidur dapat disebabkan karena letihnya tubuh akibat aktivitas yang padat dan juga karena banyaknya hal yang difikirkan. Oleh karena itu dapat ditemukan persamaan dari hasil penelitian ini yang menyebabkan siswa mengalami kelelahan fisik dikarenakan padatnya aktifitas dirumah dan sehingga berpengaruh kepada pembelajaran daring dan dari hasil penelitian ini pilihan tertinggi oleh responden sama-sama merasa pusing dan insomnia. Dan perbedaanya ialah dari hasil penelitian ini penulis tidak menyebutkan hasil persentase yang diperoleh. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Ulfiani (2007: 221) bahwa kelelahan fisik ditandai dengan sakit kepala, mual, susah tidur dan kurangnya nafsu makan.

3. Kelelahan Kognitif

Dari aspek ini diperoleh hasil sebanyak 87, 2% dengan kategori tinggi. Kelelahan kognitif atau aspek ini merupakan aspek tertinggi yang dirasakan oleh siswa dimana dengan diperolehnya hasil tersebut. Pernyataan dari aspek ini dengan pilihan terbanyak atau jawaban "ya" adalah tidak berkonsentrasi dalam pembelajaran daring yaitu sebanyak 23 responden dari 25 responden. Disusul oleh susah memahami materi pembelajaran, susah menguasai materi dan tidak bersemangat mengikuti pembelajaran sebanyak 22 responden. Selanjutnya kesulitan mengerjakan tugas sebanyak 20 responden. Dari hasil ini menunjukkan bahwa siswa SMA Negeri 1 Ulu Barumun mengalami kejenuhan atau kelelahan kognitif dalam pembelajaran daring. Hal ini dikarenakan dinamika emosi dan padatnya aktifitas atau banyaknya tekanan sehingga berpengaruh kepada konsentrasi siswa. Kesehatan fisik dan kondisi mental juga berpengaruh kepada kelelahan kognitif siswa dimana siswa merasa tidak bersemangat mengikuti pembelajaran dan melakukan aktifitas apapun.

Sedangkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Pawicara & Conilie dengan judul "Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Bioloi Iain Jember Di Tengah Pandemi COVID-19" ialah pilihan terbanyak yang diperoleh dari pernyataan pada aspek ini adalah kesulitan berkonsentrasi yakni dipilih oleh seluruh responden. Yang menunjukkan bahwa walaupun pembelajaran dilakukan secara daring namun tetap berdampak kepada konsentrasi mahasiswa. Hal ini dipengaruhi oleh kelelahan fisik dan mental mahasiswa. Maka dari itu, dari hasil penlitian ini terdapat perasamaan yaitu dengan jawaban terbanyak atau pernyataan yang paling tinggi responden rasakan dari kelelahan kognitif ini adalah kesulitan berkonsentrasi. Sedangkan perbedaannya, dari hasil penelitian ini penulis tidak menyebutkan hasil persentase yang diperoleh.

Sejalan dengan pendapat dari Yuliana & Sujiono (2004: 23) bahwa kognitif adalah istilah umum yang mencakup segenap model pemahaman, yakni persepsi, imajinasi, penangkapan makna, penilaian, dan penalaran. Sedangkan menurut Demerouti dkk menyatakan bahwa kelelahan kognitif ini peserta didik yang mengalami kejenuhan cenderung sedang mendapat beban yang terlalu berat pada otak. Hal tesebut berdampak pada ketidak mampuan berkonsentrasi, mudah lupa, dan kesulitan dalam membuat keputusan.

4. Kehilangan Motivasi

Dari hasil yang diperoleh dari penelitian dari aspek ini adalah dengan hasil 57, 6% dengan kategori sedang. Adapun pernyataan dari aspek ini terdiri dari tidak berminat mengikuti pembelajaran daring, mudah menyerah, merasa tidak dihargai, kehilangan perhatian dan rasa ingin tahu tentang materi pembelajaran kurang. Dari beberapa pernyataan diatas, jawaban tertinggi dari responden adalah rasa ingin tahu tentang materi pembelajaran kurang, dimana sebanyak 22 responden dari 25 memilih "ya", disusul oleh tidak berminat mengikuti pembelajaran daring sebanyak 17 responden, mudah menyerah mengikuti pembelajaran daring sebanyak 16 responden, merasa tidak dihargai ketika pembelajaran daring sebanyak 9 responden dan terakhir kehilangan perhatian saat pembelajaran daring sebanyak 8 responden. Hal ini menunjukkan bahwa siswa SMA Negeri 1 Ulu Barumun mengalami kejenuhan atau kehilangan motivasi dalam pembelajaran daring.

Hal yang menyebabkan kejenuhan dalam pembelajaran daring ialah metode pembelajaran yang monoton, yang mengakibatkan siswa merasa tidak berminat mengikuti pembelajaran daring. Serta tidak adanya interaksi dengan guru dan teman. Terlebih lagi kurangnya perhatian dari guru dan orang tua siswa sehingga siswa merasa tidak berminat dalam pembelajaran daring**.**

Sedangkan dari hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Pawicara & Conilie dengan judul "Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi Iain Jember Di Tengah Pandemi COVID-19" kehilangan minat belajar dan malas dan ketidak puasan bisa pula diakibatkan karena sistem dan metode pembelajaran yang monoton sehingga mahasiswa merasa bosan dan akhirnya timbul perasaan malas. Setelah dilihat dari hasi penelitian ini dapat ditemukan perbedaan yaitu dari penelitian ini si peneliti tidak menyebutkan aspek mana yang paling banyak dipilih oleh siswa. Dan tidak membuat persentase dari hasil penelitian ini.

Hal tersebut Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Bihler & Kohler (2012: 57) menyatakan bahwa kehilangan motivasi pada peserta didik ditandai dengan hilangnya idealisme, peserta didik sadar dari impian

mereka yang tidak realistis, dan kehilangan semangat. Dari gejala di atas maka kehilangan motivasi adalah penarikan diri secara psikologi sebagai respon dari stress yang berlebihan dan rasa ketidakpuasan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut: aspek kelelahan emosi ini diperoleh hasil sebanyak 56, 8% termasuk kedalam kategori sedang, artinya siswa mengalami kelelahan emosi dalam pembelajaran daring. Aspek kelelahan fisik ini diperoleh hasil sebanyak 52, 8% termasuk kedalam kategori sedang, artinya siswa mengalami kelelahan fisik dalam pembelajaran daring. Aspek kelelahan kognitif ini diperoleh hasil sebanyak 87, 2% dengan kategori tinggi, artiny siswa mangalami kelelahan kognitif dalam pembelajaran daring. Aspek kehilangan motivasi ini diperoleh hasil sebanyak 57,6% dengan kategori sedang, artinya siswa mengalami kehilangan motivasi dalam pembelajaran daring.

Saran

Adapun saran yang mengacu dari hasil penelitian ialah:

1. Hendaknya guru menerapkan pembelajaran yang bervariasi. Karena salah satu penyebab munculnya perasaan bosan dan jenuh dalam diri siswa adalah karenan pembelajaran yang monoton.
2. Untuk siswa, untuk menghindari rasa jenuh dalam pembelajaran daring serta lebih konsentrasi mengikuti pembelajaran alangkah baiknya siswa mencari tempat pembelajaran daring yang nyaman.

DAFTAR PUSTAKA

Bihler & Kohler, S. (2012). *Burnout for Expert: Prevention in the context of living and working.* London: Springer Science & Business Media.

Churiyah, Masdiatul. 2011. Pengaruh Konflik Peran, Kelelahan Emosional terhadap Kepuasan Kerja dan Komitmen Organisasi. *Jurnal Ekonomi Bisnis*, Th.16 No. 2, 145-154.

Demerouti, E. et al. (2002). *From Mental Strain to Burnout.*

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online Diakses dari http://kbbi.net.id pada 20 Maret 2020.

Pawicara & Conilie.2020. *Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi IAIN Jember Di Tengah Pandemi Covid-19.*IAIN Jember.Vol. 1.No. 1, hal. 32-35

Ulfiani, Rahman. (2007). Mengenal *Bornout* pada Guru.*Jurnal Lentera Pendidikan edisi X No. 2.*

Yuliani & Sujiono.*Metode Pengembangan Kognitif,* Jakarta:Universitas Terbuka, 2004.