

## STUDI DESKRIPTIF *BURNOUT STUDY* SELAMA PEMBELAJARAN *ONLINE* DI MADRASAH IBTIDAIYAH NEGERI 5 JEMBRANA

Ahmad Sukartawan<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup> Madrasah Ibtidaiyah Negeri 5 Jembrana, Bali, Indonesia

\*E-mail: asukartawan@gmail.com

### Keywords

*Online Learning;*  
*Burnout;*  
*Students*

### Abstract

*The most important impact of the Covid-19 pandemic on education is that it requires all students to study online or study online from home which is a new thing that students are facing now. The purpose of this study was to determine the factors that students experience burnout during online learning at Madrasah Ibtidaiyah Negeri 5 Jembarana. The method used in this research is descriptive qualitative. Data collection tool with observation, interviews, and documentation. Based on the results of the study, the factors that affect students experiencing burnout study at Madrasah Ibtidaiyah Negeri 5 Jembarana are because: (1) difficulty in understanding the material, (2) the number of assignments given by the teacher, (3) there are no study partners during distance learning, (4) reduced concentration in learning, and (5) distance learning constraints.*

### Kata Kunci

Pembelajaran  
*Online; Burnout;*  
Siswa

### Abstrak

Dampak dari pandemi Covid-19 yang paling utama terhadap pendidikan ialah mengharuskan semua siswa untuk belajar daring atau belajar *online* dari rumah yang merupakan hal baru yang siswa hadapi sekarang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor siswa yang mengalami *burnout* selama pembelajaran *online* di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 5 Jembarana. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif deskriptif. Alat pengumpulan data dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa faktor-faktor yang memengaruhi siswa mengalami *burnout study* di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 5 Jembara yaitu karena (1) kesulitan dalam memahami materi, (2) banyaknya tugas yang diberikan oleh guru, (3) tidak ada teman belajar Ketika pembelajaran jarak jauh, (4) Berkurangnya konsentrasi belajar, dan (5) Kendala pembelajaran jarak jauh.

## Pendahuluan

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia menawarkan salah satu solusi untuk memutus mata rantai penyebaran *corona virus* yaitu dengan pembelajaran jarak jauh. Hal ini mengakibatkan pendidik dituntut untuk berbenah diri agar beralih dari pembelajaran tatap muka ke pembelajaran berbasis media daring (dalam jaringan), terutama pada saat pelaksanaan PJJ sehingga meminimalisir kendala yang dihadapi (Suliani & Ahmad, 2021).

Belajar merupakan kewajiban bagi seluruh manusia, dari manusia itu dilahirkan ke muka bumi tak lepas dari proses belajar. Begitupun belajar dalam pendidikan formal, seperti dalam ruang lingkup lembaga sekolah, siswa dituntut untuk memenuhi standar kompetensi yang diselenggarakan oleh lembaga tersebut. Karena banyaknya tuntutan belajar siswa mengalami hambatan-hambatan dalam proses belajar. Diantaranya yaitu *burnout study* atau kejenuhan dalam belajar. *Burnout study* adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami kejenuhan dalam belajar sehingga menyebabkan adanya rasa enggan, lesu, lelah yang amat sangat, dan tidak bersemangat dalam proses belajar (Hakim, 2000).

*Burnout study* dialami oleh individu dalam sekolah (siswa) yang ditandai dengan adanya kelelahan emosional, depersonalisasi, dan perasaan rendah diri. Siswa yang mengalami *burnout study* menganggap dirinya sudah tidak mampu mengikuti pelajaran yang sedang diajar oleh gurunya di kelas dan melakukan aktivitas lain untuk menutupi rasa bosannya seperti mengobrol di kelas, tidur, bermain *gadget*, dan kegiatan lainnya yang mengganggu proses belajar.

Adapun faktor-faktor yang menyebabkan siswa mengalami *burnout study* yaitu terbagi menjadi dua, ada faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal siswa mengalami *burnout study* yaitu meliputi usia, jenis kelamin, kondisi fisik dan kondisi psikis siswa. Faktor eksternal siswa mengalami *burnout study* yaitu meliputi lingkungan sekolah yang kurang kondusif, metode mengajar yang dibawakan oleh guru, tugas-tugas yang diberikan bersifat monoton, dan kurangnya dukungan dari orang tua dan guru (Rahmawati et al., 2018). Maslach menjelaskan terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi *burnout* yakni faktor situasional (meliputi jenis pekerjaan, karakteristik pekerjaan) dan juga faktor individu meliputi (karakteristik demografis, sikap terhadap pekerjaan dan karakteristik kepribadian)(Setyowati & Fahiroh, 2021).

*Burnout* belajar harus mendapatkan penanganan yang serius dari pihak guru bimbingan dan konseling. Guru bimbingan dan konseling berkewajiban membantu

siswa yang mengalami kejenuhan dalam belajar, karena guru bimbingan dan konseling memiliki empat bidang layanan. Empat bidang layanan tersebut adalah bidang belajar, bidang pribadi, bidang sosial, dan bidang karir. *Burnout* belajar termasuk di dalam pelayanan bidang belajar (Sutarjo et al., 2014).

Berdasarkan uraian di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan faktor-faktor penyebab siswa melakukan *burnout* selama pembelajaran daring di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 5 Jembarana.

## Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan metode-metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang berasal dari masalah sosial dan kemanusiaan (Moleong, 1999). Dalam hal ini, peneliti berusaha membangun makna tentang suatu fenomena berdasarkan pandangan-pandangan dari para partisipan dengan cara mengobservasi perilaku para partisipan dan terlibat langsung dalam aktivitas-aktivitas mereka.

Penelitian ini dilakukan di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 5 Jembrana, pemilihan lokasi ini atas beberapa pertimbangan yaitu karena di sekolah ini banyak siswa mengalami kejenuhan belajar atau *burnout study*, dan subjek dalam penelitian ini adalah guru bimbingan dan konseling (BK). Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik observasi adalah teknik pengumpulan data dengan cara mengamati tidak terbatas pada orang, tetapi juga pada objek-objek alam seperti kondisi lingkungan tempat penelitian. Dalam hal ini, peneliti mengamati fenomena dan keadaan sekitar Madrasah Ibtidaiyah Negeri 5 Jembrana Bali. Observasi dilakukan dengan cara mengamati proses kegiatan pembelajaran di dalam kelas maupun di luar kelas dan proses layanan bimbingan konseling yang dilakukan oleh guru BK. (Gumilang, 2016).

Metode wawancara yang dilakukan adalah wawancara mendalam untuk memperoleh informasi lebih dalam terkait dengan penelitian untuk mengetahui strategi guru BK dalam mengatasi *burnout study* siswa. Wawancara dilakukan pada guru bimbingan dan konseling di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 5 Jembrana. Metode dokumentasi untuk mengetahui strategi guru BK dalam mengatasi *burnout study*.

## Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai *burnout*

akademik siswa Madrasah Ibtidaiyah 5 Jembrana Bali pada masa pandemi Covid-19 sebagai berikut.

### **Kesulitan dalam Memahami Materi**

Tingkat pemahaman materi ajar sangat berpengaruh terhadap tujuan pembelajaran. Penguasaan konsep materi di awal pembelajaran akan sangat berpengaruh terhadap penguasaan materi selanjutnya, apabila siswa kesulitan memahami materi yang sedang di pelajari maka akan banyak siswa yang kurang mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan (Suliani & Ahmad, 2021). Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, siswa mengalami kesulitan dalam memahami materi sehingga siswa cenderung memiliki tingkat pemahaman materi yang rendah. Rendahnya tingkat pemahaman siswa terhadap materi yang sedang dipelajari karena guru hanya memberikan materi dan tidak menjelaskan materi tersebut. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Sari dan Agustin yang menyatakan bahwa *“Pembelajaran jarak jauh kan materinya di berikan oleh guru tetapi guru tidak menjelaskan, sedangkan pemikiran setiap siswa berbeda. Ada siswa yang mudah memahami materi dan ada juga yang susah memahami materi”*. Pernyataan tersebut senada dengan yang disampaikan Sharon dan Sugiarto menyatakan bahwa *“Saya merasa bimbang dan bingung ketika mengerjakan tugas, karena kurang paham sama materinya jadi ragu tugas yang saya kerjakan benar atau salah”*.

### **Banyaknya Tugas yang Diberikan oleh Guru**

Tugas merupakan sesuatu yang harus dikerjakan atas perintah guru dengan tujuan siswa belajar dengan giat dan selalu berlatih setelah mendapatkan materi dari guru. Tetapi jika tugas yang diberikan terlalu banyak maka akan membuat siswa merasa jenuh sehingga siswa kehilangan semangat untuk belajar. Hal tersebut sesuai dengan yang disampaikan oleh Sugiarto yang menyatakan bahwa *“Karena tugas selalu ada setiap hari tanpa henti sehingga saya mengalami kejenuhan, kalau di sekolah tugas yang diberikan hanya satu atau dua saja itu pun ada jeda istirahat, tetapi selama pembelajaran jarak jauh hampir setiap hari ada tugas dan dalam satu hari bisa lebih dari dua tugas”*. Hal tersebut senada dengan yang disampaikan Sari, Agustin dan Sharon yang menyatakan bahwa *“Tugas yang berlebihan membuat saya merasa capek dan kehilangan semangat untuk belajar daring”*. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa tugas yang terlalu banyak akan membuat siswa merasa lelah dan kehilangan semangat untuk belajar.

### Tidak Ada Teman Belajar Ketika Pembelajaran Jarak Jauh

Teman sebaya sangat berperan penting dalam membangun semangat belajar siswa. Dengan adanya interaksi secara langsung dengan teman sebaya akan membuat siswa memiliki semangat dan motivasi untuk belajar. Selain itu tingkat pemahaman materi siswa akan jauh lebih baik dibandingkan dengan belajar sendiri. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Arka dan Pratiwi yang menyatakan bahwa *“Kalau belajar di rumah itu sendiri tidak ada teman jadi sepi, sedangkan kalo belajar di sekolahkan banyak teman jadi semangat buat belajar”*. Pernyataan tersebut juga diperjelas oleh Sugiarto yang menyatakan bahwa *“Ketika belajar daring, saya kehilangan teman untuk ngobrol dan mengerjakan tugas, kalau di sekolah kan bisa mengerjakan tugas bersama, apabila bingung dengan materi atau tugasnya bisa tanya ke teman yang duduk di sebelah kanan dan kiri atau bisa juga tanya ke teman yang duduk di depan dan belakang sedangkan sekarang tidak bisa”*.

### Berkurangnya Konsentrasi Belajar

Pembelajaran jarak jauh tidak bisa terlepas dari *handphone*, *tablet*, *laptop*, dan komputer. Pembelajaran jarak jauh dalam jaringan membuat siswa merasa bosan dan kehilangan konsentrasi karena harus terus menerus menatap layar *handphone*. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Anas dan Apriyono yang menyatakan bahwa *“Saya sering merasa bosan ketika belajar daring, karena belajar daring selalu menatap layar handphone”*. Pernyataan tersebut senada dengan yang disampaikan Agustin yang menyatakan bahwa *“Saya sering merasa bosan saat belajar daring, karena belajar daring kan hanya menggunakan handphone mau buka buku pun materinya sudah ada di handphone”*.

Penyebab siswa kehilangan konsentrasi ketika belajar karena terlalu lama menatap layar *handphone*. Semua yang berkaitan dengan proses pembelajaran ada di *handphone* seperti materi yang diberikan oleh guru, tugas, hingga materi-materi dari sumber lain bisa didapatkan melalui internet, sehingga menyebabkan siswa menatap layar *handphone* lebih lama dari biasanya. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Agustin yang menyatakan bahwa *“semua materi yang diberikan guru ada di handphone, belajar pakai handphone, ulangan juga pakai handphone”*.

Selain merasa bosan siswa juga akan kehilangan fokus belajar, karena dalam *handphone* banyak sekali aplikasi lain yang membuat siswa kehilangan fokus belajar. Hal tersebut sesuai dengan yang disampaikan Sari yang menyatakan bahwa *“Saya sering merasakan bosan ketika belajar daring, karena belajar daring hanya bertatapan*

*dengan layar handphone saja dan terkadang kurang fokus dengan materi yang sedang dipelajari, karena ketika belajar bisa beralih ke aplikasi yang lain”.*

### **Kendala Pembelajaran Jarak Jauh**

Pelaksanaan pembelajaran jarak jauh dalam jaringan pada masa pandemi Covid-19 ini memang memiliki banyak sekali kendala. Mulai dari kendala siswa yang tidak memiliki Android, siswa yang keterbatasan kuota, siswa yang tinggalnya di pelosok sehingga susah mendapatkan sinyal, dan masih banyak lagi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti kendala yang sering sekali terjadi ketika pembelajaran jarak jauh secara daring yaitu keterbatasan kuota. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan siswa-siswi Madrasah Ibtidaiyah Negeri 5 Jembrana.

Saiful yang menyatakan bahwa *“Kendala ketika pembelajaran daring biasanya keterbatasan kuota, karena kalau kuotanya habis bisa tertinggal materi dan tugas”.* Pernyataan tersebut senada dengan yang disampaikan oleh Bapak Imam, S.Pd., yang menyatakan bahwa *“Rata-rata kendala yang dialami oleh siswa itu keterbatasan kuota dan ada beberapa siswa yang telat bangun”.*

Lingkungan belajar siswa ketika pembelajaran jarak jauh juga sangat berpengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa, apabila lingkungan mendukung maka siswa bisa konsentrasi belajar begitu pula sebaliknya, apabila lingkungan belajar buruk maka siswa kesulitan untuk berkonsentrasi. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Sharon dan Urtaeni yang menyatakan bahwa *“Kalau belajar dirumah kurang konsentrasi karena ada Adik yang selalu mengganggu dan kadang disuruh membantu orang tua”.* Berdasarkan pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa kendala ketika pembelajaran jarak jauh yaitu keterbatasan kuota dan lingkungan yang kurang mendukung, sehingga membuat kegiatan belajar dan mengajar di masa pandemi ini kurang efektif

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, maka dapat diambil kesimpulan bahwa kejenuhan belajar masa pandemi Covid-19 terjadi karena beberapa faktor, yaitu kesulitan siswa dalam memahami materi yang disebabkan metode pembelajaran guru yang kurang bervariasi, banyaknya tugas yang diberikan oleh guru, tidak ada teman belajar ketika pembelajaran jarak jauh, berkurangnya konsentrasi belajar karena terlalu lama menatap layar *handphone*, keterbatasan kuota dan lingkungan yang kurang mendukung

## Daftar Pustaka

- Gumilang, G. S. (2016). *METODE PENELITIAN KUALITATIF DALAM BIDANG BIMBINGAN DAN KONSELING*. *Jurnal Fokus Konseling*, 2(2), 16. <https://doi.org/10.52657/jfk.v2i2.218>
- Hakim, T. (2000). *Belajar Secara Efektif: Panduan Menemukan Teknik Belajar, Memilih Jurusan, Dan Menentukan Cita-Cita*. Puspa Swara
- Moleong, L. J. (1999). *Metode Penelitian Kualitatif*. PT. Grafindo Persada.
- Rahmawati, R., Sholih, S., & Wibowo, B. Y. (2018). PENGEMBANGAN MEDIA PARAS (PADUAN AUDIO RELAKSASI AUTOGENIN SEDERHANA) SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN BURNOUT STUDY. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 3(2). <https://doi.org/10.30870/jpbk.v3i2.3935>
- Setyowati, L., & Fahiroh, S. A. (2021). Perbedaan Tingkat Burnout Ditinjau Dari Kepribadian Pada Guru Inklusi di Sekolah Dasar Inklusi Surabaya. *ARCHETYPE Jurnal Ilmiah Psikologi Dan Terapan*, 2(4).
- Suliani, M., & Ahmad, A. M. (2021). Faktor yang Mempengaruhi Hasil Pembelajaran Jarak Jauh di MTs Negeri 6 HSS di Masa Pandemi Covid-19. *SJME (Supremum Journal of Mathematics Education)*, 5(2). <https://doi.org/10.35706/sjme.v5i2.5155>
- Sutarjo, I. P. E., Putri, D. A. W. M., & Suarni, N. K. (2014). Efektivitas teori Behavioral Teknik Relaksasi dan Brain Gym untuk Menurunkan Burnout Belajar PADA Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undhiksa*, 2(1), 11. <https://doi.org/10.23887/jibk.v2i1.3740>

