

Implikasi Pembiasaan Ibadah Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa Pada Masa Pandemi Covid 19

¹Siti Aisah, ²Ruliana Khasanah

¹² STIT Islamiyah Karya Pembangunan Paron Ngawi

aisahs096@gmail.com

Submit 31 Oktober 2022, Diterima 31 Oktober 2022, Diterbitkan 1 November 2022

Abstract: This study aims to determine the effect of habitual worship on saturation that hit many students in online learning during the Covid-19 pandemic. This research is a case study research using a qualitative approach. The subjects of this study consisted of 3 students aged 9 to 11 years who attended 2 different schools, namely MI An Noor Karangasri and SDN Margomulyo 1 and 8 informants comprised of mothers, friends and teachers. Data collection techniques using interviews and documentation. In terms of data analysis, researchers used triangulation techniques. The results of this study indicate that worship habituation efforts have the benefit of reducing learning saturation during online learning because children have other activities to rest their learning activities. As well as being able to cultivate an attitude of the spirit of worship, and the desire to do good things such as honesty, discipline and obedience to parents in every activity

Keywords: Worship Habituation, Pandemi Covid-19, Online Learning

Pendahuluan

Kejenuhan merupakan masalah yang umum ditemui saat melaksanakan pembelajaran di masa pandemi Covid-19. Akibatnya, anak menjadi tidak termotivasi untuk berpartisipasi dalam belajar dan mencapai hasil yang tidak sesuai. Menurut Meilani, salah satu pemerhati pendidikan, guru berusaha membuat pembelajaran lebih interaktif, namun gejala kejenuhan tidak meningkatkan semangat siswa. Selain itu, banyak tugas yang tidak diselesaikan oleh siswa.¹

Studi tentang pembelajaran online di sekolah dasar menunjukkan bahwa kejenuhan menjadi masalah yang banyak menimpa siswa dalam pembelajaran online di masa pandemi. Menurut Fitrotin, kejenuhan dapat membuat siswa tidak termotivasi untuk belajar sehingga merasa malas untuk mengikuti proses pembelajaran di sekolahnya.² Dedeh Kurnia dalam penelitiannya mengatakan bahwa kejenuhan belajar yang dialami siswa kelas VIII MTs Negeri 3 Bandung

¹ Network, "Pandemi dan Kejenuhan Belajar Daring."

² Fitrotin dan Dr. Nanik Prihartanti, "Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kejenuhan Belajar Siswa," 3.

dilatarbelakangi oleh tiga aspek yaitu: (1) kelelahan emosi belajar, (2) depersonalisasi (sikap pasif), (3) menurunnya keyakinan akademik.³

Jayanti dkk menjelaskan bahwa pembelajaran jarak jauh di SMPN 1 Padangan Kabupaten Bojonegoro dapat menggunakan alternatif melalui aplikasi WhatsApp, meskipun masih menimbulkan kejenuhan belajar pada anak. Kesulitan ini meningkat selama pembelajaran online, yang lebih menekankan pemberian tugas kepada siswa daripada belajar sebelum pandemi.⁴

Penelitian yang dilakukan sebelumnya menggambarkan penyebab kejenuhan yang dialami siswa saat mengikuti proses pembelajaran. Hasilnya, kurangnya motivasi belajar, kelelahan belajar, sikap pasif, menurunnya keyakinan akademik merupakan beberapa faktor yang melatarbelakangi kejenuhan belajar. Terlebih kejenuhan semakin meningkat selama pembelajaran online saat pandemi Covid-19.

Survey awal dilakukan pada anak-anak di desa Margomulyo Bojonegoro yang mengalami kejenuhan belajar. Hasil wawancara peneliti dengan siswi (AK) berusia 9 tahun yang bersekolah di MI An Noor Karangasri dan siswi (IBF) berusia 11 tahun dan (KAS) berusia 9 tahun yang bersekolah di SDN Margomulyo 1. Siswa dari 2 sekolah yang berbeda mengalami hal yang sama selama online sedang belajar; mereka berdua merasa bosan dan jenuh mengikuti pembelajaran online. Dengan tugas yang terlalu banyak, sulit untuk memahami pelajaran yang disampaikan dengan menggunakan media HP, mereka merasa bosan karena belajar sendiri, banyaknya tugas membuat mereka merasa kurang waktu untuk bermain, dan ada beberapa tugas sekolah yang mereka anggap sulit. Oleh karena itu, mereka merasa sangat sulit untuk mengerjakannya; beberapa mata pelajaran hanya diberikan tugas tanpa diberikan penjelasan terkait materi dari tugas.⁵

Selanjutnya, hasil wawancara peneliti kepada orang tua siswa ibu N dan ibu S di desa Margomulyo mengungkapkan bahwa dirinya mengalami kejenuhan dalam mendampingi belajar anak karena kesulitan memahami materi pelajaran. Lebih lanjut dijelaskan ibu S bahwa ibu merasa bosan dan membutuhkan kesabaran dalam mendampingi anak-anaknya belajar, selain itu kesulitan yang dihadapi orang tua, sulit memahami materi dan tugas yang diberikan oleh guru dan juga kesulitan menjelaskan materi kepada anak-anaknya. Sehingga, tak jarang banyak orang tua yang mengambil tindakan mengikutkan anak-anaknya les sebagai upaya meningkatkan pemahaman terhadap materi pelajaran. Namun,

³ Kurnia, "Dinamika Gejala Kejenuhan Belajar Siswa Pada Proses Belajar Online Faktor Faktor Yang Melatarbelakangi Dan Implikasinya Pada Layanan Bimbingan Keluarga," 5.

⁴ Jayanti, Utami, dan Rohman, "Analisis Proses Pembelajaran Daring Melalui Media Whatsapp Terhadap Kejenuhan Belajar Di Tengah Pandemi Covid-19 Pada Siswa Smp N 1 Padangan Kelas Viii Ips Tahun 2021," 4.

⁵ Sholihah, Hasil Wawancara dengan Siswa.

bukan pemahaman yang diperoleh justru kejenuhan belajar siswa semakin meningkat.⁶

Dari hasil kedua wawancara di atas menggambarkan penyebab kejenuhan yang di alami anak pada masa pandemi Covid-19. Kurangnya kesempatan guru menjelaskan materi secara langsung kepada siswa membuat mereka sulit memahami tugas yang diberikan. Karena kejenuhan belajar yang dialami oleh ketiga anak tersebut, maka orang tua dari Ibu N dan Ibu S melakukan upaya pembiasaan ibadah untuk mengatasi kejenuhan belajar anak. Upaya tersebut diwujudkan dalam bentuk kegiatan mengaji dan sholat. Para ibu di desa Margomulyo menyimpulkan bahwa upaya mengurangi kejenuhan belajar yang dialami oleh siswa dapat dilakukan melalui pembiasaan ibadah sholat lima waktu dan mengaji.

Pembiasaan ibadah adalah suatu proses dalam bentuk perbuatan untuk menyatakan ketaatan kepada Allah SWT, yang didasari dengan mengerjakan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya yang nantinya akan menjadi kebiasaan yang sulit untuk ditinggalkan dan akan terus terbawa di hari tua oleh para anak.

Mar Atus Solihah dalam penelitiannya pada siswa kelas XI SMA Negeri 11 Yogyakarta, menyampaikan bahwa hubungan ibadah berhubungan dengan kejenuhan belajar remaja, semakin baik ibadah siswa maka semakin rendah tingkat kejenuhan belajarnya.⁷ Senada dengan Mar Atus, Hasan dalam penelitiannya mengatakan bahwa manfaat pembiasaan ibadah terhadap kegiatan belajar yaitu dapat mendatangkan ketenangan dalam menghadapi beban dan masalah yang terjadi di lingkungan akademik di tempat penelitian ini dilakukan. Hal ini sesuai yang tercantum dalam QS Ar-Ra'ad 13:28 yang berbunyi "orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram."⁸

Dari sudut pandang inilah peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait implikasi pembiasaan ibadah. Peneliti akan mencoba mengkaji lebih dalam mengenai implikasi pembiasaan ibadah terhadap kejenuhan belajar siswa pada masa pandemi Covid-19.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Menurut Yin studi kasus adalah suatu inkuirik empirik yang menyelidiki

⁶ Sari, Hasil Wawancara dengan Orang Tua Siswa.

⁷ Mar Atus Solihah, "Hubungan Religiusitas Dan Kecerdasan Emosi (Emotional Intelligence) Dengan Tingkat Kejenuhan (Burnout) Belajar Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 11 Yogyakarta," 88.

⁸ Hasan, "Disiplin Beribadah," 142.

fenomena didalam konteks kehidupan nyata, bilamana batas-batas antara fenomena dan konteks tidak nampak dengan tegas, dan di mana multisumber bukti dimanfaatkan.⁹ Studi kasus melibatkan investigasi kasus, yang dapat didefinisikan sebagai suatu objek study yang dibatasi, atau terpisah untuk penelitian dalam hal waktu, tempat atau batas-batas fisik. Lokasi yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan di dusun Jatiroto, desa Margomulyo, RT. 003 RW 002, kecamatan Margomulyo, kabupaten Bojonegoro.

Penelitian ini berfokus pada aspek-aspek kejenuhan belajar, pembiasaan ibadah dan anak sebagai subyek utama. Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Metode penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, dipergunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, dimana peneliti artinya sebagai sarana penelitian atau instrumen kunci.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dua sumber data yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari hasil wawancara dari berbagai sumber yaitu anak, ibu, teman dan guru. Subyek peneliti terdiri dari 3 siswi (9-11 tahun) yang bersekolah di 2 sekolah yang berbeda yaitu MI An Noor Karangasri dan SDN Margomulyo 1 serta 8 informan. Subyek pertama, berinisial IBF kelas 6 SD, usia 11 tahun. Subyek kedua, berinisial KAS kelas 3 SD, usia 9 tahun. Subyek ketiga, berinisial AK kelas 3 MI, usia 9 tahun. Informan 1 yaitu Ibu S ibu dari KAS dan IBF, berusia 34 tahun . Informan 2 Ibu N ibu dari AK, berusia 41 tahun. Informan 3 Ibu D guru kelas 2 yang mengajar KAS di sekolah. Informan 4 Ibu E guru kelas 6 yang mengajar IBF di sekolah. Informan 5 Ibu Y guru kelas 2 yang mengajar AK di sekolah. Informan 6 berinisial A (teman KAS) kelas 3. Informan 7 berinisial D (teman IBF) kelas 6. Dan yang terakhir informan 8 adalah Al (teman AK) kelas 3. Sedangkan data sekunder diperoleh peneliti melalui jurnal, buku, laporan dan lain-lain yang berkaitan dengan penelitian.

Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan dokumentasi. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara secara mendalam dan terstruktur kepada subyek penelitian untuk mengungkapkan kejenuhan belajar siswa, peran orang tua dan dampak dari upaya pendekatan agama yang dilakukan oleh orang tua. Adapun pengumpulan data dilakukan dengan melihat atau menganalisis dokumen-dokumen dari peneliti sendiri ataupun subjek lain dengan menggunakan pedoman dokumentasi.

Dalam hal analisis data, peneliti menggunakan teknik triangulasi. Dimana peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama, peneliti menggunakan wawancara dan dokumentasi.¹⁰ Jenis triangulasi yang peneliti gunakan dalam penelitian ini

⁹ Yin, *Case Study Research*, 19.

¹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 327.

adalah triangulasi sumber dengan cara mencari data pada orang tua dan guru subyek. Serta triangulasi metode dengan menggunakan wawancara dan dokumentasi.

Hasil dan Diskusi

Kejenuhan Belajar Anak

Belajar artinya suatu kegiatan mental (psikis) yang berlangsung menggunakan hubungan lingkungannya sendiri dan kemudian membentuk perubahan yang disadari pada dirinya. Berdasarkan Hakim, kejenuhan belajar ialah suatu syarat mental yang dialami seorang saat mengalami serta merasakan rasa bosan dan lelah yang mengakibatkan timbulnya rasa indolen, kurang bersemangat, kurang bergairah, tidak ada kemauan dan tidak memiliki motivasi melakukan kegiatan untuk belajar atau memulai belajar.¹¹

Maslach dan Laiter mengatakan *burnout* atau kejenuhan artinya gejala psikologis yang meliputi kelelahan fisik, kelelahan emosi, sinisme dan ketidakpercayaan yang diperoleh dalam menghadapi stresor dalam pekerjaan.¹²

Ling Li dkk menjelaskan bahwa kelelahan belajar atau kejenuhan belajar adalah keadaan psikologis yang ditandai dengan emosi negatif yang berkelanjutan, dan motivasi yang rendah.¹³ Kelelahan belajar memiliki tiga dimensi: kelelahan emosional, sinisme dan keyakinan diri rendah. Lebih lanjut, menurutnya kelelahan emosional merupakan perasaan tidak memiliki motivasi dan terkurasnya energi tapi tidak mendapatkan hasil apapun. Sinisme merupakan perasaan tidak nyaman pada suatu keadaan ataupun kepada orang lain. Keyakinan diri rendah merupakan perasaan tidak memiliki kemampuan sehingga muncul sikap pesimis pada diri sendiri.¹⁴

Khairani dan Ifdhil dalam penelitiannya juga mengungkapkan bahwa penyebab terjadinya *burnout*, diantaranya kurangnya dukungan sosial dan emosional terhadap anak, konsep diri yang kurang tinggi, peran konflik (permasalahan tidak pantas yang didapatkan seseorang) dan peran ambiguitas (kurangnya informasi yang didapatkan dalam melaksanakan tugas seseorang), isolasi dimana seseorang merasa terasingkan pada lingkungannya.¹⁵

Hasil wawancara yang peneliti lakukan, didapatkan hasil bahwa penyebab kejenuhan belajar siswa yang bersumber pada beberapa subjek diantaranya: 1)

¹¹ Tania, *Usaha Pemberian Layanan yang Optimal Guru BK pada Masa Pandemi Covid-19 (Antologi Esai Mahasiswa Bimbingan dan Konseling)*, 68.

¹² Maslach dan Leiter, "Burnout," 368.

¹³ Ling, Qin, dan Shen, "An Investigation About Learning Burnout In Medical College Students And Its Influencing Factors," 117.

¹⁴ Ling, Qin, dan Shen, 117.

¹⁵ Khairani dan Ifdil, "Konsep Burnout Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling," 210–11.

banyaknya tugas yang diberikan guru, 2) tidak diberikan penjelasan terkait tugas yang diberikan, 3) sulit memahami materi yang disampaikan lewat media HP, 4) merasa bosan dan kurang semangat ketika belajar sendiri dan mengerjakan tugas, 5) berkurangnya waktu istirahat.

Tabel 1. Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar

Subyek/Informan	Analisis
S	Menurut ibu S penyebab kejenuhan yang di alami oleh KAS yaitu terlalu banyak tugas yang diberikan oleh guru, sedangkan IBF penyebab kebosanannya yaitu tugas yang dberikan oleh guru sebagian tidak diberi penjelasan terlebih dahulu. Selain kedua anaknya, ibu S sendiri jga mengaku bosan ketika mendampingi anak-anaknya belajar online karena kedua anaknya selalu mengeluh dan banyak alasan jika di suruh mengerjakan tugas.
N	Menurut ibu N penyebab AK mengalami kejenuhan ketika belajar online yaitu kurang semangat ketika belajar sendiri dan mengerjakan sendiri di rumah, sehingga sering mengeluh dan banyak alasan ketika di suruh belajar.
KAS	Faktor yang membuat KAS merasa jenuh belajar yaitu terlalu banyak tugas,merasa waktu bermain kurang karena tugasnya terlalu banyak
IBF	Menurut IBF yang menyebabkan IBF merasa jenuh belajar yaitu sulit memahami materi yang disampaikan lewat media HP dan beberapa mata pelajaran hanya di berikan tugas tanpa di jelaskan terlebih dahulu
AK	Menurut AK faktor yang menyebabkan AK merasa jenuh belajar yaitu karena terlalu banyak tugas, belajar sendiri di rumah dan juga beberapa tugas atau soal sulit sehingga AK merasa kesusahan mengerjakan tugas yang di berikan

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, peneliti menyimpulkan bahwa kejenuhan belajar adalah kondisi psikologis seseorang yang merasakan kelelahan fisik, kelelahan emosi, sinisme dan keyakinan diri rendah. Adapun kejenuhan belajar yang dialami siswa terdiri dari 2 faktor, yakni: *Pertama*, faktor internal meliputi konsep diri si anak meliputi konsep pemikiran, mental, semangat dan juga pengelolaan emosional yang kurang baik. Hal ini disebabkan karena

pembiasaan lingkungan keluarga sejak dini; *Kedua*, faktor eksternal meliputi dukungan sosial (orang tua dan guru) dan proses pembelajaran. Faktor eksternal yang merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan semangat belajar anak. Jika lingkungan sosial dia baik maka dia juga relatif akan menjadi baik namun sebaliknya, jika lingkungan banyak pengaruh tidak baik terhadap semangat belajar, maka si anak juga tidak akan memiliki semangat yang baik pula.

Berdasarkan observasi dan hasil wawancara peneliti, kejenuhan belajar juga memberikan dampak pada kelelahan fisik dan emosional siswa. Para siswa mengaku merasa lelah, cepat mengantuk serta merasa pusing. Kelelahan emosional yang dialami oleh ketiga subyek adalah hilang semangat hingga malas belajar. Sinisme yang dialami oleh KAS yaitu perasaan marah pada orang tua, AK yaitu mengerjakan tugas asal-asalan (sesuka hati) sedangkan IBF yaitu mencontek pada temannya. Sehingga membuat ketiga subyek tersebut tidak fokus belajar dan tidak mampu mengerjakan tugas dengan baik dari guru. Di samping itu, ada faktor kejenuhan dari pihak orang tua ketika mendampingi anaknya belajar online karena selalu mengeluh dan banyak alasan. Ditambah lagi dengan kesulitan orang tua memahami materi dan tugas yang diberikan oleh guru dan juga kesulitan menjelaskan materi kepada anak-anaknya.

Pembiasaan Ibadah Orang Tua Terhadap Anak

Secara bahasa, pembiasaan atau *riyadhoh* diartikan dengan pengajaran atau pelatihan. Pelatihan memiliki arti pembiasaan dan masa kanak-kanak adalah masa yang paling cocok untuk masa pembiasaan itu. Anak kecil yang terbiasa dengan aktivitas yang positif, maka di usia remaja dan dewasa lebih mudah berkepribadian saleh.¹⁶ Pembiasaan ini meliputi aspek pembiasaan moral, nilai-nilai agama, akhlak, pengembangan sosio emosional dan kemandirian.¹⁷ Pembiasaan yang dilakukan oleh orang tua terhadap anak dilakukan secara terus-menerus dan selalu diberikan contoh dalam pelaksanaan setiap ibadahnya.

Dari beberapa pengertian tersebut, maka peneliti menyimpulkan bahwa pengertian pembiasaan ibadah merupakan suatu proses pendidikan dengan cara membiasakan agar manusia bertakwa kepada Allah SWT yang dilakukan secara terus menerus sehingga menjadi terbiasa melaksanakannya tanpa ada rasa keterpaksaan.

Pembiasaan ibadah bisa diwujudkan dalam bentuk shalat wajib dan mengaji. Dari aspek fisik shalat mempunyai banyak manfaat, diantaranya olahraga fisik yang memberikan efek positif bagi kesehatan jasmani dan rohani,

¹⁶ Harisah, *Filsafat Pendidikan Islam Prinsip dan Dasar Pengembangan*, 29.

¹⁷ Zuhri, "Studi Tentang Efektivitas Tadarus Al-Qur`An Dalam Pembinaan Akhlak Di Smpn 8 Yogyakarta," 394.

relaksasi untuk mengurangi kecemasan, serta *refreshing* (wudhu) yang memiliki efek penyegaran¹⁸. Dari aspek psikologi shalat sebagai media penyaluran emosi, pembentukan kepribadian, autosugesti dan kesadaran indera.

Sedangkan mengaji dari aspek fisik bermanfaat untuk menangkal berbagai macam penyakit. Dari aspek psikologis mengaji dapat menurunkan depresi, menurunkan kesedihan dan memperoleh ketenangan jiwa.¹⁹.

Tabel 2. Pembiasaan Ibadah oleh Keluarga

Subyek/Informan	Analisis
S	Ibu S merupakan ibu dari KAS dan IBF, upaya yang dilakukan ibu S dalam pembiasaan ibadah agar mengurangi kejenuhan belajar yaitu mengaji dan sholat. Dalam hal sholat ibu S selalu mengingatkan IBF dan KAS ketika sudah masuk waktu sholat, selain itu ibu S juga melaksanakan sholat agar menjadi contoh secara langsung bagi anak-anaknya. Sedangkan untuk mengaji, ibu S menitipkan KAS dan IBF dalam TPQ agar anak-anak memiliki suasana baru dan juga dapat belajar mengaji dengan teman-temannya, selain itu juga karena ibu S kemampuan mengajinya masih kurang. Namun, untuk IBF hanya mengikuti kegiatan TPQ beberapa kali saja dan tidak melanjutkan mengajinya di TPQ.
N	Ibu N merupakan ibu dari AK, upaya yang dilakukan ibu N dalam hal pembiasaan ibadah yaitu dengan menekankan pada sholat dan mengaji. Cara yang dilakukan oleh ibu N dalam pembiasaan sholat yaitu dengan terus mengingatkan dan memberikan contoh secara langsung, selain sholat 5 waktu ibu N juga membiasakan AK melaksanakan sholat sunnah dhuha, ibu N sendiri juga rutin melaksanakan sholat dhuha. Untuk kegiatan mengaji sama seperti ibu S, ibu N juga menitipkan AK pada TPQ agar lebih semangat mengaji karena banyak teman-teman seusia dan memiliki suasana baru. Tetapi ketika di rumah AK pun beberapa kali mengaji dengan di simak oleh ibu N dan mengaji di masjid dekat rumahnya bersama-sama dengan teman-teman sekitar rumahnya.
KAS	KAS merupakan anak kedua dari ibu S, KAS mengaku sering mengaji di TPQ bersama AK, sebelum bersama

¹⁸ Haryanto, *Psikologi Shalat: Kajian Aspek Psikologis Ibadah Shalat*, 61.

¹⁹ Muri'ah dan M.Pd, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*, 2.

AK biasanya berangkat bersama kakaknya yaitu IBF, tapi sejak kakaknya tidak berangkat mengaji lagi KAS kemudian berangkat bersama dengan AK. Untuk sholat KAS lebih rutin melaksanakan sholat maghrib dan isya secara berjamaah di masjid dekat rumahnya bersama teman-temannya. Sedangkan untuk sholat dhuhur, asar dan subuh masih jarang dilakukan. Cara orang tuanya membiasakan melaksanakan sholat yaitu dengan cara sering diingatkan

IBF IBF adalah kakak dari KAS, sama seperti KAS pembiasaan ibadah yang di lakukan oleh ibunya dengan cara sering diingatkan, untuk sholat pun belum dilaksanakan secara 5 waktu, hanya sholat maghrib dan isya berjamaah di masjid. Sedangkan untuk mengajinya, IBF mengaku mengaji sendiri di masjid bersama teman-temannya terkadang IBF juga menyimak anak yang umurnya di bawahnya pada saat mengaji.

AK AK mengaku sudah hampir terbiasa melaksanakan sholat 5 waktu tanpa diingatkan oleh ibunya. Namun masih sering diingatkan ketika terlalu asik bermain dan lupa tidak melaksanakan sholat. Untuk mengaji AK masih aktif di TPQ bersama dengan teman-temannya.

Berdasarkan observasi dan hasil wawancara kepada orang tua siswa, Ibu S mengatakan bahwa KAS dan IBF masih perlu diingatkan dalam hal sholat. Sedangkan menurut ibu N, AK sudah mulai terbiasa melaksanakan sholat tanpa perlu diingatkan, tetapi ada beberapa waktu tertentu AK perlu diingatkan untuk melaksanakan sholat. Pembiasaan ibadah oleh orang tua terhadap anak dilakukan secara terus-menerus dengan cara sering diingatkan dan selalu diberikan contoh secara langsung agar anak lebih mudah diarahkan.

Implikasi Pembiasaan Ibadah Terhadap Kejenuhan Belajar Anak

Berdasarkan hasil wawancara yang di lakukan oleh peneliti kepada orang tua subyek, untuk mengurangi kejenuhan belajar yang di alami oleh ketiga siswa tersebut, para ibu melakukan upaya pembiasaan ibadah kepada ketiga subyek tersebut. Dalam kegiatan pembiasaan ibadah yang di lakukan oleh orang tua mereka fokus pada pembiasaan sholat 5 waktu dan mengaji. Pembiasaan ibadah

yang dilakukan oleh orang tua dengan cara diingatkan setiap saat dan memberikan contoh secara langsung kepada anak agar anak lebih mudah diarahkan. Untuk kegiatan mengaji, 2 subyek diantara ketiga subyek melaksanakan kegiatan TPQ di masjid Kalimosodo, sedangkan 1 subyek mengaji sendiri di masjid setelah melaksanakan kegiatan sholat maghrib berjamaah.

Selain itu AK siswi dari MI An-noor Karangasri ternyata juga memiliki pembiasaan ibadah selain sholat 5 waktu dan mengaji, yaitu sholat dhuha dan mengaji via online di rumah selama pembelajaran online. Hal tersebut diungkapkan oleh ibu Y pada saat wawancara bahwa pihak sekolah memiliki program pembiasaan ibadah untuk anak didiknya berupa sholat 5 waktu, sholat Dhuha dan mengaji melalui voice note dan rekaman video”.²⁰

Tabel 3. Implikasi Pembiasaan Ibadah Terhadap Kejenuhan Belajar Anak

Subyek/Informan	Analisis
S	Menurut ibu S dari pembiasaan ibadah yang diterapkan kepada KAS dan IBF dapat mengurangi kejenuhan belajar karena ketika mereka melaksanakan sholat berjamaah di masjid mereka dapat berkumpul dengan teman-temannya sehingga dapat sejenak lupa dengan kejenuhan akibat belajar online dan berbagai tugas yang banyak.
N	Menurut ibu N dampak yang diperoleh dari pembiasaan ibadah yang diterapkan kepada AK yaitu dapat mengurangi kejenuhan belajar yang dirasakan oleh AK, karena dengan mengikuti TPA AK mendapatkan suasana belajar yang berbeda dan juga belajar bersama-sama dengan banyak temannya. Karena AK cepat merasa jenuh ketika belajar sendirian.
KAS	Menurut pengakuan KAS dengan mengikuti TPQ dan sholat KAS merasa senang karena dapat berkumpul bersama-sama dengan temannya.
IBF	Menurut pengakuan IBF setelah melaksanakan sholat dan mengaji IBF merasa senang dan tenang.
AK	Menurut AK setelah melaksanakan mengaji dan sholat tidak berbeda jauh dengan KAS yaitu merasa senang karena dapat berkumpul dengan teman-temannya. Hal itu karena mereka melaksanakan TPQ di tempat yang

²⁰ Yasri, Hasil Wawancara dengan Guru.

sama dan juga sering melaksanakan sholat berjamaah di masjid yang sama.

Dari proses pembiasaan ibadah yang dilakukan oleh orang tua, memiliki pengaruh yaitu mampu mengurangi rasa jenuh yang di alami oleh siswa pada saat pembelajaran online. Selain itu dari pembiasaan tersebut AK mulai terbiasa melaksanakan ibadah sholat 5 waktu tanpa di suruh ataupun diingatkan oleh ibunya, namun terkadang juga masih diingatkan ketika AK mulai merasa malas dan lupa karena asik bermain di luar rumah bersama teman-temannya. Sedangkan untuk KAS dan IBF menurut keterangan yang mereka sampaikan sholat 5 waktu yang mulai terbiasa mereka laksanakan dengan rasa senang dan tanpa diingatkan oleh orang tua hanya sholat maghrib berjamaah di karenakan melaksanakan secara bersama-sama dengan teman-temannya di masjid.

Implikasi pembiasaan ibadah terhadap kejenuhan belajar yaitu dapat mengurangi kejenuhan belajar yang dialami siswa. Serta mampu menumbuhkan sikap semangat dan juga keinginan untuk melakukan hal-hal baik, seperti kejujuran, kedisiplinan dan ketaatan kepada orang tua dalam setiap melakukan kegiatan. Khususnya terhadap pelaksanaan ibadah.

Adapun manfaat yang didapatkan dari pembiasaan ibadah dalam pembentukan sikap, anak dapat terlatih melaksanakan sholat di awal waktu dan memiliki kesadaran sendiri untuk segera sholat. Selain itu dapat menumbuhkan sikap senang untuk melaksanakan sholat secara berjamaah di masjid meskipun belum istiqomah. Sementara itu dampak yang diperoleh bagi kejenuhan belajar anak, dapat mengurangi rasa jenuh anak dalam pembelajaran daring.

Upaya pembiasaan ibadah memiliki manfaat untuk mengurangi kejenuhan belajar karena anak-anak memiliki aktivitas lain untuk mengistirahatkan kegiatan belajar mereka.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti dapat mengambil beberapa kesimpulan, bahwa faktor penyebab kejenuhan belajar yang dialami siswa terdiri dari 2 faktor, yaitu faktor internal meliputi konsep diri si anak dan faktor eksternal meliputi dukungan sosial (orang tua dan guru) dan proses pembelajaran.

Aspek-aspek kejenuhan belajar yang dialami oleh ketiga subyek yaitu kelelahan fisik merasa lelah, cepat mengantuk serta merasa pusing. Sementara kelelahan emosional yang dialami oleh ketiga subyek adalah malas belajar.

Sinisme yang dialami masing-masing subyek berbeda-beda, yaitu perasaan marah pada orang tua, mengerjakan tugas asal-asalan (sesuka hati), keinginan mencontek tugas pada teman.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembiasaan ibadah terhadap kejenuhan mampu mengurangi rasa jenuh yang di alami oleh siswa pada saat pembelajaran online. Serta mampu menumbuhkan sikap semangat dan juga keinginan untuk melakukan hal-hal baik, seperti kejujuran, kedisiplinan dan ketaatan kepada orang tua dalam setiap melakukan kegiatan. Khususnya terhadap pelaksanaan ibadah.

Adapun manfaat yang diperoleh dalam pembentukan sikap, anak dapat terlatih melaksanakan sholat di awal waktu dan memiliki kesadaran sendiri untuk segera sholat. Selain itu dapat menumbuhkan sikap senang untuk melaksanakan sholat secara berjamaah di masjid meskipun belum istiqomah. Upaya pembiasaan ibadah memiliki manfaat untuk mengurangi kejenuhan belajar karena anak-anak memiliki aktivitas lain untuk mengistirahatkan kegiatan belajar mereka. Untuk penelitian selanjutnya, peneliti dapat meneliti tentang upaya konsistensi menanamkan pembiasaan ibadah terhadap anak sehingga mempunyai rasa tanggung jawab dalam menjalankan kewajibannya sebagai seorang muslim.

Daftar Referensi

- Fitrotin, Kurnia, dan M. Si Dr. Nanik Prihartanti. "Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kejenuhan Belajar Siswa." S2, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2018. <https://doi.org/10/BAB%20V.pdf>.
- Harisah, Afifuddin. *Filsafat Pendidikan Islam Prinsip dan Dasar Pengembangan*. Deepublish, 2018.
- Haryanto, Sentot. *Psikologi Shalat: Kajian Aspek Psikologis Ibadah Shalat*. Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2001.
- Hasan, Aliah B. Purwakania. "Disiplin Beribadah: Alat Penenang Ketika Dukungan Sosial Tidak Membantu Stres Akademik." *JURNAL Al-AZHAR INDONESIA SERI HUMANIORA* 1, no. 3 (26 April 2012): 136–44. <https://doi.org/10.36722/sh.v1i3.63>.
- Jayanti, Monik, Dr Anita Dewi Utami, dan Nur Rohman. "Analisis Proses Pembelajaran Daring Melalui Media Whatsapp Terhadap Kejenuhan Belajar Di Tengah Pandemi Covid-19 Pada Siswa Smp N 1 Padangan Kelas Viii Ips Tahun 2021," t.t., 14.

- Khairani, Yunita, dan Ifdil Ifdil. "Konsep Burnout Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling." *Konselor* 4, no. 4 (30 Desember 2015): 208–14. <https://doi.org/10.24036/02015446474-0-00>.
- Kurnia, Dedeh. "Dinamika Gejala Kejenuhan Belajar Siswa Pada Proses Belajar Online Faktor Faktor Yang Melatarbelakangi Dan Implikasinya Pada Layanan Bimbingan Keluarga." *TEACHING : Jurnal Inovasi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan* 1, no. 1 (18 Juni 2021): 1–10. <https://doi.org/10.51878/teaching.v1i1.70>.
- Ling, Li, Shen Qin, dan Li-fang Shen. "An Investigation About Learning Burnout In Medical College Students And Its Influencing Factors." *International Journal of Nursing Sciences* 1, no. 1 (Maret 2014): 117–20. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2014.02.005>.
- Mar Atus Solihah, Mar. "Hubungan Religiusitas Dan Kecerdasan Emosi (Emotional Intelligence) Dengan Tingkat Kejenuhan (Burnout) Belajar Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 11 Yogyakarta." Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan, 2016. <https://eprints.uny.ac.id/33581/>.
- Maslach, C., dan M. P. Leiter. "Burnout." Dalam *Stress: Concepts, cognition, emotion, and behavior*, 351–57. Handbook of stress. San Diego, CA, US: Elsevier Academic Press, 2016.
- Muri'ah, Prof DR Hj Siti, dan Dr Khusnul Wardan M.Pd. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Literasi Nusantara, 2020.
- Network, AJNN net-Aceh Journal National. "Pandemi dan Kejenuhan Belajar Daring." AJNN.net. Diakses 26 Oktober 2022. <https://www.ajnn.net/news/pandemi-dan-kejenuhan-belajar-daring/index.html>.
- Sari, Ninik. Hasil Wawancara Penyebab Kejenuhan Belajar Anak-Anak di Desa Margomulyo Bojonegoro pada Masa Pandemi Covid -19, 15 Juni 2021.
- Sholihah, Khoirunnia Amelia. Hasil Wawancara Penyebab Kejenuhan Pembelajaran Online, 6 Juni 2021.
- Sugiyono, Prof. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Kombinasi (Mixed Methods)*. 10 ed. Bandung: Alfabeta, 2018.
- Tania, Aditya Lupi dkk. *Usaha Pemberian Layanan yang Optimal Guru BK pada Masa Pandemi Covid-19 (Antologi Esai Mahasiswa Bimbingan dan Konseling)*. UAD PRESS, 2021.
- Yasri, Ibu. Hasil Wawancara dengan Guru Tentang Pembiasaan Ibadah dalam Kegiatan Pembelajaran di Sekolah, 20 Juli 2022.

Yin, Robert K. *Case Study Research: Design and Methods*. 5th ed. Applied Social Research Methods, v. 5. Los Angeles, Calif: Sage Publications, 2014.

Zuhri, Muhammad Noer Cholifudin. "Studi Tentang Efektivitas Tadarus Al-Qur`An Dalam Pembinaan Akhlak Di Smpn 8 Yogyakarta." *Cendekia: Jurnal Kependidikan dan Kemasyarakatan* 11, no. 1 (27 Juni 2013): 112–29. <https://doi.org/10.21154/cendekia.v11i1.730>.