
The Relationship between Burnout and Learning Motivation in Full-day School Students at SMPN 34 Padang

Mutia Helfajrin¹ Zadrian Ardi²

¹Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: helfajrinmutia98@gmail.com¹

Abstrak

This research was conducted because it saw problems that occur in full day school students who experience boredom of learning so that it affects the students' motivation to learn low. This study aims to examine the relationship of learning motivation with full day student learning saturation. The number of samples was 222 students of 34 Padang Junior High Schools selected by using simple random sampling. The instrument used was a Likert scale model, as well as data processed using SPSS version 19 '. The results obtained from this study are that there is a significant negative relationship between learning motivation and learning saturation with a correlation coefficient of -0.512 which is at a significance level of 0.000 with a strong enough category. This means that the higher the motivation to learn, the lower the saturation of student learning. With this finding it is hoped that counselors or counseling teachers can provide guidance and counseling services such as information services, individual counseling services, group guidance services, and group counseling services. To increase learning motivation and to reduce boredom in full day school students.

Keyword: Kejenuhan Belajar (*burnout*), Motivasi belajar

How to Cite: Mutia Helfajrin, Zadrian Ardi. 2020. The Relationship between Burnout and learning motivation in full-day school. Jurnal Neo Konseling, Vol (N): pp. XX-XX, DOI: 10.24036/00288kons2020



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
©2019 by author

Introduction

Kejenuhan belajar juga disebut dengan *Burnout*. Istilah *burnout* pertama kali ditemukan oleh Herbert Freudenberger. Menurut Pines dan Aronson (Slivar, 2001) burnout adalah kondisi emosional seseorang yang merasa lelah dan jenuh secara mental maupun fisik sebagai akibat dari tuntutan suatu pekerjaan yang terus meningkat. Kejenuhan belajar adalah padat atau penuh sehingga tidak mampu memuat lagi, selain itu jenuh juga dapat berarti jemu atau bosan. Menurut (Syah, 2012) faktor penyebab kejenuhan belajar yang melanda siswa adalah kehilangan motivasi dan kehilangan konsolidasi salah satu tingkat keterampilan tertentu sebelum siswa tertentu sampai pada tingkat keterampilan berikutnya. (Kompri, 2017) kejenuhan belajar dapat melanda siswa apabila ia telah kehilangan motivasi dan kehilangan konsolidasi salah tingkat keterampilan tertentu sebelum siswa tertentu sampai pada tingkat keterampilan berikutnya. Lalu, (Islamuddin, 2012) kejenuhan dapat melanda seorang siswa apabila ia telah kehilangan motivasi dan konsolidasi salah satu tingkat keterampilan tertentu

sampai pada tingkat keterampilan berikutnya. (Amin, 2003) kondisi siswa yang jenuh yakni akan hilangnya motivasi dan konsolidasi salah satu fase keterampilan tertentu sebelum mencapai pada fase keterampilan selanjutnya. Kejenuhan belajar merupakan hal yang sering terjadi pada siswa, siswa yang mengalami kejenuhan belajar biasanya akan merasa dirinya tidak dapat mencerna materi yang disampaikan oleh guru. Kejenuhan belajar merupakan kondisi emosional ketika seorang siswa merasa lelah dan jenuh secara mental maupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan akademik yang berlebihan atau suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat atau hidup tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar (Naldi, E.M., Daharnis & Ilyas, 2018). Selanjutnya kejenuhan merupakan kondisi emosional dimana seseorang merasa tidak berdaya, tidak memiliki harapan dan bahkan jenuh secara mental ataupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan yang meningkat (Khairani & Ihdil, 2015).

Menurut (Ambarwati, 2016) kehilangan motivasi, malas mengikuti pelajaran, bosan dan rasa malas dapat disebabkan oleh kelelahan yang dialami peserta didik. Saat menjalani pendidikan, peserta didik tentu akan dihadapkan dengan banyaknya tuntutan baik dari sekolah maupun lingkungan keluarga, yang menyebabkan kejenuhan bagi peserta didik. Jika itu terus menerus terjadi maka peserta didik akan kesulitan dalam mengikuti proses belajar. Kejenuhan belajar terjadi dikarenakan banyaknya tuntutan tugas, dan kekurangan waktu bermain karena sekolah seharian yang mengakibatkan siswa memiliki motivasi belajar yang kurang sesuai dengan sistem pembelajaran *full day school* adalah program pendidikan yang selama aktivitas berada di sekolah (sekolah sepanjang hari dengan ciri *integrated activity* dan *integrated curriculum*) artinya seluruh program dan aktivitas anak di sekolah, mulai dari belajar, bermain, makan dan beribadah tercover semua dalam suatu sistem pembelajaran *full day school*. sesuai yang diharapkan dan ditetapkan dalam kurikulum sekolah. Pada tahun 2017 pemerintah melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) membuat kebijakan mengenai lima hari sekolah atau biasa lebih dikenal dengan *full day school*. *Full day school* dapat diartikan sekolah sehari penuh. Kebijakan ini telah terlampir pada Peraturan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Permendikbud) Pasal 2 Nomor 23 Tahun 2017. Dijelaskan bahwa hari sekolah dilaksanakan 8 jam selama 5 hari dalam 1 minggu. Waktu tersebut sudah termasuk waktu istirahat selama 0,5 jam dalam satu hari atau 2,5 jam selama 5 hari.

Menurut (Baharuddin, 2008) mengemukakan bahwa kenyataan di lapangan *full day school* ini terdapat sisi positif dan negatif dimana sisi positif adalah siswa diberikan waktu yang sangat panjang untuk belajar dan sisi negatifnya adalah anak merasa bosan, dapat memicu stress pada siswa di sekolah. Stress di sekolah dapat terjadi ketika siswa memiliki tuntutan yang harus mereka patuhi di sekolah, menaati peraturan sekolah yang kaku dan ketat. Dimana sekolah ini merupakan lingkungan sekunder bagi siswa sekolah sehari penuh (*full day*) menghabiskan waktu kurang lebih sekitar 8 jam di sekolah. Maslach, Jackson, & Leiter (1986) menjelaskan bahwa gejala gejala kejenuhan dapat dilihat berdasarkan tiga dimensi, yaitu kelelahan emosi (*emotional exhaustion*), depersonal (*cynism*), dan menurunnya keyakinan akademik (*reduce academic efficacy*).

Adapun Motivasi merupakan dorongan dasar yang membuat seseorang lebih bersemangat untuk meraih prestasi. Menurut (Sardiman, 2012) motivasi dapat diartikan sebagai daya penggerak yang menjadi aktif. Menurut (Purwanto, 2006) mengartikan motivasi sebagai suatu usaha yang disadari untuk menggerakkan, mengarahkan, dan menjaga tingkah laku seorang untuk bertindak melakukan sesuatu sehingga mencapai

hasil atau tujuan pendidikan sesuai yang diharapkan dan ditetapkan dalam kurikulum sekolah. Selanjutnya, (Yanti et al., 2013) menyatakan motivasi belajar adalah suatu dorongan yang timbul oleh adanya rangsangan dari dalam maupun luar sehingga seseorang berkeinginan untuk mengadakan perubahan tingkah laku atau aktivitas tertentu lebih baik dari keadaan sebelumnya. Sumadi Suryabrata (Desyafmi et al., 2016) mengungkapkan motivasi adalah keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna mencapai suatu tujuan. Seorang siswa yang memiliki motivasi belajar akan mendorong untuk selalu belajar sehingga dapat menghasilkan prestasi belajar yang baik. Selanjutnya, (Jannah & Nirwana, 2015) menyatakan motivasi belajar dapat diartikan sebagai (1) dorongan yang muncul dari diri seseorang baik secara disadari atau tidak disadari untuk melakukan tindakan dengan tujuan tertentu, (2) usaha-usaha yang dapat membuat seseorang atau sekelompok orang untuk melakukan sesuatu agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Siswa yang memiliki motivasi belajar ditandai adanya perhatian, konsentrasi, dan ketekunan dari diri siswa. Motivasi belajar mampu mengarahkan diri dan mengendalikan perilaku seseorang sehingga menunjukkan nilai ketaatan, kepatuhan, keteraturan, dan ketertiban. Selanjutnya motivasi belajar dalam diri siswa dapat menumbuhkan perasaan senang pada siswa saat belajar, sejalan dengan itu (Febriany & Yusri, 2013) seseorang yang memiliki motivasi kuat akan mempunyai banyak energi untuk belajar, hal ini mengungkapkan bahwa anak yang memiliki motivasi belajar akan mendapat meluangkan waktu untuk belajar lebih banyak dan tekun dari pada mereka yang kurang memiliki atau sama sekali tidak mempunyai motivasi belajar. Hamzah B. Uno (Idola et al., 2016) hakikat motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku, pada umumnya dengan indikator atau unsur yang mendukungnya.

Dengan beberapa aspek motivasi belajar menurut (Uno, 2016) adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa-siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku. Dengan beberapa indikator yaitu:

- a) Adanya Hasrat dan keinginan untuk berhasil, yaitu keinginan yang kuat dalam diri individu untuk mencapai tujuannya agar sukses dalam suatu kegiatan
- b) Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, didalam diri individu ada dorongan yang membuat siswa mencari tahu dan merasa butuh dalam belajar yang merupakan keinginannya sendiri.
- c) Adanya harapan dan cita-cita masa depan, adanya harapan yang tinggi dari dalam diri individu untuk berhasil dimasa yang akan datang
- d) Adanya penghargaan dalam belajar, penghargaan dibutuhkan dalam belajar berupa pujian, hadiah dan nilai yang baik
- e) Adanya lingkungan belajar yang kondusif, terciptanya suasana belajar yang mendukung proses belajar individu
- f) Adanya kegiatan belajar yang menarik, kegiatan belajar yang menarik oleh guru akan membuat siswa semangat dan termotivasi dalam belajar.

Menurut Sardiman dalam (Hasgimianti et al., 2017) mengemukakan 3 fungsi motivasi yaitu: mendorong siswa untuk berbuat, sebagai penggerak/motor untuk melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap

kegiatan yang akan dikerjakan. Menentukan arah perubahan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai. Motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuan. Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan yang harus dikerjakan serasi guna mencapai tujuan.

Untuk mengurangi kejenuhan belajar pada siswa agar meningkatkan motivasi belajar maka guru BK berperan penting untuk mengatasi hal tersebut. Menurut (Desyafmi et al., 2016) guru BK mempunyai tugas dan tanggung jawab membantu siswa dalam meningkatkan hasil belajar yang optimal dengan mendorong kebiasaan-kebiasaan yang baik. Hal yang dapat dilakukan guru BK adalah dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling seperti, layanan informasi, layanan konseling individual, layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling kelompok. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan 5 orang siswa pada tanggal 26 November 2019 di SMPN 34 Padang ditemukan bahwa siswa motivasi kurang dalam belajar dikarenakan lelah, jenuh, dan bosan dengan waktu belajar yang lama karena sekolah *full day*, bahkan ada siswa yang jenuh dan merasa malas untuk ke sekolah dengan alasan lamanya waktu pulang sekolah. Guru BK diharapkan dapat memberikan layanan yang tepat sesuai dengan permasalahan peserta didik khususnya mengatasi kejenuhan belajar serta meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Menurut (Mailita, B & Dahliana, 2016) upaya yang dapat dilakukan guru BK untuk mengatasi kejenuhan belajar yaitu dengan adanya upaya pencegahan, pengentasan, pemeliharaan dan pengembangan. Segala secara klasikal, individual, maupun kelompok serta disesuaikan dengan pemberian layanan yang tepat.

Method

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Subjek penelitian 222 siswa SMP Negeri 34 Padang dipilih dengan menggunakan teknik yaitu *simple random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah motivasi belajar dan kejenuhan belajar. Data dianalisis dengan teknik *product moment correlation*.

Results and Discussion

Berdasarkan hasil pengolahan data, maka hasil penelitian mengenai hubungan antara motivasi belajar dengan kejenuhan belajar dapat dijelaskan sebagai berikut.

1. Motivasi Belajar siswa SMP Negeri 34 Padang

Temuan penelitian motivasi belajar dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel. 1
Gambaran Motivasi Belajar Secara Keseluruhan
n=222

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 105	34	15.3
Tinggi	85 - 104	167	75.2
Sedang	65 - 84	20	9.0
Rendah	45 - 64	1	0.5
Sangat rendah	25 - 44	0	0.0
JUMLAH		222	100.0

Berdasarkan tabel di atas, ditemukan bahwa tingkat motivasi belajar siswa *full day school* di SMP Negeri 34 Padang pada kategori Sangat tinggi dialami oleh 34 orang dengan persentase 15,3%, pada kategori tinggi dialami oleh 167 orang dengan persentase 75,2%, pada kategori sedang dialami oleh 20 orang dengan persentase 9,0%, pada kategori rendah dialami oleh 1 orang dengan persentase 0,5% dan pada kategori sangat rendah tidak ada yang mengalami Hal ini menggambarkan bahwa motivasi belajar siswa *full day school* di SMP Negeri 34 Padang umumnya berada pada kategori tinggi.

2. Kejenuhan belajar siswa di SMP Negeri 34 Padang

Temuan penelitian motivasi belajar dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2
Gambaran Kejenuhan Belajar Secara Keseluruhan
n=222

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 52	4	1.8
Tinggi	42 – 51	44	19.8
Sedang	32 – 41	77	34.7
Rendah	22 – 31	80	36.0
Sangat Rendah	12 – 21	17	7.7
JUMLAH		222	100.0

Berdasarkan tabel di atas, ditemukan bahwa kejenuhan belajar secara keseluruhan siswa *full day school* di SMP Negeri 34 Padang pada kategori sangat tinggi dialami oleh 4 orang dengan persentase 1,8%, kategori tinggi dialami oleh 44 orang dengan persentase 19,8%, kategori sedang dialami oleh 77 orang dengan persentase 34,7%, pada kategori rendah dialami oleh 80 orang dengan persentase 36,0%, dan pada kategori sangat rendah tidak dialami oleh 17 orang dengan persentase 7,7%. Hal ini menggambarkan bahwa kejenuhan belajar siswa *full day school* di SMP Negeri 34 Padang umumnya berada pada kategori Rendah, yaitu dengan frekuensi 80 orang dengan persentase 36,0%.

3. Hubungan Motivasi Belajar dengan Kejenuhan Belajar (*Burnout*)

Tabel. 3
Korelasi Motivasi Belajar dengan Kejenuhan Belajar Siswa *Full Day School*

Correlations

		Motivasi Belajar	Kejenuhan Belajar
Motivasi Belajar	Pearson Correlation	1	-.512**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	222	222
Kejenuhan Belajar	Pearson Correlation	-.512**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	222	222

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari tabel di atas terdapat nilai koefisien sebesar -0,512 dengan kategori cukup kuat dan signifikansi 000. Jika nilai signifikansi dibandingkan dengan probabilitas 0,01 maka $000 < 0,01$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Motivasi Belajar dengan Kejenuhan Belajar siswa. Sehingga, hipotesis (H_a) yang diajukan dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Motivasi belajar dengan Kejenuhan belajar siswa *full day school*.

Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan tentang Motivasi Belajar dengan Kejenuhan belajar siswa di SMP Negeri 34 Padang, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: (1) Motivasi Belajar siswa di SMP Negeri 34 Padang berada pada kategori Tinggi baik aspek internal maupun aspek eksternal, (2) Kejenuhan Belajar siswa di SMP Negeri 34 Padang berada pada kategori rendah yaitu hanya beberapa siswa yang mengalami kejenuhan. (3) Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara motivasi belajar dengan kejenuhan belajar siswa di SMP Negeri 34 Padang. artinya, jika motivasi belajar Tinggi, maka kejenuhan belajar rendah.

References

- Ambarwati, N. A. (2016). Kejenuhan Belajar dan Cara Mengatasinya. *Jurnal Psikologi Pendidikan Islam, Prosiding Interdisciplinary Postgraduate Student*, 9–16.
- Amin, S. (2003). *Pengantar Psikologi Pendidikan*. Yayasan Pena.
- Baharuddin, H. (2008). Analisis tentang Full Day School antara Mutu Pendidikan dan Pelemahan Ekonomi. *Jurnal Teknologi Dan Informatika*, 6, 63–73.
- Desyafmi, H., Firman, F., & Ifdil, I. (2016). Peningkatan Motivasi Siswa dalam Menyelesaikan Tugas Melalui Layanan Informasi. *Konselor*, 3(1), 35. <https://doi.org/10.24036/02014313496-0-00>
- Febriany, R., & Yusri, Y. (2013). Hubungan Perhatian Orangtua Dengan Motivasi

-
- Belajar Siswa Dalam Mengerjakan Tugas-Tugas Sekolah. *Konselor*, 2(1), 8–15. <https://doi.org/10.24036/0201321727-0-00>
- Hasgimianti, H., Nirwana, H., & Daharnis, D. (2017). Perhatian Orangtua Dan Motivasi Belajar Siswa Yang Berlatar Belakang Melayu Dan Jawa. *Insight Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 130–143. <https://doi.org/10.21009/insight.062.02>
- Idola, S., Sano, A., & Khairani. (2016). Hubungan Antara Persepsi Siswa Tentang Keadaan Lingkungan Fisik Sekolah Dengan Motivasi Belajar. *Jurnal EDUCATIO Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(2), 30–34.
- Islamuddin, H. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Pustaka Pelajar.
- Jannah, N., & Nirwana, H. (2015). *Hubungan Kecanduan Game dengan Motivasi Belajar Siswa dan Implikasinya Terhadap Bimbingan dan Konseling*. 4(December).
- Khairani, Y., & Ifdil, I. (2015). Konsep Burnout pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 4(4), 208. <https://doi.org/10.24036/02015446474-0-00>
- Kompri. (2017). *Belajar faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Media Akademi.
- Mailita, B & Dahliana, A. (2016). Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam mencegah kejenuhan Belajar siswa di SMP Negeri Banda Aceh. *Jurnal Ilmia Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 14–26.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1986). *The Maslach Burnout Inventory Manual*. 192–218. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Naldi, E.M., Daharnis & Ilyas, A. (2018). Hubungan Persepsi Siswa tentang Lingkungan Sekolah dengan Kejenuhan (Burnout) Belajar di SMA Negeri 4 Padang. *Jurnal Neo Konseling*, 1(1), 1–7.
- Purwanto, M. . (1995). *Psikologi Pendidikan*. Remaja Rosdakarya.
- Sardiman. (2012). *Interaksi dan Motivasi Belajar- Mengajar*. Rajawali Pers.
- Slivar, B. (2001). The syndrome of burnout, self-image, and anxiety with grammar school student. *Horizons of Psychology*, 10(2), 21–32.
- Syah, M. (2012). *Psikologi Belajar*. Raja Grafindo Persada.
- Uno, H. B. (2016). *Teori Motivasi dan Pengukurannya (Analisis di bidang pendidikan)*. Bumi Aksara.
- Yanti, S., Erlamsyah, E., & Zikra, Z. (2013). Hubungan antara Kecemasan dalam Belajar dengan Motivasi Belajar Siswa. *Konselor*, 2(1), 283–288. <https://doi.org/10.24036/02013211242-0-00>