

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kejenuhan Belajar

1. Pengertian Kejenuhan Belajar.

Secara harfiah arti kejenuhan ialah padat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apapun. Selain itu jenuh juga berarti jemu atau bosan.¹ Siapapun yang merasa jenuh, ia akan berusaha sekuat tenaga melepas diri dari tekanan itu.

Setiap manusia pasti memiliki kejenuhan. Kejenuhan terjadi di sela-sela kegiatan yang dilakukan. Hal ini serupa dengan mesin kendaraan yang terus dipicu, lama kelamaan mesin itu menjadi panas dan perlu didinginkan untuk sementara sampai temperaturnya normal kembali. Suatu ketika, kita merasa bersemangat ketika melakukan suatu hal, begitu semangat sehingga kita melupakan banyak hal. Masa-masa semangat itu tidak akan bertahan lama sesudah muncul rasa malas, lesu, capek, jemu. Inilah masa dimana semangat kita sampai pada titik jenuh. Saat itu semangat yang kita punya ada di garis ambang batas, ia tidak mungkin dinaikkan lebih tinggi. Setelah beberapa lama masa jenuh ini berjalan, beberapa lama kemudian muncul kembali kegairahan untuk menekuni

¹ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan: Suatu Pendekatan Baru* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1995), 165.

kesibukan seperti semula. Demikian seterusnya, rasa bersemangat dan jenuh, silih berganti datang.

Demikian yang terjadi pada siswa, sering kita menemukan beberapa siswa yang mengalami hambatan belajar. Ia sulit meraih prestasi dasar di sekolah, padahal telah mengikuti pelajaran dengan sungguh-sungguh. Bahkan ditambah dengan pelajaran tambahan di rumah, tetapi hasilnya tetap kurang memuaskan. Sehingga siswa terkesan lambat melakukan tugas yang berhubungan dengan kegiatan belajar. Mereka tampak malas, mudah putus asa, acuh tak acuh, jenuh dan bosan. Terkadang disertai sifat menentang guru yang mengarahkan mereka untuk belajar. Mereka juga sering menunjukkan sikap pemurung, malas, lesu. Bahkan tak jarang dari mereka yang bersikap menyimpang seperti membolos, melalaikan tugas dan mogok untuk belajar.²

Apabila kita mendengar kata belajar, mungkin yang terlintas di pikiran kita adanya siswa yang serius, mendengar dan memperhatikan guru yang sedang memberikan pertanyaan yang ada di dalam kelas, atau seorang siswa yang membaca buku. Akan tetapi yang lebih luas bukanlah demikian, karena aktivitas belajar bukan hanya untuk siswa saja dan terbatas ruang kelas. Pengertian yang umum itu tidak dibatasi kapan saja, dimana saja dan dari siapa saja.

Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti berhasil tidaknya

² Eka Dianti Usman, "Murid Sulit Belajar", <http://www.depdikbud.co.id>, 1, diakses tanggal 21Desember 2015.

pencapaian tujuan pendidikan hanya tergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik.³

Pines & Aronson sebagaimana yang dikutip oleh Sutjipto menjelaskan bahwa kejenuhan belajar merupakan kondisi emosional ketika seseorang merasa lelah dan jenuh secara mental maupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan terkait dengan belajar yang meningkat.⁴ Timbulnya kelelahan ini karena mereka bekerja keras, merasa bersalah, merasa tidak berdaya, tidak ada harapan, merasa terjebak, kesedihan mendalam, merasa malu, dan secara terus menerus membentuk lingkaran dan menghasilkan perasaan lelah dan tidak yaman yang pada gilirannya meningkatkan kelelahan fisik, kelelahan mental dan emosional.⁵ Jadi maksud kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental siswa dalam rentang waktu tertentu merasa malas, bosan, lesu, tidak bersemangat, tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar.

Selanjutnya, Ramon Diaz menyatakan bahwa Pines & Aronson menjelaskan tiga dimensi kelelahan tersebut :⁶

- a. Kelelahan fisik, yaitu suatu kelelahan yang bersifat sakit fisik dan energi fisik. Sakit fisik dicirikan seperti sakit kepala, demam, sakit punggung, rasa ngilu, rentan terhadap penyakit, tegang otot leher dan bahu, sering

³Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono, *Psikologi Belajar* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1991), 118.

⁴Sutjipto, "Apakah Anda Mengalami Burnout", 2001, www.depdiknas.go.id/jurnal/32/apakah_anda_mengalami_burnout.htm, diakses 12 November 2015.

⁵Ibid..

⁶Ramon Diaz, *Hubungan Antara Burnout Dengan Motivasi Berprestasi Akademis Pada Mahasiswa Yang Bekerja* (Skripsi: Universitas Gunadharma, Jakarta 2007), 16.

terkena flu, susah tidur, mual-mual, gelisah, dan perubahan kebiasaan makan. Energi fisik dicirikan seperti energi yang rendah, rasa letih yang kronis.

- b. Kelelahan emosional, yaitu suatu kelelahan pada individu yang berhubungan dengan perasaan pribadi yang ditandai dengan rasa tidak berdaya dan depresi. Kelelahan emosi ini dicirikan antara lain rasa bosan, mudah tersinggung, sinisme, perasaan tidak menolong, ratapan yang tiada henti, tidak dapat dikontrol, suka marah, gelisah, tidak peduli terhadap tujuan, tidak peduli dengan peserta didik lain, merasa tidak memiliki apa-apa untuk diberikan, sia-sia, putus asa, sedih, tertekan, dan tidak berdaya.
- c. Kelelahan mental, yaitu suatu kondisi kelelahan pada individu yang berhubungan dengan rendahnya penghargaan diri dan depersonalisasi. Kelelahan mental dicirikan antara lain merasa tidak berharga, rasa benci, rasa gagal, tidak peka, sinis, kurang bersimpati dengan orang lain, mempunyai sikap negatif terhadap orang lain, cenderung masa bodoh dengan dirinya, pekerjaannya dan kehidupannya, acuh tak acuh, pilih kasih, selalu menyalahkan, kurang bertoleransi terhadap orang yang ditolong, ketidakpuasan terhadap pekerjaan,

konsep diri yang rendah, merasa tidak cakap, merasa tidak kompeten, dan tidak puas dengan jalan hidup.

2. Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar

Adapun faktor-faktor yang menyebabkan kejenuhan belajar adalah sebagai berikut:⁷

- a. Cara atau metode belajar yang tidak bervariasi.
- b. Belajar hanya di tempat tertentu.
- c. Suasana belajar yang tidak berubah-ubah.
- d. Kurang aktivitas rekreasi atau hiburan.
- e. Adanya ketegangan mental kuat dan berlarut-larut pada saat belajar.

Berikut ini beberapa faktor penyebab kejenuhan belajar :

- a. Kesibukan monoton.

Kemonotonan sering kali merupakan salah satu sebab kebosanan. Melakukan hal yang sama secara berulang-ulang tanpa beberapa perubahan juga dapat membuat jenuh.⁸ Sebab paling umum di balik timbulnya rasa jenuh adalah kesibukan yang monoton. Seseorang yang mengerjakan sesuatu berulang, dengan proses yang sama, suasana yang sama, hasil yang sama, dalam kurun waktu yang lama.

⁷Thursen Hakim, *Belajar Secara Efektif* (Jakarta: Puspa Swara, 2004), 63-65.

⁸Raymond J. Wlodkowski dan Judith H. Jaynes, *Motivasi Belajar* (Jakarta: Cerdas Pusaka, 2004), 127-130.

Misalnya seorang siswa yang diajar oleh gurunya dengan menggunakan metode yang tidak bervariasi, setiap pertemuan gurunya tersebut menggunakan metode ceramah, mencatat, merangkum, dalam menerangkan saja tanpa disela dengan metode yang lain maka hal tersebut juga bisa menimbulkan kejenuhan.

b. Prestasi mandeg.

Sebab selanjutnya yang kerap memicu kejenuhan adalah kemandegan prestasi. Siswa yang terus menerus belajar dengan giat secara konsisten tidak kenal lelah. Namun setelah sekian lama belajar tidak mengalami perubahan yang diharapkan. Maka kondisi seperti ini berpotensi melahirkan kejenuhan, bahkan rasa frustrasi.

c. Lemah minat.

Kejenuhan juga akan muncul ketika seseorang menekuni yang tidak diinginkan. Demikian pula dengan siswa yang sejak awal tidak menyukai atau tidak minat pada mata pelajaran tertentu ia akan selalu merasa jenuh dan bosan terhadap mata pelajaran tersebut.

d. Penolakan hati nurani.

Penyebab selanjutnya adalah tinggal atau berkecimpung di sebuah lingkungan yang tidak sesuai dengan hati nurani. Demikian pula dengan seorang siswa,

kalau tempat sekolahnya karena dipilih oleh orang tua tidak sesuai dengan kehendaknya maka ia akan merasa jenuh dan malas untuk belajar di sekolah.

e. Kegagalan beruntun.

Penyebab lain kejenuhan adalah kegagalan yang beruntun. Seseorang siswa yang pernah mengalami kegagalan dalam meraih prestasi di sekolah padahal ia telah belajar dan berusaha tetapi tetap gagal. Maka siswa tersebut pasti akan mengalami kejenuhan dalam belajar.

f. Penghargaan nihil.

Sebab lain yang memicu kejenuhan adalah penghargaan kecil terhadap prestasi dan pengorbanan yang telah dilakukan. Di dunia belajar, betapa banyak kita saksikan pelajar-pelajar yang kecewa terhadap guru atau lembaga penyelenggara pendidikan.

g. Ketegangan panjang.

Sebab selanjutnya yang menimbulkan kejenuhan adalah ketegangan yang berkepanjangan, ketegangan dalam hidup kadang perlu, setidaknya agar hidup ini tidak terasa datar atau monoton. Tetapi ketegangan yang terus menerus bisa menimbulkan kejenuhan besar.

h. Perlakuan buruk.

Sebab lain yang kerap kali menimbulkan kejenuhan adalah perlakuan buruk. Hal tersebut juga bisa terjadi pada siswa yang mendapat perlakuan buruk dari gurunya pada salah satu bidang studi, tentunya siswa tersebut akan merasa jenuh, bosan, dan malas terhadap mata pelajaran itu.

Selain itu banyak yang melatar belakangi timbulnya kejenuhan, sebab-sebab itu berasal dari diri sendiri, dari kesibukan yang ditekuni, dari lingkungan pergaulan, suasana hidup masyarakat, alam sekitar bahkan dari pemikiran yang dianut.

Kejenuhan juga dapat terjadi karena proses belajar siswa telah sampai pada batas kemampuan jasmaniahnya, karena bosan dan kelelahan. Namun, penyebab kejenuhan yang paling umum adalah keletihan yang melanda siswa. Karena keletihan dapat menjadi penyebab munculnya perasaan bosan pada siswa yang bersangkutan.

3. Indikasi dan Gejala-Gejala Kejenuhan Belajar.

Kejenuhan belajar juga mempunyai tanda-tanda atau gejala-gejala yang sering dialami yaitu timbulnya rasa enggan, malas, lesu dan tidak bergairah untuk belajar.⁹

⁹Thursan Hakim, *Belajar Secara Efektif.*, 62.

Kecenderungan dan indikator yang dialami siswa ketika mengalami kejenuhan belajar antara lain:¹⁰

- a. Kurang peduli terhadap materi yang harus dipahaminya;
- b. Sulit mengambil keputusan dalam menghadapi pelajaran yang sukar dimengerti.
- c. Mengambil jalan pintas dalam mengerjakan soal-soal/ulangan.
- d. Kurang inisiatif dan kreatif dalam memanfaatkan waktu luang.
- e. Mudah merasa bosan sehingga timbul keengganan dalam mengikuti pelajaran;
- f. Sulit memusatkan perhatian pada pelajaran apalagi jika materinya kurang menarik dan penjelasannya bertele-tele.
- g. Kurang motivasi dalam mengerjakan tugas.

Sedangkan menurut Armand T. Fabella, tanda-tanda kejenuhan pribadi dapat dibedakan menjadi dua yaitu secara fisik dan secara psikologis dan perilaku:

- 1) Secara fisik :
 - Letih.
 - Merasa badan semakin lemah.
 - Gangguan pencernaan.
 - Suka tidur.
 - Nafas pendek.
 - Berat badan naik dan turun.

¹⁰Firmansyah, "Efektivitas Teknik Self Instruction Untuk Mereduksi Gejala Kejenuhan Belajar Siswa", 2012, <http://www.repository.upi.id>, PDF diakses 04 Februari 2016.

- 2) Secara psikologis dan perilaku :
- Kerja makin keras tetapi prestasi menurun.
 - Merasa bosan dan merasa bingung.
 - Semangat rendah.
 - Merasa tidak nyaman.
 - Mempunyai perasaan sia-sia.
 - Sukar membuat keputusan.¹¹

Dari indikasi dan gejala-gejala kejenuhan tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa kejenuhan itu muncul dari dalam diri orang itu sendiri dengan pengaruh faktor dari luar seperti lingkungan sekitar.

2. Identifikasi

1. Pengertian Identifikasi

Secara harfiah identifikasi adalah menemukan atau menemukannya. Secara sederhana identifikasi adalah proses menemukan gejala kebutuhan khusus dari orang lain yang dekat dengan anak.¹² Lebih lengkapnya identifikasi dimaksudkan sebagai suatu usaha seseorang (orang tua, guru maupun tenaga kependidikan lainnya) untuk mengetahui apakah seorang anak mengalami gangguan (fisik, intelektual, sosial, emosional atau tingkah laku) dalam pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia.

¹¹Armand T. Fabella, *Anda Sanggup Mengatasi Stres.*, 115.

¹²Sunardi, *Ortopedagogik Anak Tunalaras I*, (Jakarta : Depdiknas Dikti,1996), 4.

Sumber informasi dalam proses identifikasi ini adalah guru kelas (di ruang kelas) dan orang tua anak (di lingkungan rumah). Apabila proses identifikasi telah selesai dilakukan, kondisi anak dapat diketahui, apakah anak mengalami kejenuhan (perilaku anak sesuai dengan indikasi kejenuhan belajar)

Identifikasi sangat penting dilakukan oleh guru di sekolah, untuk menemukan enali keberadaan anak dengan masalah belajarnya, identifikasi juga menjadi kunci keberhasilan proses pendidikan anak. Dalam program pendidikan, kegiatan identifikasi anak dengan kebutuhan khusus memiliki lima fungsi, yaitu¹³ :

- a. Penjaringan (*screening*), yaitu menandai gejala anak dengan gangguan belajar di lingkungan kelas atau sekolah.
- b. Penglihatan (*referral*), yaitu menetapkan apakah anak cukup ditangani oleh guru di sekolah saja atau perlu melibatkan ahli yang berkompeten.
- c. Klasifikasi, yaitu kegiatan memilah-milah mana anak dengan kejenuhan belajar yang memerlukan penanganan lebih lanjut dan mana yang langsung dapat ditangani di kelas reguler.

¹³Ibid., 4.

- d. Perencanaan pembelajaran, yaitu penyusunan program pembelajaran yang bisa mengendalikan kejenuhan belajar anak di dalam kelas.
- e. Pemantauan kemajuan belajar, untuk mengetahui keberhasilan program dalam kurun waktu tertentu, serta peninjauan atas kegagalan program pembelajaran serta beberapa aspek yang berkaitan, seperti diagnosis yang tidak tepat atau pelaksanaan program yang perlu diperbaiki.

2. Prosedur Identifikasi

Identifikasi anak dengan kejenuhan belajar di sekolah idealnya dilakukan setelah anak memunculkan indikasi dari kejenuhan belajar. Hal ini dilakukan agar segera ditemukan karakteristik anak dan metode pembelajaran di kelas yang tepat, sehingga akan dapat mengatasi hambatan belajar dan memaksimalkan potensinya.¹⁴

Langkah-langkah identifikasi dimulai dari pengumpulan data anak hingga memutuskan bahwa anak termasuk anak dengan gangguan belajar, sehingga perencanaan penanganan dari pihak-pihak yang berhubungan dengan langkah-langkah ini hendaknya berperan secara optimal, khususnya guru kelas sebagai pihak memegang kunci dalam proses

¹⁴Aini Muhabbati, "Identifikasi Anak dengan Gangguan Emosi dan Perilaku Sekolah Dasar", www.depdiknas.go.id/jurnal/32/.htm, diakses 12 April 2015.

identifikasi. Sedangkan kepala sekolah berperan sebagai koordinator program, dan orang tua sebagai informan dan pendukung utama.

Langkah-langkah identifikasi ini adalah¹⁵ :

- a. Menghimpun data kondisi seluruh siswa di kelas (berdasarkan gejala yang nampak pada siswa)
- b. Menganalisis data dan mengklasifikasi anak untuk menemukan anak yang tergolong anak dengan gangguan kejenuhan belajar dan mencatat temuan berdasarkan indikasi yang dimunculkan.
- c. Mengadakan pertemuan konsultasi dengan kepala sekolah untuk saran-saran penyelesaian dan tindak lanjut.
- d. Menyelenggarakan pertemuan kasus (*case conference*) mengenai temuan identifikasi untuk mendapat tanggapan mengenai langkah-langkah penanganan setelah ini. Pertemuan ini dikoordinasi oleh kepala sekolah dan melibatkan guru kelas, dan orang tua siswa.
- e. Menyusun laporan hasil pertemuan kasus secara lengkap dengan perencanaan program untuk anak yang teridentifikasi.

¹⁵Aini Muhabbati, "Identifikasi Anak dengan Gangguan Emosional dan Perilaku", Jurnal Pendidikan Khusus, Vol 2, No 2, November 2006.

3. Anak Usia Dini

1. Pengertian Anak Usia Dini

Anak adalah manusia kecil yang memiliki potensi yang masih harus dikembangkan. Anak memiliki karakteristik tertentu yang khas dan tidak sama dengan orang dewasa, mereka selalu aktif, dinamis, antusias dan ingin tahu terhadap apa yang dilihat, didengar dan dirasakan. Mereka seolah-olah tak pernah berhenti untuk bereksplorasi dan bersifat belajar. Anak bersifat agrosentris, memiliki rasa ingin tahu secara ilmiah, sebagai makhluk sosial, unik, kaya dengan fantasi, memiliki daya perhatian yang pendek, dan merupakan masa yang paling potensi untuk belajar.

Anak usia dini adalah sosok individu yang sedang menjalani suatu proses perkembangan dengan pesat dan fundamental bagi kehidupan yang berada pada rentang usia 0-8 tahun. Pada masa ini proses pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai aspek sedang mengalami masa yang cepat dalam rentang perkembangan hidup manusia.¹⁶

Anak usia dini adalah anak yang berusia 0 tahun atau sejak lahir sampai berusia kurang lebih 8 tahun. Anak usia dini adalah individu yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang pesat bahkan dikatakan sebagai lompatan perkembangan karena itu usia dini disebut sebagai *golden age* (usia emas) yaitu usia yang berharga dibanding usia selanjutnya. Usia tersebut merupakan fase kehidupan yang unik

¹⁶Yuliani Nurani, *Mencerdaskan Perilaku Anak Usia Dini Panduan Bagi Orang Tua Dalam Membina Perilaku Anak Usia Dini* (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2005), 6.

karena memiliki karakteristik yang khas, baik secara psikis, fisik, sosial dan moral.

Anak pada usia dini memiliki kemampuan belajar luar biasa khususnya pada masa awal kanak-kanak. Keinginan anak untuk belajar menjadikan anak bersifat aktif dan eksploratif. Anak belajar dengan seluruh panca inderanya untuk memahami sesuatu dan dalam waktu singkat anak beralih ke hal-hal lain untuk dipelajari. Lingkungan yang terkadang menjadi penghambat dalam mengembangkan kemampuan belajar anak dan seringkali lingkungan mematikan anak untuk bereksplorasi.

Hurlock membagi masa kanak-kanak dalam dua periode yang berbeda, yaitu:¹⁷ awal dan akhir masa kanak-kanak. Yang termasuk dalam periode awal adalah dari usia 2 tahun sampai 6 tahun, sedangkan periode akhir berkisar antara 6 tahun sampai sekitar 12-13 tahun. Dengan demikian, masa kanak-kanak dimulai pada masa akhir bayi, dimana masa ketergantungan penuh pada orang dewasa mulai beralih secara bertahap kepada tumbuhnya kemandirian.

Hurlock juga membagi rentang masa anak usia dini berdasarkan pada perkembangan motorik halus, motorik kasar, sosial, dan kognitif serta terhadap perkembangan perilaku bermain dan minat permainan.¹⁸

¹⁷Wantah Maria J, *Pengembangan Disiplin dan Pembentukan Moral Pada Anak Usia Dini* (Jakarta: Depdiknas,2005). 17.

¹⁸Ibid,.7

2. Karakteristik Anak Usia Dini

Elisabeth B. Hurlock menyatakan bahwa usia pra sekolah disebut juga masa kanak-kanak dini yaitu anak yang usia 2-6 tahun.¹⁹ Adapun karakternya adalah: Pertama, mempelajari sikap gerak anak, mulai berguling, merangkak, duduk, berdiri, dan berjalan. Kedua, mempelajari ketrampilan menggunakan panca indera, seperti melihat, meraba, mendengar, mencium dan mengecap dengan memasukkan setiap benda ke mulut. Ketiga, mempelajari komunikasi sosial. Seorang anak yang telah lahir sudah siap melakukan kontak sosial dengan lingkungannya.

Kartono mendeskripsikan karakteristik usia dini sebagai berikut:²⁰

a. Bersifat Egosentris Naif

Anak memandang dunia luar dengan pemikirannya sendiri, sesuai dengan pengetahuan dan pemahamannya sendiri, dibatasi oleh perasaan dan pikirannya yang masih sempit, maka anak belum mampu memahami arti sebenarnya dari suatu peristiwa dan belum mampu menempatkan diri ke dalam kehidupan lain.

b. Relasi Sosial yang Primitif

Relasi sosial yang primitif merupakan akibat dari sifat egosentris naif, ciri ini ditandai oleh kehidupan anak yang belum dapat memisahkan antara dirinya dengan keadaan lingkungan sosialnya. Anak pada masa ini hanya memiliki minat terhadap

¹⁹Elisabeth B. Hurlock, *Perkembangan Anak 11* (Jakarta: Erlangga,2003), 38.

²⁰Kartono, *Psikologi Anak (Psikologi Perkembangan)* (Bandung: Mandar Maju, 1995), 109-112.

benda-benda atau peristiwa yang sesuai dengan daya fantasinya. Anak mulai membangun dunianya dengan khayalannya sendiri.

c. Kesatuan Jasmani-Rohani yang Hampir Tidak Terpisahkan

Anak belum dapat membedakan antara dunia lahiriah dan batiniah. Isi lahiriah dan batiniah masih merupakan kesatuan yang utuh. Penghayatan anak terhadap sesuatu dikeluarkan atau diekspresikan secara bebas, spontan dan jujur, baik dalam mimik, tingkah laku maupun pura-pura, anak mengekspresikan secara terbuka, karena itu janganlah mengajari atau membiasakan anak untuk tidak jujur.

d. Sikap Hidup yang Fisiognomis

Anak bersikap fisiognomis terhadap dunianya, artinya secara langsung anak memberikan atribut atau sifat lahiriah atau sifat kongkrit, nyata terhadap apa yang dihayati, kondisi ini disebabkan karena pemahaman anak terhadap apa yang dihadapinya masih bersifat menyatu (totaliter) antara jasmani dan rohani. Anak belum dapat membedakan antara benda hidup dan benda mati. Segala sesuatu yang ada di sekitarnya dianggap memiliki jiwa yang merupakan makhluk hidup yang memiliki jasmani dan rohani, seperti dirinya sendiri.

3. Hal-hal yang Perlu Diperhatikan dalam Perkembangan Anak Usia Dini

Hal-hal yang perlu diperhatikan orang tua dan orang dewasa dalam perkembangan anak usia dini diantaranya:²¹

- a. Memberikan kesempatan dan menunjukkan permainan serta alat permainan tertentu yang dapat memicu munculnya masa peka atau menumbuhkembangkan potensi yang sudah memasuki masa peka.
- b. Memahami bahwa anak masih berada pada masa egosentris yang ditandai dengan seolah-olah yang paling benar, keinginannya harus selalu dituruti dan sikap mau menang sendiri, dan sikap orang tua dalam menghadapi masa egosentris pada anak usia dini dengan memberi pengertian secara bertahap pada anak agar dapat menjadi makhluk sosial yang baik.
- c. Pada masa ini, proses peniruan anak terhadap segala sesuatu yang ada di sekitarnya tampak semakin meningkat. Peniruan ini tidak saja pada perilaku yang ditunjukkan oleh orang-orang di sekitarnya tetapi juga terhadap tokoh-tokoh khayal yang sering ditampilkan di televisi. Pada saat ini orang tua atau guru haruslah dapat menjadi tokoh panutan bagi anak dalam berperilaku.

²¹Sujiono, *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini* (Jakarta: Indeks, 2009), 7-8.

- d. Masa berkelompok untuk biarkan anak bermain di luar rumah bersama temannya, jangan terlalu membatasi anak dalam pergaulan sehingga anak kelak akan dapat bersosialisasi dan beradaptasi sesuai dengan perilaku dengan lingkungan sosialnya.
- e. Memahami pentingnya eksplorasi bagi anak. Biarkan anak memanfaatkan benda-benda yang ada di sekitarnya dan biarkan anak melakukan *trail and error*, karena memang anak adalah penjelajah yang ulung.
- f. Disarankan agar tidak boleh selalu memarahi anak saat ia membangkang karena bagaimanapun juga ini merupakan suatu masa yang akan dilalui oleh setiap anak.

4. Pendidikan Untuk Anak Usia Dini

Pendidikan PAUD diselenggarakan sebelum jenjang pendidikan dasar. PAUD dapat dilaksanakan melalui jalur pendidikan formal, nonformal dan informal. PAUD pada jalur pendidikan formal berbentuk Taman Kanak-Kanak (TK), Raudlatul athfal (RA), atau bentuk lain yang sederajat. PAUD pada jalur pendidikan nonformal berbentuk Kelompok Bermain (KB), Taman Penitipan Anak (TPA), atau bentuk lain yang sederajat. PAUD pada jalur pendidikan informal berbentuk pendidikan keluarga atau pendidikan yang diselenggarakan oleh lingkungan.

D. Kejenuhan Belajar Pada Anak Usia Dini

Naluri seorang anak usia dini adalah bermain, senang dan bahagia, walaupun dia berada di sekolah naluri bermainnya tetap ada, menggoda temannya untuk diajak bermain bersama atau bermain sendiri dengan sesuatu yang ada pada dirinya.

Dalam satu hari anak berada di sekolah hanya beberapa jam saja anak bisa diam konsentrasi dan mengerjakan tugasnya, tak jarang itu pun dengan beberapa rayuan, imbalan, dan hadiah kecil jika anak mampu mengerjakan tugasnya dengan baik. Jika dalam sehari metode pembelajaran hanya monoton baca tulis, dan berhitung siang harinya anak sudah mogok tidak tertarik lagi untuk belajar. Dan jika kebanyakan bermain, yang menyebabkan keletihan pada anak tersebut, kegiatan belajar pun juga tidak berjalan secara efektif. Jadi di sini kemampuan guru juga diperhitungkan dalam menumbuhkan semangat belajar anak di dalam kelas, guru harus mengetahui bagaimana anak yang mulai mengalami kejenuhan belajar dalam kegiatan belajarnya, sehingga guru bisa mengantisipasi gejala itu, bisa dengan rileksasi bermain sebentar, atau mengubah metode belajarnya, jika terlihat mood anak kembali baik kegiatan belajar bisa dilanjutkan lagi.

Selain dari siswa itu sendiri, kejenuhan belajar juga dapat diminimalkan dari kemampuan guru itu sendiri, guru bisa memahami keadaan dimana seorang anak mengalami kejenuhan dan harus segera

dimotivasi lagi agar mood belajarnya kembali lagi, atau memahami seorang siswa yang memang mengalami kesulitan dalam belajar (kognitif,bahasa) dan ini harus ditangani secara khusus dan dalam jangka waktu yang panjang.

Persoalannya adalah sulit untuk mengetahui berapa lama suatu kejenuhan akan hilang dengan sendirinya. Karena itu, selama anak dihindari kejenuhan dalam belajar, jalan pertama untuk mengatasinya adalah dengan cara memaksakan diri untuk belajar. Kejenuhan akan hilang dengan lebih cepat bila seorang siswa dan guru menemukan motif-motif baru dalam belajar.

E. Upaya Penanganan Kejenuhan Belajar

Sebelum Berbicara mengenai upaya mengatasi kejenuhan belajar pada anak, terlebih dahulu harus mengetahui faktor-faktor yang menjadi penyebab dari kejenuhan belajar itu. Apakah dari kelelahan fisik atau kejenuhan belajar pada anak disebabkan karena metode pengajaran yang monoton. Terdapat beberapa cara menetasai kelelahan fisik yang menyebabkan kejenuhan belajar :

1. Melakukan istirahat yang cukup dan mengkonsumsi makan dan minuman yang bergizi dengan takaran yang cukup.
2. Pengubahan atau penjadwalan ulang kembali jam-jam dan hari belajar yang dianggap lebih memungkinkan siswa belajar lebih giat.

3. Perubahan atau penataan kembali lingkungan belajar siswa meliputi perubahan posisi meja tulis, lemari, rak buku, alat-alat perlengkapan belajar dan sebagainya. Sampai memungkinkan siswa berada di sebuah kamar baru yang lebih memungkinkan untuk belajar.
4. Memberikan motivasi dan stimulus baru agar siswa merasa terdorong untuk belajar lebih giat dari sebelumnya.
5. Siswa harus mempunyai niat nyata (tidak menyerah atau tinggal diam) dengan cara mencoba belajar dan belajar lagi. 22

Penanganan lain yang dapat dilakukan adalah dengan menumbuhkan motivasi. Pujian dari guru merupakan salah satu yang dapat menumbuhkan motivasi yang berpengaruh bagi siswa, Hal ini menunjukkan adanya perhatian dan penghargaan dari guru, dan siswa sering kali haus akan pujian dan akan merasa senang apabila mendapatkan pujian dari gurunya.²³

Sehingga, dari pada memberikan perhatian kepada siswa ketika tidak mau belajar dengan marah-marah atau berkomentar yang merendahkan siswa, akan lebih efektif perhatian dari guru diarahkan pada suatu hal positif yang dapat

²²Muhibbin Syah, Psikologi Pendidikan : Suatu Pendekatan Baru., 69

²³ Wawancara dengan Rina Hidayati, Kepala sekolah PAUD Insan Mulia, 28 februari 2016

menumbuhkan rasa percaya diri dan kemauan untuk belajar
lagi.²⁴

²⁴ Berdasarkan Observasi, di PAUD Insan Mulia Kandat, 28 Februari 2016