

Gambaran *Burnout* Belajar Siswa Kelas VI Yang Menempuh Pendidikan Sekolah Dasar Plus Madrasah Diniyah Di Desa Pandanan

Vivin Shofi Amalia¹, Prianggi Amelasasih²

^{1,2}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gresik
Email : vivinshofi_190701@umg.ac.id¹, prianggi_amelasasih@umg.ac.id²

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *burnout* belajar pada siswa yang menempuh sekolah dasar plus madrasah diniyah. Tipe penelitian yang digunakan yaitu menggunakan penelitian kualitatif deskriptif dengan menggunakan strategi *study-case*. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan menggunakan dua subjek yang memiliki kriteria yaitu siswa yang menempuh sekolah dasar plus madrasah diniyah kelas VI, Berusia 11 – 12 tahun, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan bersedia menjadi subjek penelitian Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dengan metode wawancara semiterstruktur dan observasi dengan metode observasi partisipatif. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah model Miles dan Huberman sebagai berikut: 1) *reduksi data* (data reduksi) 2) *display data* (penyajian data) 3) *conclusion drawing/verification* (penarikan kesimpulan). Kredibilitas data yang digunakan yaitu triangulasi sumber, triangulasi teknik dan trigulasi waktu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perilaku *burnout* belajar dalam kondisi kelelahan emosional dengan indikasi lelah, lesuh, mudah marah, putus asa, tertekan dan adanya tuntutan dari orang sekitar. Sinisme yang menunjukkan bahwa subjek selalu mengindar dari tugas bahkan melewatkan pelajaran atau tidak menghadiri kelas. Mengalami penurunan pencapaian pribadi bahwa subjek mengalami penurunan prestasi, kurang adanya percaya diri dan rasa ketidak puasan terhadap dirinya. Implementasi hasil penelitian ini adalah sebagai bahan masukan mengenai gambaran dalam proses pembelajaran yang terjadi sehingga guru mampu memberikan solusi terbaik dalam mengatasi proses *burnout* belajar pada siswa yang menempuh sekolah dasar plus madrasah diniyah.

Kata Kunci: *Burnout Belajar, Siswa, Sekolah Dasar, Madrasah Diniyah*

Abstract

This study aims to determine the description of learning burnout in students who take elementary school plus madrasah diniyah. The type of research used is descriptive qualitative research using a case-study strategy. The technique used in this study is probability sampling using two subjects who have criteria, namely students who take elementary school plus madrasah diniyah class VI, aged 11-12 years, male and female are willing to be research subjects. in this research is interview with semi-structured interview method and observation with participatory observation method. The analytical technique used in this study is the Miles and Huberman model as follows: 1) data reduction) 2) data display 3) conclusion drawing/verification. The credibility of the data used are source triangulation, technical triangulation and time triangulation. The results of this study indicate that there is learning burnout behavior in conditions of emotional exhaustion with indications of being tired, lethargic, irritable, hopeless, depressed and demands from people around. Cynicism which shows that the subject always avoids assignments even skips lessons or does not attend class. Experienced a decrease in personal achievement that the subject experienced a decrease in achievement, lack of self-confidence and a sense of dissatisfaction with himself. The implementation of the results of this study is as input for the description of the learning process that occurs so that teachers are able to provide the best solution in overcoming the learning burnout process for students who take elementary school plus madrasah diniyah.

Keywords: *Burnout Learning, Students, Primary School, Madrasah Diniyah*

PENDAHULUAN

Manusia tidak bisa lepas dari kata belajar. Belajar merupakan bagian dari manusia karena hal tersebut berlangsung seumur hidup. Manusia belajar tidak hanya dengan dirinya sendiri melainkan belajar dengan orang lain, lingkungan dan dengan kondisi yang ada dilingkungan sekitarnya juga. Orang tua mempunyai peran utama dalam seseorang memperoleh pendidikan setelah itu barulah lingkungan tambahan dalam proses belajar pada manusia. Proses belajar juga ditempuh manusia di dalam lingkungan sekolah atau pendidikan. Pendidikan berdasarkan Undang-Undang No 20 Tahun 2003 adalah upaya dan perencanaan untuk

menciptakan lingkungan belajar dan proses belajar dengan mendorong peserta didik terlibat aktif dalam pengembangan potensi dirinya yang berjiwa keagamaan, pengendalian diri, berkepribadian, akhlak yang luhur, kecerdasan dan keterampilan yang berguna bagi diri sendiri, bangsa dan negara serta masyarakat. Pendidikan nasional mempunyai fungsi mengembangkan keterampilan dalam rangka membentuk pribadi dan peradaban yang berharga didalamnya serta mengembangkan potensi siswa untuk menjadi manusia bertaqwa dan beriman kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak yang mulia, berilmu, mandiri, demokratis, kreatif dan inovatif serta menjadi warga negara yang bertanggung jawab.

Pendidikan pada dasarnya merupakan usaha sadar yang dilakukan untuk menumbuhkembangkan potensi yang menjadi sumber daya manusia pada peserta didik dengan cara mendorong dan memberikan fasilitas dalam kegiatan belajar yang mereka lakukan. Pendidikan merupakan hal utama yang dibutuhkan oleh individu. Hal tersebut dapat dilihat dari tujuan pendidikan yaitu memanusiakan manusia serta menjadikan manusia sebagai pribadi sepenuhnya bertanggung jawab terhadap keputusan-keputusan yang telah diambilnya. Pendidikan yang ditempuh oleh individu didalamnya terdapat proses pembelajaran yang memiliki tujuan. Peserta didik adalah sasaran utama subyek pendidikan, dalam praktiknya peserta didik berkedudukan sebagai subyek sekaligus obyek pendidikan. Peserta didik sebagai subyek artinya harus ditempatkan sebagai individu yang memiliki hak sebagai pribadi atau manusia yang utuh. Peserta didik sebagai obyek artinya harus berbuat sesuai kewajibannya untuk mencapai perkembangan yang optimal yang menyangkut aspek kognitif, afektif dan psikomotornya (Syah, 2015)

Dalam dunia pendidikan dikenal adanya jalur pendidikan formal (sekolah), nonformal (masyarakat/ luar sekolah), dan informal (keluarga). Ketiga jalur ini oleh Ki Hadjar Dewantara disebut dengan Tri pusat pendidikan, karena ketiganya memberikan andil yang besar bagi proses pengembangan manusia untuk mencapai kesempurnaan dalam berbagai dimensi. Sekolah yang merupakan jalur formal dalam sistem pendidikan mempunyai andil yang sangat besar untuk memberikan kontribusi demi tercapainya tujuan pendidikan nasional. Karena kurikulum-kurikulum yang digunakan didesain sedemikian rupa dengan berbagai percobaan-percobaan atau penelitian-penelitian khusus untuk merumuskannya. Berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor. 66 Tahun 2010 Republik Indonesia. Sekolah Dasar menjadi salah satu lembaga pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan umum pada jenjang pendidikan dasar. Sebagai lembaga pendidikan formal, sekolah yang lahir dan tumbuh secara efisien dan efektif untuk masyarakat merupakan perangkat yang berkewajiban dalam pelayanan pendidikan warganya. Sekolah beroperasi dalam tatanan formal, hierarkis dan kronologis sesuai dengan falsafah dan tujuan pendidikan nasional. Purwoko(2001).

Akan tetapi dalam proses pendidikan yang diterapkan diluar sekolah (nonformal) juga memiliki pengaruh yang sangat penting untuk mencerdaskan kehidupan bangsa, yang mana program yang dicanangkan tidak terlepas dari pengembangan bakat dan minat setiap individu. Dalam PP 73, Pasal 22 ayat 3 disebutkan bahwa madrasah diniyah adalah kelompok pendidikan keagamaan jalur luar sekolah yang dilembagakan bertujuan untuk persiapan standar untuk siswa menguasai pengetahuan agama Islam, Pendidikan agama di madrasah diniyah tergolong pendidikan agama tertutup dengan pengetahuan umum, sehingga model pendidikan ini disebut dengan "sekolah agama atau sekolah diniyah" (Yusuf, 2006: 277). Madrasah Diniyah menjadi salah satu pendidikan keagamaan yang memberikan pendidikan umum dan tetap mempertahankan ciri khas sebagai lembaga pendidikan Islam. Materi yang diberikan diantaranya: pelajaran al-Quran, Hadits, Fiqh, Akhlak, sejarah Islam, dan bahasa Arab dengan menggunakan pendekatan klasikal.

Di dalam proses belajar di lingkungan sekolah siswa tidak bisa lepas dari permasalahan yang ada dalam lingkungan sekolah yang sering terjadi pada siswa, salah satunya adalah *burnout* belajar. Menurut Maslach dan Jackson, *burnout* sebagai sindrom kelelahan emosional, sinisme atau depersonalisasi, dan *reduced personal accomplishment* (berkurangnya prestasi diri) atau menurunnya kinerja. Menurut Syah (2015) menyatakan bahwa *burnout* adalah suatu kondisi yang dialami peserta didik yang sedang dalam keadaan jenuh sistem akalnya tidak dapat bekerja sebagaimana yang diharapkan dalam memproses item-item informasi atau pengalaman baru, sehingga kemajuan belajarnya seakan-akan jalan ditempat. Menurut Thursan Hakim (2000) bahwa *burnout* belajar adalah suatu keadaan mental seseorang yang mengalami rasa bosan, kelelahan yang cukup parah menimbulkan rasa lesu, enggan dan tidak bersemangat dalam mengerjakan kegiatan belajar. Hal ini menyebabkan munculnya fenomena konsentrasi belajar berkurang, melanggar tata tertib, menyontek, malas mengerjakan tugas, membolos, bahkan tidak mau bersekolah. Menurut Neils (2006) *burnout* belajar dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap kinerja siswa dalam bentuk kebiasaan belajar yang buruk,

motivasi belajar yang rendah, dan kepercayaan diri yang rendah. Selain itu definisi burnout Menurut Pines & Aronson (1981) bahwa *burnout* merupakan suatu keadaan emosional pada seseorang yang merasa lelah secara mental dan fisik akibat tuntutan pekerjaan yang meningkat. Di sisi lain, menurut Cherniss (1980) menyatakan burnout sebagai perilaku dan perubahan sikap dalam bentuk psikologis reaksi menarik diri dari belajar.

Skovhot (dalam gumilar, 2013) mengemukakan bahwa kejenuhan belajar sebagai perubahan sikap dan perilaku belajar dalam kondisi menarik diri secara psikologis yang merupakan hasil dari sebuah reaksi terhadap harapan dan tujuan yang tidak realistic dalam melihat perubahan yang diinginkan dalam belajar, kegiatan yang mempunyai tuntutan interaksi behavioral yang relatif konstan dengan orang lain serta lingkungan belajar, dan tujuan jangka panjang yang sulit dicapai. Dari hasil penelitian Sujito et.al (2013) menemukan banyak siswa SD yang mengalami kejenuhan belajar karena waktu yang relatif cukup lama. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Khusumawati (2014) bahwa peneliti menemukan banyak siswa yang mengalami kejenuhan pada mata pelajaran yang berada di pertengahan waktu sekolah. Seperti halnya dalam penelitian rohman subjek mengalami kejenuhan belajar pada saat mengikuti jam akhir pelajaran. Sehingga membuat subjek tidak dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik.

Fenomena yang ditemukan dilapangan terdapat perilaku subjek yang menunjukkan *burnout* belajar seperti mengantuk, bahkan tertidur di dalam kelas, dan juga yang bersenda gurau dengan temannya, sehingga tidak dapat konsentrasi terhadap materi yang disampaikan oleh gurunya. Mengalami keletihan, kebosanan, kelelahan fisik, emosional, dan mental seseorang yang diakibatkan dari keterlibatan jangka panjang. Dimana kondisi emosional ketika seseorang merasa lelah dan jenuh secara mental ataupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan terkait dengan belajar yang meningkat (Pines dan Aronson, 1989).

Berdasarkan fenomena dilapangan, peneliti tertarik melakukan penelitian bagaimana gambaran *burnout* belajar siswa yang menempuh pendidikan sekolah dasar plus madrasah diniyah dengan aspek *burnout* belajar menurut Schaufeli (2002) yaitu : 1). *Emotional Exhaustion* (kelelahan emosional) 2). *Depersonalisasi* 3). *Low Personal Accomplishment* (penurunan pencapaian pribadi). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran *burnout* belajar siswa kelas VI yang menempuh pendidikan sekolah dasar plus madrasah diniyah di desa pandanan. Sehingga dapat memberi pengetahuan mengenai terjadinya gambaran *burnout* belajar, serta memberikan manfaat praktis sebagai bahan evaluasi diri dalam mengikuti proses pembelajaran bagi siswa sehingga guru mampu mengatasi dan memberikan solusi terbaik mengenai gambaran *burnout* belajar pada siswa yang menjalankan sekolah dasar dan madrasah diniyah.

METODE

Penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif dengan menggunakan strategi *study-case*. *Study-case* merupakan Sebuah model yang menekankan eksplorasi dari *bounded system* dalam suatu kasus dengan data terperinci secara mendalam yang melibatkan sumber-sumber beragam yang banyak akan konteks. (Hardiansyah, 2019). Kriteria subjek pada penelitian ini yaitu siswa yang menempuh sekolah dasar plus madrasah diniyah kelas VI, Berusia 11 – 12 tahun, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan bersedia menjadi subjek penelitian. Adapun subjek dalam penelitian ini terdiri dari 2 orang yaitu 1 perempuan dan 1 laki-laki dan dipilih secara *probability sampling*. *Probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel (Sugiyono, 2019).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dengan metode wawancara semiterstruktur dan observasi dengan metode observasi partisipatif. Teknik analisis data dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh (Huberman, 1984). Aktivitas dalam analisis yaitu *reduksi data* (data reduksi), *display data* (penyajian data) *conclusion drawing/verification* (penarikan kesimpulan). Pengujian kredibilitas data menggunakan uji triangulasi yaitu triangulasi sumber, triangulasi teknik dan trigulasi waktu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan kepada kedua subjek yang berinisial RF (12 tahun) berjenis kelamin laki-laki dan subjek TN (12 tahun) berjenis kalamain perempuan didapatkan gambaran *burnout* belajar siswa yang menempuh pendidikan dasar dan madrasah diniyah berdasarkan aspek *burnout* belajar menurut Maslach dan Leite (1997) sebagai berikut:

Tabel 1. Gambaran *Burnout* belajar siswa

| No. | Aspek <i>Burnout</i> belajar | Kutipan Wawancara | Kesimpulan |
|-----|---|---|---|
| 1 | Emotional Exhaustion (kelelahan emosi) | <p>“hmm... kalau ada tugas aku sering telat ngumpulin kadang ngerjakan disekolah menyontek teman. Lihat tugas-tugasnya aja sudah malas dan capek bacanya apalagi ngerjainnya. Belum lagi tugas di madrasah. Terkadang membuat aku merasa malas sekolah madrasah tapi ibuku selalu tuntutan aku biar tambah pintar agamanya. Ya itu.. kadang aku capek telat mengumpulkan tugas”. (RF.25.05.2022).</p> <p>“guruku itu... selalu memberi tugas banyak jadinya aku merasa capek mbak, seharian sekolah ditambah sekolah madrasah, mengaji, terus les sampai malam”. Hm... apalagi kalau diberi tugas secara bersamaan antara tugas SD sama Madrasah yang disuruh setor hafalan setiap minggunya yang membuat aku merasa putus asa dan mudah marah gak bisa menghafal dengan cepat dan sering kurang fokus” (TN.26.05.2022)</p> | <p>Subjek RF mengaku ia sering merasa capek mengerjakan tugas sekolah, subjek memilih menyontek tugas dari temannya dan sering kali telat untuk mengumpulkan tugas sekolahnya bahkan ia merasa tidak ingin masuk sekolah madrasah namun orang tuanya berharap subjek bisa belajar agama dengan lebih baik.</p> <p>Subjek TN merasa putus asa ketika ia mendapat tugas sekolah secara bersamaan. Terutama saat subjek mendapat tugas hafalan dari madrasah terkadang membuat subjek merasa mudah marah dan kurang fokus dengan hafalan disetiap minggunya. Subjek putus asa karena sering kesulitan dalam menghafal.</p> |
| 2 | Depersonalisasi | <p>“Kalau aku merasa capek itu biasanya aku sudah tidak mau belajar emm.. apalagi kalau disuruh buka buku. Kan besoknya aku bisa lihat tugas dari teman dan aku tinggal main”. Bahkan aku sering tidak mengikuti pelajaran di madrasah diniyah (RF. 25.06.2022).</p> <p>“yaa.. mungkin gak semua tugas aku kerjakan semuanya, biasanya kalau aku merasa kesal tugas sekolah biasanya dikerjakan sama ibu. Karena kalau aku merasa gak bisa ngerjain atau kesusahan aku suka marah-marah, jadi ibuku yang nerusin tugasnya dan kalau waktunya setor hafalan di madrasah aku tidak masuk karena belum hafal semuanya” (TN.26.05.2022).</p> | <p>Subjek RF bergantung pada temannya ketika subjek merasa capek bahkan subjek tidak ingin membuka bukunya sama sekali dan sering tidak mengikuti pelajaran di madrasah diniyah.</p> <p>Subjek TN mengandalkan orang tuanya ketika ia kesusahan dalam mengerjakan tugas yang membuatnya merasa mudah marah dan ketika subjek menyetorkan hafalan namun belum semua ia hafal subjek memutuskan tidak masuk madrasah diniyah.</p> |
| 3 | Low Personal Accomplishment (penurunan pencapaian pribadi) | <p>“saya sering mengantuk saat berada dikelas, bosan sama pelajarannya. Saya selalu melihat jam berharap cepat istirahat. Ee.. saat saya disuruh maju saya bingung kalau menjawab didepan karena pelajarannya susah masuk dan kurang paham kalau guru menjelaskan. Diajak obrol dan main sama teman dikelas. Terkadang saya lupa jika ada tugas yang harus dikumpulin. Habis sekolah dasar rasanya berat untuk berangkat ke madrasah, tidak semangat dan mengantuk dan sering tidur kalau sekolah masdrasah” (RF.25.05.2022)</p> | <p>Subjek RF ketika dikelas ia sering mengantuk dan tidak mendengarkan guru saat menjelaskan pelajaran. Subjek sering kali berbicara dengan teman sebangkunya yang membuatnya susah memahami pelajaran yang sudah dijelaskan dan sering tidak mengumpulkan tugas yang diberikan. Bahkan subjek RF tidak mengikuti pelajaran di madrasah karena ia berat hati dan sering tidur ketika sekolah madrasah.</p> |

“di kelas saya sering cerita-cerita sama teman saya dan kurang fokus sama guru yang menjelaskan hehe... Kalau disuruh mengerjakan dan saya tidak bisa, saya berfikir dan melamun hingga waktunya habis. Saat dipanggil guru dan disuruh mengerjakan kedepan saya merasa malu dan tidak yakin sama jawab yang saya kerjakan. Kalau waktunya setor hafalan di madrasah terkadang aku hafal dan kadang tidak, aku tidak masuk madrasah karena aku sering lupa dan sering mengulang-ulang hafalan. Kalau dianya aku sering diam, aku kurang percaya diri” (TN.26.05.2022)

Subjek TN sering melamun dan merenung ketika ia kesulitan mengerjakan soal yang diberikan oleh guru. merasa kurang percaya diri dengan jawabannya saat diminta untuk mengerjakan di depan kelas. Subjek TN memutuskan tidak masuk madrasah diniyah ketika ia belum usai menghafal semua hafalan yang seharusnya ia setorkan karena subjek TN merasa dirinya kurang dalam menghafal dan sering mengulang-ulang.

Fenomena yang muncul pada subjek RF ketika mengalami kelelahan emosional terlihat saat subjek merasa capek mendapatkan tugas banyak secara bersamaan yang membuat subjek sering tidak mengumpulkan tugas. Adanya tuntutan dari orang tua yang ingin subjek RF belajar ilmu agama membuat subjek terbebani akan hal itu. Depersonalisasi atau sikap sinisme pada subjek RF ketika subjek menghiraukan tugas yang telah diberikan serta enggan untuk membuka buku pelajaran bahkan subjek sering tidak mengikuti pelajaran di madrasah diniyah. Penurunan pencapaian pribadi pada subjek RF ketika ia mengikuti pelajaran subjek merasa ngantuk dan bosan, menanti istirahat akan tiba, sering tidak fokus saat guru menerangkan bahkan tidur disaat jam pelajaran dimulai. rasa lelah dan bosan yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, enggan, cemas serta tidak bersemangat melakukan aktivitas belajar (Maslach et.al 1981). Faktor yang menyebabkan siswa mengalami kejenuhan belajar yaitu: yang pertama, terlalu lama waktu untuk belajar tanpa atau kurang istirahat. Belajar secara rutin atau monoton tanpa variasi. Siswa yang mengikuti pembelajaran dalam waktu yang lama membuatnya merasa lelah dan jenuh (Syah, 1999).

Sedangkan fenomena pada subjek TN ketika mengalami kelelahan emosional terlihat saat subjek putus asa dan mudah marah ketika mendapat tugas secara bersamaan bahkan menimbulkan perasaan yang mudah tersinggung. Depersonalisasi atau sikap sinisme pada subjek TN ketika subjek merasa kesulitan saat mengerjakan tugas serta menghafal membuat subjek TN lebih sensitif, mudah marah, cemas jika tidak bisa menyelesaikan tugasnya dan memutuskan untuk tidak masuk sekolah pada hari itu juga. Penurunan pencapaian pribadi pada subjek TN ketika subjek berada dikelas ia tidak memahami pelajaran yang diberikan dan tidak bisa menjawab pertanyaan yang ada membuatnya kurang fokus dan sering melamun. Saat subjek diminta maju kedepan untuk menjawab pertanyaan, subjek tidak yakin dan kurang percaya diri dengan jawaban pertanyaan dan sering kali subjek hafalan bahkan sudah mengulang beberapa kali yang membuat subjek TN terlihat lesuh dan tidak semangat. Individu tidak pernah merasa puas dengan hasil yang didapatkan dan merasa tidak pernah melakukan sesuatu yang bermanfaat bagi dirinya maupun orang lain, bahkan menyebabkan rasa kurangnya percaya dalam diri (Pines et.al 1989). Siswa yang mengalami *burnout* akan melewatkan kelas (ketidakhadiran), tidak mengerjakan tugas dengan baik, dan mendapat hasil ujian yang buruk (Law, 2007).

Menurut YH guru SD dari kedua subjek RF dan TN menjelaskan bahwa subjek RF sering telat mengumpulkan tugas bahkan terkadang tidak mengumpulkan tugas sama sekali. Sedangkan pada subjek TN mengumpulkan tugas meskipun terlambat mengumpulkannya. Subjek RF sering menguap dan lesuh ketika pembelajaran berlangsung hingga mengganggu temannya saat pembelajaran berlangsung. Berbeda dengan RF, pada subjek TN ketika berada dikelas ia sering melamun dan berbicara dengan teman sebangkunya. Persamaan kedua subjek yaitu ketika berada di dalam kelas terlihat kurang fokus seperti letih, mudah marah, mudah tersinggung cemas saat menghadapi ujian atau pertanyaan dan sering melihat arah jarum jam untuk menanti waktu istirahat tiba. Cordes (dalam Law, 2007) menyatakan bahwa *burnout* pada individu berhubungan dengan kemunduran hubungan interpersonal, dan pengembangan perilaku negatif yang dapat merusak individu yang bersangkutan.

Sedangkan menurut MJ guru MD dari kedua subjek RF dan TN menjelaskan bahwa subjek RF sering tidur dikelas ketika guru menerangkan bahkan jarang sekali mengikuti pelajaran di madrasah. Pada subjek TN ia kurang fokus dan kesulitan dalam menghafalkan materi yang diberikan yang membuat subjek TN tidak masuk madrasah ketika ia belum bisa menghafalkan materi yang diberikan. Kedua subjek ketika di dalam kelas sering berbicara sendiri dan tidak mendengarkan materi yang diberikan. Terkadang mudah marah dan tersinggung dengan perkataan teman, sering juga tiba-tiba merasa kesal tanpa alasan. Hal ini disebabkan setiap hari sekolah mulai dari pagi hingga sore bahkan adanya tuntutan dari orang tuanya untuk mengikuti les tambahan yang membuat subjek merasa terbebani. Menurut Syah (1999) bahwa adanya konflik dalam lingkungan belajar anak baik itu konflik dengan guru atau teman. Hal ini menandakan seseorang yang mudah tersinggung sehingga menciptakan suasana seperti konflik. *Burnout* dapat terjadi diakibatkan dari adanya tuntutan, aturan dan tugas-tugas yang diembankan kepadanya. *Burnout* juga dapat diakibatkan oleh kegiatan yang sama setiap hari yang dilakukan oleh individu (Maslach et.al 1981)

Kelelahan bukanlah sesuatu yang dialami begitu saja melainkan, ia mendorong tindakan untuk menjauhkan diri secara emosional dan kognitif dari pekerjaannya, mungkin sebagai cara untuk mengatasi beban yang berlebihan. Sinisme (atau depersonalisasi) adalah upaya untuk membuat jarak antara diri sendiri dan berbagai aspek pekerjaan, dan itu adalah reaksi langsung terhadap kelelahan sehingga hubungan yang kuat dari kelelahan hingga sinisme ditemukan secara konsisten dalam penelitian burnout, di berbagai bidang. pengaturan organisasi dan pekerjaan (Maslach & Leiter, 2005). *Burnout* merupakan suatu kondisi kelelahan fisik, emosional, dan mental seseorang yang diakibatkan dari keterlibatan jangka panjang. Hal tersebut dapat disebabkan oleh tuntutan pekerjaan yang terus mengalami peningkatan. *Burnout* dapat terjadi diakibatkan dari adanya tuntutan, aturan dan tugas-tugas yang diembankan kepadanya. *Burnout* juga dapat diakibatkan oleh kegiatan yang sama setiap hari yang dilakukan oleh individu (Maslach, 1981) *Burnout* belajar mengacu pada perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas dan perasaan tidak kompeten sebagai siswa (Schaufeli et. al, 2002).

Burnout pasti akan dialami oleh setiap individu di sela-sela aktivitas yang sedang giat dilakukan. Hal tersebut sama dengan manusia yang berjalan terus menerus maka lama kelamaan orang tersebut akan merasa lelah dan membutuhkan beberapa waktu untuk beristirahat agar energi dalam tubuhnya terkumpul kembali. Proses belajar peserta didik untuk mencapai prestasi belajar maksimal yang dilakukan terus-menerus, serta adanya tekanan dari dalam diri dan lingkungannya terkadang membawa peserta didik pada batas kemampuan jasmaniahnya. Peristiwa demikian akan membuat peserta didik mengalami keletihan, kebosanan, dan *burnout*. Faktor penyebab *burnout* belajar yang paling dominan dirasakan siswa, dan ditemukan hasil bahwa secara kuantitas *workload* merupakan faktor penyebab *burnout* belajar yang paling dominan dirasakan oleh siswa dalam penelitian ini. *Workload* terjadi karena tugas-tugas akademik yang diberikan melebihi kapasitas kemampuan siswa itu sendiri. Hal ini dapat menyebabkan menurunnya kualitas belajar, hubungan yang tidak sehat di lingkungan akademik, menurunnya kreativitas siswa, dan pada akhirnya menyebabkan *burnout* belajar (Leiter & Maslach, 2000). *Burnout* yang dialami oleh peserta didik dapat menimbulkan beberapa akibat seperti memiliki prestasi rendah yang ditandai dengan menurunnya nilai prestasi dalam belajar, pasif dikelas, enggan untuk belajar, apatis, tidak mengerjakan PR karena merasa terbebani dengan tugas, tidak mampu, suasana hati mudah terganggu (mudah marah tanpa alasan yang jelas), mudah tersinggung, mudah cemas dan lain sebagainya. Selain itu terlihat peserta didik kurang motivasi dalam mengerjakan tugas, sering melamun, dan ada pula peserta didik yang menyendiri menjauhi lingkungan sosial. Apabila hal tersebut terjadi secara terus menerus, maka akan menghambat perkembangan yang seharusnya dicapai oleh peserta didik (Walburg, 2017)

Berdasarkan penjelasan hasil penelitian *burnout* belajar pada siswa yang menempuh pendidikan sekolah dasar plus madrasah diniyah terdapat perilaku *burnout* belajar ditandai dengan keletihan, rasa cemas, putus asa serta suasana hati yang mudah marah dan tersinggung. Kondisi emosional dan mental yang mengalami kelelahan yang sangat pada saat belajar, sehingga ia merasa lesuh dan sudah tidak dapat menampung materi atau informasi yang baru. Hal itu dapat disebabkan karena rentang waktu yang digunakan pada saat belajar relative cukup lama. Dikatakan sebagai *burnout* apabila perilaku tersebut dilakukan secara berulang dan menimbulkan rasa tidak nyaman pada seseorang yang mengalami *burnout*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kedua subjek yaitu RF dan TN terdapat perilaku *burnout* belajar dalam kondisi kelelahan emosional dengan indikasi lelah, lesuh, mudah marah, putus asa, tertekan dan adanya tuntutan dari orang sekitar. Depersonalisasi yang menunjukkan bahwa subjek selalu mengindar dari tugas bahkan melewatkan pelajaran atau tidak menghadiri kelas. Mengalami penurunan pencapaian pribadi bahwa subjek mengalami penurunan prestasi, kurang adanya percaya diri dan rasa ketidakpuasan terhadap dirinya. Apabila hal tersebut terjadi secara terus menerus, maka akan menghambat perkembangan yang seharusnya dicapai oleh peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Christina Maslach and Susan E Jackson, (1981). "The Measurement Of Experienced Burnout", *Journal Of Occupational Behaviour* 2 : 99–113. h. 1.
- Creswell, J. W. (2019). *Research Design*. Yogyakarta.
- Edelwich J, Brodsky A. (1980). *Burnout: Stages of disillusionment in the helping professions*. New York: Human Sciences Press.
- Edukasia: *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*. Vol. 11, No. 1, Februari 2016
- Gumilar, A. (2013). *Kejenuhan belajar pada siswa kelas 2 di sd it al- hidayah cibinong*.
- Haerullah, Elihami. (2020). *Dimensi Perkembangan Pendidikan Formal Dan Non Formal*, Education Department, Ihsan Gorontalo University & Muhammadiyah University of Enrekang, Indonesia). *Jurnal edukasi nonformal/E-ISSN:2715-2634*.
- Hamzah, A. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif*. Sampang.
- Hakim, Thursan. (2000). *Belajar Secara Efektif*. Jakarta : Pustaka Swara.
- Herdiansyah, H. (2019). *Metododologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu -Ilmu Sosial Perspektif Konvensional dan Kontemporer ED 2*.
- Maslach C, Schaufeli W B, Leiter M P.(2001). *Job Burnout*. *Annu. Rev. Psychol.* 52:397–422
- Maslach C, Leiter M P. (2008). *Early Predictors of Job Burnout and Engagement*. *Journal of Applied Psychology* Copyright 2008 by the American Psychological Association, Vol. 93, No. 3, 498–512
- Moleong, L.J. (2009). *Metode Penelitian Kualitatif*. Remaja Rosdakarya: Bandung
- Muhibbin Syah. (2015). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali Pers
- Salemba Humanika. (2004). *Jurnal Attarbiyah, Pendidikan Berbasis Masyarakat*, (Salatiga: Jurusan Tarbiyah & P3M STAIN Salatiga), h 184
- Schaufeli, W. B. (2002). *Burnout And Engagement In University Students : A Cross-National*
- Schaufeli W B, Bakker A B (2004). *Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: a multi-sample study*. *Journal of Organizational Behavior*. J. Organiz. Behav. 25, 293–315 (2004)
- Schaufeli W B, Qiao HU. (2009) *The factorial validity of the Maslsch Burnuot Inventory – Student Survei China*. *Psychological Reports*, 105, 394-408.
- Sugiono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiono. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung : Alfabeta.
- Vera Walburg. (2017) "Burnout Among High School Students : A Literature Review," <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2014.03.020>. h. 3.