

## Upaya Guru Bimbingan Konseling Disekolah Man 2 Deli Serdang Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa Dikelas

**Nur Azizah**

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan  
Email: [khalizanurfazar@gmail.com](mailto:khalizanurfazar@gmail.com)

**Khaliza Nur Fazar**

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan  
Email: [nurazizahaja238@gmail.com](mailto:nurazizahaja238@gmail.com)

**Fahmi Ramdhan Purba**

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan  
Email: [sayafahmipurba@gmail.com](mailto:sayafahmipurba@gmail.com)

**Dessy Fitasari**

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan  
Email: [dessyfitasari@gmail.com](mailto:dessyfitasari@gmail.com)

**Fauziah Nasution**

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan

**Abstract:** *This research aims to overcome student learning boredom in class at MAN 2 DELI SERDANG Students/I by using ice breaking. Class hours make students enthusiastic about participating in class learning again. This research method uses observation and interviews with all students /I at MAN 2 DELI SERDANG school. The technique used is qualitative techniques. The results of this study are (1) Students' ways of dealing with boredom during class hours are students excused from leaving the classroom to go to the canteen (2) Students' ways of dealing with boredom during class hours by excused to go to the toilet to smoke (3) Students' ways of dealing with boredom during class hours by how to play the game on the school field.*

**Keywords:** *Student Problems, Study Saturation, Ice Breaking.*

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi kejenuhan belajar siswa dikelas pada Siswa/I MAN 2 DELI SERDANG dengan menggunakan ice breaking. Kejenuhan belajar adalah keadaan seseorang ditandai dengan letih, tidak bersemangat, serta bosan dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar didalam kelas, dengan adanya ice breaking pada saat jam pelajaran membuat siswa dapat kembali bersemangat dalam mengikuti pembelajaran dikelas. Metode penelitian ini menggunakan metode observasi serta wawancara dengan dari seluruh siswa /I yang ada di sekolah MAN 2 DELI SERDANG. Teknik yang digunakan yaitu teknik kualitatif. Hasil dari penelitian ini adalah (1) Cara Siswa dalam mengatasi kejenuhan pada saat jam pelajaran berlangsung siswa tersebut permisi keluar kelas untuk pergi ke kantin (2) Cara siswa dalam mengatasi kejenuhan pada saat jam pelajaran

dengan permisi ke toilet untuk merokok (3) Cara siswa dalam mengatasi kejenuhan pada saat jam pelajaran berlangsung dengan cara bermain game di lapangan sekolah.

**Kata kunci:** Permasalahan Siswa,Kejenuhan Belajar,Ice Breaking.

## **PENDAHULUAN**

Kedudukan Pembelajaran pada manusia sangat berarti lewat pembelajaran manusia bisa berkembang serta tumbuh cocok dengan kemampuan yang dia miliki. Bagi Undang- Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pembelajaran Nasional Bab II Pasal 3, melaporkan kalau pembelajaran nasional berperan meningkatkan keahlian serta membentuk sifat dan peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan buat berkembangnya kemampuan partisipan didik supaya jadi manusia yang beriman serta bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, serta jadi masyarakat negeri yang demokratis dan bertanggung jawab.

Salah satu usaha Buat mewujudkan UUD tersebut lewat pembelajaran resmi ialah disekolah. Sekolah merupakan pembelajaran yang melakukan aktivitas belajar mengajar. Pendidikan ialah proses mendapatkan pengetahuan dalam bentuk pergantian tingkah laku dalam keahlian bereaksi yang relatif permanen ataupun menetap sebab terdapatnya interaksi orang serta lingkungannya. Dalam proses belajar mengajar selaku seseorang pendidik kita pula wajib mencermati keadaan yang kondusif supaya proses belajar mengajar jadi efisien. Bersumber pada statment diatas bisa kita tahu bahwasanya kejenuhan yang dialami oleh siswa salah satu penyebabnya disebabkan kurang kondusifnya atmosfer dikala proses pendidikan, bisa dikenal kalau factor psikologis serta kelelahan ialah factor yang bisa pengaruhi aktivitas belajar mengajar. Aspek tersebut sangat berkaitan erat dengan kejenuhan belajar siswa.

Bagi komentar Hakim kejenuhan belajar merupakan sesuatu keadaan mental seorang saat hadapi rasa bosan serta letih yang sangat berat sehingga bisa memunculkan rasa lesu, tidak semangat serta tidak bergairah dalam melakukan kegiatan belajar.( Hakim, 2004) Permasalahan kejenuhan belajar pula dialami oleh siswa/ I MAN 2 DELI SERDANG perihal ini bisa terjalin disebabkan banyaknya tugas yang diberikan kepada murid serta lamanya waktu pulang sekolah disebabkan murid pula diharuskan buat focus learning yang membuat mereka jenuh terhadap pendidikan disekolah.

## **KAJIAN TEORITIS**

Kejenuhan belajar merupakan masalah yang sering terjadi di kalangan siswa. Siswa yang merasa jenuh dalam belajar dapat mengalami penurunan kualitas belajar dan prestasi akademik yang rendah. Oleh karena itu, penting untuk mengatasi kejenuhan belajar siswa di kelas. Menerapkan metode pembelajaran yang bervariasi dapat membantu mengatasi kejenuhan belajar siswa di kelas. Guru dapat menggunakan metode pembelajaran yang berbeda-beda, seperti diskusi kelompok, simulasi, dan demonstrasi. Hal ini dapat membantu siswa untuk tetap terlibat dan merasa tertarik dalam belajar.(Arruda, dkk. 2015)

Memberikan tantangan yang sesuai dengan kemampuan siswa juga dapat membantu mengatasi kejenuhan belajar. Ketika siswa merasa bahwa tugas yang diberikan terlalu mudah atau terlalu sulit, mereka dapat merasa jenuh dan kehilangan motivasi untuk belajar. Oleh karena itu, penting untuk memberikan tugas dan tantangan yang sesuai dengan kemampuan siswa. Menggunakan teknologi dalam pembelajaran dapat membantu mengatasi kejenuhan belajar siswa di kelas. Guru dapat menggunakan media pembelajaran yang berbeda-beda, seperti video, gambar, dan animasi. Hal ini dapat membantu siswa untuk lebih tertarik dan terlibat dalam belajar.

Memberikan umpan balik yang konstruktif dapat membantu siswa untuk terus termotivasi dalam belajar. Umpan balik yang positif dan membangun dapat membantu siswa untuk merasa percaya diri dan termotivasi untuk belajar lebih baik. Sebaliknya, umpan balik yang negatif atau kritik yang tidak membangun dapat membuat siswa merasa tidak termotivasi dan jenuh dalam belajar. (Belland, dkk. 2014)

Guru Bimbingan Konseling (BK) memiliki peran penting dalam membantu siswa mengembangkan potensi diri dan menangani masalah yang dihadapi. Membuat program bimbingan dan konseling Guru BK dapat membuat program bimbingan dan konseling yang terencana dan sistematis. Program ini dapat berisi kegiatan-kegiatan seperti konseling individu, konseling kelompok, pelatihan keterampilan sosial, dan kegiatan pengembangan diri lainnya. Program ini dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan dan pengetahuan yang dibutuhkan untuk menghadapi masalah yang dihadapi. Melakukan observasi dan penilaian Guru BK dapat melakukan observasi dan penilaian terhadap siswa untuk mengidentifikasi masalah yang dihadapi. Observasi dapat dilakukan melalui pengamatan langsung atau melalui wawancara dengan siswa. Setelah masalah teridentifikasi, guru BK dapat memberikan konseling individu atau kelompok dan memberikan solusi untuk mengatasi masalah tersebut.

Menjalin hubungan dengan orang tua dan guru lainnya Guru BK dapat menjalin hubungan dengan orang tua dan guru lainnya untuk membantu siswa. Guru BK dapat bekerja sama dengan guru-guru lainnya untuk mengatasi masalah yang dihadapi siswa. Guru BK juga dapat mengajak orang tua untuk terlibat dalam kegiatan bimbingan dan konseling yang dilakukan. Meningkatkan keterampilan komunikasi Guru BK dapat meningkatkan keterampilan komunikasi dengan siswa. Keterampilan komunikasi yang baik dapat membantu guru BK untuk memahami masalah yang dihadapi siswa dengan lebih baik. Selain itu, keterampilan komunikasi yang baik juga dapat membantu guru BK untuk memberikan solusi yang tepat untuk mengatasi masalah yang dihadapi siswa. (Henderson, P. 2015)

## **METODE PENELITIAN**

Tata cara riset ini memakai tata cara observasi dan wawancara dari siswa/ I yang terdapat di sekolah MAN 2 DELI SERDANG. Metode yang digunakan ialah metode kualitatif. Hasil dari riset ini merupakan (1) Metode Siswa dalam mengatasi kejenuh pada dikala jam pelajaran berlangsung siswa tersebut permisi keluar kelas buat berangkat kekantin( 2) Metode siswa dalam mengatasi kejenuhan pada dikala jam pelajaran dengan permisi ke wc buat merokok( 3) Metode

siswa dalam menanggulangi kejenuhan pada dikala jam pelajaran berlangsung dengan metode bermain permainan di lapangan sekolah.

Metode observasi( pengamatan) ialah salah satu metode pengumpulan data menimpa obyek ataupun peristiwa yang bertabiat kasat mata ataupun bisa dideteksi dengan panca indera. Dalam sebagian perihal, data yang diperoleh lewat pengamatan mempunyai tingkatan akurasi serta keterpercayaan yang lebih baik daripada data yang diperoleh lewat wawancara.

Observasi bagi komalasaki merupakan metode pengumpulan informasi yang dicoba secara sistematis serta terencana, lewat pengamatan serta pencatatan terhadap tanda- tanda yang diselidiki. Bagi Budiarto serta anggraeni Observasi ialah metode pengumpulan informasi yang memakai pertolongan indra mata. Jadi, bila dilihat secara totalitas observasi merupakan metode pengumpulan informasi secara langsung dengan mengamati objek yang dibutuhkan buat mengamati fenomena yang di idamkan buat memperoleh informasi yang benar cocok dengan peristiwa dilapangan.

Bagi komalasaki wawancara merupakan metode pengumpulan informasi dengan metode berbicara, bertatap muka yang disengaja, terencana serta sistematis antara pewawancara dengan orang yang diwawancarai. Bagi budiarto& anggraeni wawancara ialah proses interaksi antara pewawancara dengan responden. Sedangkkn bagi pawito wawancara ialah perlengkapan pengumpulan informasi yang sangat berarti dalam riset komunikasi kualitatif yang mengaitkan manusia selaku subjek( pelakon) sehubungan dengan kenyataan ataupun indikasi yang diseleksi buat diteliti. Jadi, yang butuh ditekankan merupakan wawancara bukan hanya menggali data didalamnya pula ada pertukaran ilham maupun pengalaman dari masing- masing perspektif yang memiliki keragaman lebih dari hanya kenyataan yang terdapat dilapangan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Permasalahan siswa**

Permasalahan ialah suatu ataupun perkara yang wajib dituntaskan ataupun dipecahkan. Prayitno mengemukakan kalau permasalahan merupakan suatu yang tidak disukai terdapatnya, memunculkan kesusahan untuk diri sendiri serta ataupun orang lain, mau ataupun butuh dihilangkan. Bagi Irmansyah Effendi, permasalahan ialah pelajaran kala kamu sadar, selaku pemahaman jiwa kamu bisa memandang dengan gampang bermacam kelemahan serta permasalahan hidup kamu. Bagi Hudojo, permasalahan ialah persoalan kepada seorang yang mana orang itu tidak mempunyai hukum yang bisa digunakan dengan lekas buat menciptakan jawaban dari persoalan tersebut.

Bagi Richard Carlson, permasalahan ialah tempat terbaik buat melatih diri sehingga hati jadi lebih terbuka. Permasalahan ialah bagian berarti yang wajib terdapat dalam kehidupan kita. Bagi Istijanto, permasalahan ialah bagian berarti dalam sesuatu proses studi, sebab permasalahan bisa memperkenalkan petunjuk berbentuk tipe data yang nantinya hendak sangat diperlukan. Bagi Kartini Kartono, permasalahan ialah sembarang suasana yang mempunyai sifat- sifat khas( ciri) yang belum mapan ataupun belum dikenal buat dipecahkan ataupun dikenal secara tentu.

Jadi dari penafsiran di atas bisa kita disimpulkan kalau kasus siswa merupakan sesuatu kondisi ataupun peristiwa yang mempengaruhi sesuatu keadaan baik secara raga, emosional, ataupun apalagi area, yang mana kondisi tersebut merupakan sesuatu perihai yang tidak di idamkan ataupun dapat bertabiat negative.

Macam – Macam Masalah Yang Dihadapi Siswa

Adapun macam – macam masalah lain yang dihadapi oleh siswa yaitu :

- a) Kesulitan dalam Memahami Diri sendiri
- b) Kesulitan memahami lingkungan
- c) Kesulitan dalam menyalurkan bakat dan minat
- d) Kesulitan dalam memecahkan masalah. (Akhmad Muhaimin Azzet, 2013)

Factor – factor Penyebab Munculnya Masalah

Factor – factor penyebab munculnya masalah dapat di tinjau dari dua segi

1. Segi diri sendiri (Individu)

- a) Keterbatasa atau kekurangmampuan mental ( mental inaquacies )
- b) Keterbatasan Kemampuan atau keadaan fisik (phisical inadequacies)
- c) Ketidak seimbangan emosional (emotional inadequacies)
- d) Sikap dan kebiasaan tertentu yang dapat merugikan diri sendiri
- e) Tidak berbakat pada suatu bidang

2. Segi Lingkungan (diluar diri sendiri)

Lingkungan rumah

- a) Cara mendidik anak yang kurang tepat
- b) Situasi pergaulan antar anggota keluarga
- c) Tingkat pendidikan orang tua
- d) Standar tuntutan orang tua terhadap anak
- e) Situasi tempat tinggal

Lingkungan sekolah

- a) Prasarana, sarana dan fasilitas yang tersedia
- b) Kurikulum dan materi pelajaran
- c) Metode pengajaran yang digunakan
- d) Pengatura local (tempat belajar) dan jadwal belajar
- e) Penyediaan tenaga guru dan personal lainnya

Lingkungan masyarakat.( Slameto, 1988)

Kejenuhan Belajar

Kejenuhan belajar yakni rentang waktu tertentu yang digunakan buat belajar, namun tidak mendatangkan hasil. Terdapat sebagian kiat buat menanggulangi keletihan pada mental yang menimbulkan kejenuhan belajar antara lain melaksanakan rehat serta mengunsumsi santapan serta minuman yang bergizi dengan takaran yang lumayan banyak. Bagi Abu Abdirrahman Al- Qawiy kalau kejenuhan merupakan tekanan sangat mendalam yang telah hingga titik tertentu. Siapa juga

yang merasa jenuh, dia hendak berupaya sekuat tenaga membebaskan diri dari tekanan itu.( Abu Abdirrahman Al- Qawi, 2004)

Bagi Chaplin kejenuhan belajar bisa menyerang siswa apabila dia sudah kehabisan motivasi serta kehabisan konsolidasi salah satu tingkatan keahlian tertentu saat sebelum siswa tertentu hingga pada tingkatan keahlian selanjutnya. Kejenuhan yang dirasakan siswa pula hendak memunculkan akibat lingkungan tidak cuma memunculkan akibat para siswa yang bersangkutan namun pula hendak pengaruhi jalannya proses belajar mengajar, antara lain banyaknya kesalahan yang dicoba siswa serta tingginya absensi. Timbulnya kejenuhan dalam belajar sesungguhnya merupakan perihal yang normal apabila tidak dilewati batas- batas toleransi. Apabila kejenuhan yang dirasakan sudah melewati batasan toleransi, hingga kejenuhan hendak jadi aspek yang merendahkan, apalagi melenyapkan semangat serta kegairahan dalam belajar sehingga belajar jadi tidak efisien serta efektif.

Permasalahan kejenuhan belajar pula dialami oleh siswa/ i MAN 2 DELI SERDANG perihal ini bisa terjalin disebabkan banyaknya tugas yang diberikan kepada murid serta lamanya waktu pulang sekolah disebabkan murid pula diharuskan buat focus learning yang membuat mereka jenuh terhadap pendidikan disekolah. Kejenuhan pada biasanya diakibatkan sebab kelelahan yang menyerang. Sebab kelelahan jadi pemicu seorang merasa bosan pada siswa, kelelahan mental dikira selaku factor yang menimbulkan timbulnya kejenuhan belajar.

Permasalahan kejenuhan yang dirasakan oleh siswa/ i MAN 2 Deli Serdang, perihal ini bisa terjalin disebabkan siswa cenderung kerap bermain permainan serta tidur sampai larut malam pada malam harinya. Jadi pada dikala jam pelajaran berlangsung siswa jadi jenuh dalam menjajaki pendidikan sebab telah ketergantungan dengan dunia permainan. Bersumber pada hasil wawancara yang kami jalani pada siswa/ I diakibatkan sebab dihadapkan oleh rutinitas pendidikan yang monoton. Menurut mereka pemicu bosan merupakan sebab kelelahan dalam belajar dalam jangka panjang serta pula diakibatkan sebab banyaknya tugas yang diberikan kepada guru, anak murid melampiasikan kejenuhan dengan metode bermain permainan serta berangkat ke kantin. Terdapatnya kejenuhan belajar berakibat pada turunnya prestasi belajar siswa. Terpaut dengan kasus belajar yang dirasakan oleh siswa MAN 2 Deli Serdang, hingga butuh terdapatnya kedudukan sekolah lewat tutorial serta konseling. Bagi Tidjan dkk tujuan layanan tutorial serta konseling disekolah dilihat dari siswa yang menerima layanan ialah keahlian yang dipunyai siswa bisa menanggulangi kesusahan dalam menguasai dirinya dan menanggulangi kesusahan dalam membongkar perkaranya.( Tidjan, dkk. 1993)

Dilihat dari komentar diatas bisa kita tahu kalau tutorial serta konseling mempunyai kedudukan yang sangat berarti dalam menanggulangi permasalahan kesusahan siswa dalam membongkar perkaranya. Kesusahan yang dialami siswa ialah kesusahan belajar, dilihat dari kenyataan lapangan, guru tutorial serta konseling MAN 2 Deli Serdang sudah membagikan upaya buat menanggulangi kasus kejenuhan belajar yang dirasakan oleh siswa. Usaha yang dicoba oleh

guru tutorial serta konseling dengan membagikan layanan tutorial kelompok kepada siswa yang hadapi kejenuhan dalam belajar.

### Ice breaking

Usaha yang dicoba oleh guru tutorial konseling dalam menanggulangi permasalahan kejenuhan belajar siswa salah satunya adalah memakai ice breaking. Ice breaking ialah aktivitas yang mencairkan atmosfer supaya bisa menyegarkan ataupun mengembalikan keadaan pada kondisi semula ialah pada focus kondisi partisipan didik yang kondusif. Adapun khasiat dari melaksanakan ice breaking ialah bisa melenyapkan rasa bosan, kecemasan, kejenuhan serta keletihan dari kegiatan belajar, ice breaking bisa digunakan buat membongkar kebekuan dan kejenuhan atmosfer sehingga atmosfer bisa mencair serta kondisi cocok dengan kondisi semula. Ice Breaking merupakan aktivitas, permainan ataupun game, ataupun kegiatan yang digunakan buat membongkar “kebekuan” siswa ataupun partisipan training sehingga mereka jadi lebih bergairah serta siap menjajaki pendidikan ataupun training.

Penafsiran Ice Breaking berasal dari kata asing ialah ice yang mempunyai makna es yang bertabiat kaku, dingin serta keras, sebaliknya Breaker maksudnya menghancurkan ataupun membongkar. Secara harfiah Ice Breaking merupakan penghancur ataupun pemecah es. Ice Breaking bisa dimaksud selaku sesuatu tata cara yang berupaya buat membongkar atmosfer yang bertabiat kaku supaya jadi lebih aman serta lebih santai supaya modul pendidikan yang di informasikan bisa diterima partisipan didik Ice breaking ialah game ataupun aktivitas yang berperan buat mengganti atmosfer kebekuan dalam kelompok.

Ice breaking merupakan peralihan suasana dari yang membosankan, membuat mengantuk, menjenuhkan, serta tegang jadi rileks, bergairah, tidak membuat mengantuk, dan terdapat atensi serta terdapat rasa bahagia buat mencermati ataupun memandang orang yang berdialog di depan kelas ataupun ruangan pertemuan. Bersumber pada sebagian komentar di atas, ice breaking bisa dimaksud selaku pemecah suasana kebekuan fikiran ataupun raga siswa. ice breaking pula dimaksudkan buat membangun atmosfer belajar yang dinamis, penuh semangat, serta antusiasme. Perihal ini ice breaking merupakan menghasilkan atmosfer belajar yang mengasyikkan( fun) dan sungguh- sungguh tetapi santai. Terus menjadi aktif para siswa ikut serta dalam aktivitas pendidikan hingga keahlian otak mereka dalam menangkap modul pendidikan pula hendak terus menjadi tumbuh. Salah satu metode yang pas demi buat mewujudkan perihal tersebut bisa dicoba dengan memakai teknik ice Breaking dalam tiap proses belajar mengajar.

Dari teori- teori yang kami anggap relevan dalam riset, kami menciptakan gejala terdapat nya kejenuhan belajar pada siswa/ I MAN 2 DELI SERDANG, setelah melaksanakan observasi serta wawancara kami menciptakan sebagian siswa/ I meerasa kejenuhan dikala belajar sehingga mereka melaksanakan aktivitas yang lain diluar proses belajar mengajar. Pada bertepatan pada 19– 24 Oktober kami melaksanakan obsevasi serta wawancara terdapat sebagian siswa/ I. Merasa jenuh dikala belajar serta perihal tersebut membuat mereka mencari aktivitas lain diluar proses belajar mengajar, semacam:

- a) Membeli jajan dikantin
- b) Berlama –lama dikamar mandi
- c) Duduk dimushola
- d) Membeli makan dimini market sekolah
- e) Berjalan –jalan mengintari sekolah
- f) Duduk dipondok- pondok tahfiz sekolah
- g) Duduk berlama – lama diperpustakaan

Beberapa kegiatan tersebut dilakukan siswa/I untuk mengatasi kejenuhannya saat proses belajar mengajar. Dan dari wawancara kami , kami menanyakan kepada siswa/I apa alasan mereka merasa jenuh bejar dalam kelas dan memilih untuk menghindari proses belajar mengajar yang sedang berlangsung, seperti :

- a) Tidak nya memiliki rasa semangat belajar karena guru yang datang hanya memberi tugas dan meninggalkan kelas
- b) Terlalu banyak tugas sehingga ketika tugas tidak selesai mereka tidak ingin berada di dalam kelas
- c) Merasa bosan didalam kelas dan merasa diluar kelas ada hal yang lebih menarik
- d) Kesulitan untuk berkonsentrasi dan focus untuk belajar

Dari hasil riset lewat observasi serta wawancara. Terus menjadi rendahnya atensi belajar siswa hendak bisa membagikan akibat yang kurang baik buat siswa kedepannya, Selaku seseorang guru bk wajib bisa menuntaskan kasus siswa yang hadapi kejenuhan dalam belajarnya.

Upaya yang bisa kami jalani buat menanggulangi permasalahan siswa/ I MAN 2 DELI SERDANG yang hadapi kejenuhan dalam proses belajar mengajar merupakan melaksanakan tutorial kelompok serta konseling orang, dimana kami merasa layanan tersebut merupakan layanan yang sangat pas buat dicoba sebab memandang perihal ini terjalin bukan cuma pada satu orang siswa/ i yang mana kasus siswa/ i tersebut dapat dibilang lumayan signifikan serta dapat buat dibahas bersama- sama. serta konseling orang pula bisa digunakan kala siswa/ i tersebut mengalami dampak yang begitu ekstrem sebab kejenuhan tersebut sehingga berikan akibat tidak memiliki semangat belajar, tidak masuk sekolah apalagi sampai tidak naik kelas. Yang bisa dicoba buat menanggulangi kejenuhan dalam proses belajar mengajar siswa disekolah ialah dengan tutorial kelompok serta konseling orang. Buat itu terlebih dulu kita mengenali tentang tutorial kelompok serta konseling orang.

### Konseling kelompok

Wibowo melaporkan tutorial kelompok merupakan sesuatu aktivitas kelompok di mana pimpinan kelompok sediakan informasi- informasi serta memusatkan dialog supaya anggota kelompok jadi lebih sosial ataupun buat menolong anggota- anggota kelompok buat menggapai tujuan- tujuan bersama. Pada tutorial kelompok kita mangulas tentang topic– topic yang lagi hangat diperbincangkan yang bertujuan buat pengembangan diri siswa/ klien.

Ada pula khasiat dari aktivitas tutorial kelompok ialah memperoleh peluang buat meningkatkan diri, menaikkan wawasan dan mendapatkan data baru. Tujuan dari tutorial

kelompok ialah kita bisa meningkatkan keahlian sosialisasi orang paling utama keahlian anggota dalam berbicara dan pemecahan permasalahan individu serta mendesak orang dalam meningkatkan perasaan, anggapan, benak serta perilaku yang menunjang perwujudan tingkah laku yang efisien.

Khasiat dari layanan tutorial kelompok yaitu

- a) Dapat meningkatkan bukti diri diri yang bertabiat unik
- b) Bisa memastikan satu opsi yang pas buat dicoba dengan baik
- c) Bisa mengenali tingkatan sensitifitas yang besar terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain.
- d) Bisa menerima diri sendiri, keyakinan diri, serta bisa menghargai diri sendiri serta bisa uraian baru tentang diri sendiri ataupun area dekat.

Asas dalam tutorial kelompok yaitu Bagi Prayitno asas- asas tutorial kelompok merupakan:

a. Asas kerahasiaan

Para anggota wajib menaruh serta merahasiakan data apa yang dibahas dalam kelompok, paling utama hal- hal yang tidak layak dikenal orang lain

b. Asas keterbukaan

Para anggota leluasa serta terbuka mengemukakan komentar, ilham, anjuran, tentang apa saja yang yang dialami serta dipikirkannya tanpa terdapatnya rasa malu serta ragu- ragu.

c. Asas kesukarelaan

Seluruh anggota bisa menunjukkan diri secara otomatis tanpa malu ataupun dituntut oleh sahabat lain atau pemimpin kelompok.

d. Asas kenormatifan

Seluruh yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh berlawanan dengan norma- norma serta Kerutinan yang berlaku.

### Konseling individu

Konseling orang ialah layanan konseling yang diselenggarakan oleh konselor terhadap konseli buat mengentaskan sesuatu permasalahan yang dialami konseli. Prayitno serta Erman Amti berkata konseling orang merupakan selaku pelayanan spesial dalam ikatan langsung tatap muka antara konselor serta klien. Dalam ikatan itu diperhatikan serta diupayakan pengentasan perkaranya, semampu dengan kekuatan klien itu sendiri. Dalam kaitan itu, konseling dikira selaku upaya layanan yang sangat utama dalam penerapan guna pengentasan permasalahan klien. Apalagi dikatakan kalau konseling ialah“ jantung hatinya” pelayanan tutorial secara merata. Apabila layanan konseling sudah membagikan jasanya, hingga permasalahan klien hendak teratasi secara efisien serta upaya- upaya tutorial yang lain tinggal menjajaki ataupun berfungsi selaku pasangan.( Prayitno Serta Erman Amti, 2015)

Tujuan dari konseling orang merupakan supaya bisa mengentaskan permasalahan yang dirasakan siswa/ klien. Layanan konseling orang ini bukan cuma bertabiat pengobatan ataupun pengentasan permasalahan saja namun bertujuan supaya sehabis klien ataupun siswa telah bisa

menuntaskan perkaranya klien wajib bisa melaksanakan penangkalan supaya tidak hadapi permasalahan semacam itu lagi. Ada pula karakteristik– ciri permasalahan yang dirasakan klien yaitu

- a) Terdapatnya suatu yang tidak disukainya
- b) Suatu yang bisa membatasi kegiatan
- c) Sesuatu yang mau dihilangkan
- d) Bisa memunculkan kerugian pada diri

Ada pula guna dari layanan konseling individu

- a. Guna uraian ialah guna penasehat yang menciptakan Cari ketahui apa yang dikenal klien tentang diri mereka sendiri( misalnya, bakat, atensi, uraian keadaan raga), area( semacam area alam sekitarnya), serta bermacam Data( semacam data tentang pembelajaran serta data karir
- b. Guna penangkalan merupakan fungsi konseling yang dihasilkan buat menghindari ataupun menjauhi bermacam permasalahan dengan klien Kerugian tertentu bisa jadi mencuat, yang bisa mengusik, membatasi kehidupan serta perkembangannya.
- c. Guna pengentasan merupakan guna yang menciptakan keahlian klien buat membongkar permasalahan Permasalahan yang dialami klien dalam kehidupan serta pertumbuhan.
- d. Guna Pemeliharaan serta Pengembangan merupakan guna konseling yang membagikan keahlian kepada klien buat“ melmeihara” serta“ pengembangan”. Bermacam kemampuan ataupun keadaan yang lebih dahulu menguntungkan terus menguntungkan jadi lebih menguntungkan dibesarkan akhir secara mantap.
- e. Guna Advokasi merupakan Guna konseling ini membentuk suasana pembelaan yang berkaitan dengan sebagian wujud pengingkaran pada hak- hak ataupun standar pembelajaran serta pertumbuhan yang dimohon klien.

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dan penelitian yang telah dilakukan, diperoleh beberapa kesimpulan yaitu kejenuhan belajar kerap kali menjadi permasalahan dalam proses belajar mengajar, hal tersebut memberi dampak bagi siswa/i baik secara berkala ataupun berkepanjangan. kejenuhan belajar tersebut juga dipicu oleh bebrapa faktor yang mana telah kami jabarkan dalam poin hal dan pembahasan. Guru Bimbingan Konseling adalah kunci untuk memiliki peran yang penting dalam membantu siswa mengatasi kejenuhan belajar di kelas. Beberapa upaya yang dapat dilakukan oleh guru BK di sekolah adalah membuat program bimbingan dan konseling, melakukan observasi dan penilaian terhadap siswa, menjalin hubungan dengan orang tua dan guru lainnya, serta meningkatkan keterampilan komunikasi dengan siswa.

Dengan upaya-upaya tersebut, diharapkan siswa dapat mengembangkan potensi diri dan mampu mengatasi masalah yang dihadapi, termasuk kejenuhan belajar di kelas. Sehingga, siswa dapat meraih prestasi akademik yang lebih baik dan memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan di masa depan.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Al qawi abdirrahman abu,(2004) Mengatasi Kejenuhan, Jakarta : Khalifa, cet.1.
- Azzet muhaimin akhmad, (2013 ) *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jogjakarta: Ar-ruzz Media,
- De Lima, R. D., & Arruda, S. M. (2015). Learning fatigue and boredom in e-learning: the role of digital interactivity. *Interactive Learning Environments*, 23(2), 215-227.
- Erford, B.T. (2018). Mengubah profesi konseling sekolah. Pearson
- Gysbers, N. C., & Henderson, P. (2015). Developing and managing your school guidance and counseling program. John Wiley & Sons.
- Hakim, T. (2004). *Belajar secara efektif*. Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara
- Kuo, Y. C., Walker, A. E., Schroder, K. E. E., & Belland, B. R. (2014). Interaction, internet self-efficacy, and self-regulated learning as predictors of student satisfaction in online education courses. *The Internet and Higher Education*, 20, 35-50.
- Prayitno Dan Erman Amti( 2015) Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling, Jakarta: Rineka Cipta.
- Slameto, (1988) *Bimbingan di sekolah*, Jakarta: Bina Aksara
- Stone, C. B., & Dahir, C. A. (2018). The transformed school counselor. Cengage Learning
- Tidjan, dkk. (1993). Bimbingan dan konseling untuk sekolah menengah. Yogyakarta: UNY,