

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kata belajar tidak asing bagi kita. Barangkali sudah ribuan kali kita mendengarnya, mungkin kata itu mendatangkan nuansa kegembiraan ke diri, tetapi juga ada membawa kemurungan, kebosanan, ketegangan dan sebagainya. Namun demikian, pernahkah kita mempertanyakan diri kita, apa sebenarnya makna kata belajar itu? Mengapa selama hidup kita disarankan untuk belajar, belajar dan belajar? Apakah hakikat belajar semasa kanak-kanak sama dengan saat dewasa?.¹

Belajar merupakan sebuah proses yang terus dilakukan oleh tiap individu selama hidupnya. Hasil dari belajar yakni adanya sebuah pengetahuan maupun pemahaman yang berdampak pada perubahan perilaku, cara pandang dan bertambahnya wawasan. Proses belajar tidak boleh dihindari oleh siapa pun. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, belajar memiliki tiga arti, yakni pertama, berusaha memperoleh kepandaian atau ilmu, kedua berlatih, dan ketiga berubahnya tingkah laku atau tanggapan yang disebabkan oleh pengalaman. Menurut Slameto dalam bukunya belajar mengatakan bahwa belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalaman sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.

Dengan demikian maka kita juga mengetahui bahwa, dalam belajar tidak hanya terjadi proses transfer pengetahuan, tetapi juga perubahan dalam cara pandang dan tingkah laku. Belajar membuat seseorang dapat melakukan sesuatu dengan benar dan tepat. Dengan belajar, seseorang tidak hanya pintar dan cerdas secara intelektual, namun juga mengalami pengembangan secara emosional, spiritual dan fisik. Dalam belajar yang terus menerus ini bisa muncul adanya *burnout* (kejenuhan) pada santri/siswa yang terlalu lama dalam belajar.

Burnout (kejenuhan) yaitu suatu kondisi dimana seseorang merasa sangat letih, lelah, bosan ketika melakukan sesuatu yang sedang berlangsung. *Burnout* (kejenuhan) ini tidak terjadi begitu saja, ada hal yang menyebabkan *burnout* (kejenuhan). Penyebab *burnout*

¹ Suardi, dkk, “Belajar Dan pembelajaran”, (Yogyakarta: Depublish, Maret 2018)

(kejenuhan) ini bisa berasal dari apapun. *Burnout* (kejenuhan) bisa terjadi ketika belajar.

Gambaran adanya *burnout* belajar, menjadi salah satu titik pangkal pentingnya nilai-nilai keteladanan di lingkungan pondok pesantren. Salah satu upaya yang dilakukan adalah melalui pembelajaran maupun peneladanan terhadap aktifitas sehari-hari yang dilakukan santri serta tindakan pengasuh di antaranya: 1) Pengasuh dalam menanggapi laporan dari santri yang jenuh dalam belajar memberikan motivasi padanya untuk bisa menghadapi masalah yang ada. 2) Menanggapi laporan dengan jernih, artinya santri memiliki kebiasaan melaporkan dari sisinya saja, terkadang untuk mencari perhatian pengasuh, agar dikasihi, agar hatinya pengasuh luluh dan mau menolong dengan memfasilitasi sesuai dengan kemauannya. 3) Pengasuh menghubungi santri yang sebenarnya. 4) Bermusyawarah dengan santri dan orang tua/wali terkait untuk menyelesaikan masalah. Kejenuhan belajar yang dialami dengan niat mencari jalan keluar dari masalah yang ada tanpa harus memojokkan pihak manapun.²

Burnout belajar ialah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Seorang santri yang mengalami kejenuhan belajar merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. *Burnout* belajar adalah masalah yang banyak dialami oleh para pelajar yang mengakibatkan menurunnya motivasi belajar, timbulnya rasa malas yang berat dan menurunnya prestasi belajar. *Burnout* adalah suatu kondisi mental di mana seorang merasa dihindangi kebosanan yang amat sangat untuk melakukan tugas rutin yang sudah sejak lama dilakukannya secara ringkas. *Burnout* dapat diartikan sebagai kebosanan yang amat sangat. Menurut Syah (1995) salah satu faktor utama munculnya *Burnout* belajar adalah keletihan mental. Keletihan mental ini muncul akibat kerja otak yang terganggu. Otak merupakan pusat dari keseluruhan tubuh, jika otak sehat maka akan mendorong Kesehatan tubuh serta menunjang Kesehatan mental kita. Namun sebaliknya apabila otak terganggu, maka Kesehatan tubuh dan mental pun ikut terganggu.³

² Nunung Agustina Ambawarti, “*Kejenuhan Belajar Dan Cara Mengatasinya*”, (Yogyakarta: Indonesia), 10-11.

³ Edi Sutarjo, “*Efektivitas Teori Behavioral Teknik Relaksasi Dan Brain Gym Untuk Menurunkan Burnout Belajar Pada Siswa Kelas VIII Smp Laboratorium Undiksha Singaraja*”, (Singaraja: Indonesia), Vol 2 No 1, 2014.

Seperti fakta yang ada di Pondok Pesantren, cukup banyak santri yang mengalami kejenuhan ketika belajar dalam waktu yang relatif lama. Mereka merasa malas, bosan, letih, perasaan capek dan lelah setiap hari, serng memperhatikan jam saat belajar dan lainnya. *Burnout* belajar berdampak sangat buruk bagi perkembangan santri, karena mempengaruhi banyak hal, bak dari segi fisik, segi mental, maupun dari segi psikis. Santri sering tidak merasakan bahwa dirinya merasa jenuh dan santri tidak pernah mau untuk mengatasi kejenuhan yang mungkin mereka sudah ketahui. Bagi santri jenuh adalah hal yang biasa sehingga mereka cenderung untuk membiarkannya saja. Santri tidak menyadari bahwa kejenuhan itu berdampak sangat negatif bagi dirinya dalam proses pembelajaran, karena dapat menurunkan prestasi belajar dan tidak adanya motivasi dalam belajar. Permasalahan kejenuhan ini apabila sudah sampai ketahap tinggi bisa menyebabkan hal-hal yang negatif yang bisa membahayakan individu.⁴

Individu yang terjangkit *burnout* mengalami: 1) Kelelahan fisik, seperti sakit kepala, gelisah. 2) Kelelahan emosional, seperti rasa gagal, merasa tidak berharga, 3) Kelelahan mental, misalnya rasa bosan, mudah tersinggung, mudah mengeluh, putus asa. Tentu kejenuhan sangat menakutkan bagi santri/pelajar karena sangat mempengaruhi keberhasilan belajar santri.⁵

Burnout belajar harus mendapatkan penanganan yang serius dari pihak pengurus atau guru, terutama guru bimbingan konseling. Guru bimbingan konseling berkewajiban membantu santri yang mengalami kejenuhan dalam belajar, karena guru memiliki bidang pelayanan yaitu dalam bidang belajar, bidang pribadi dan bidang sosial. *Burnout* belajar termasuk di dalam pelayanan bidang belajar terhadap santri.

Santri dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia dikatakan bahwa santri adalah orang yang sedang menuntut agama Islam. Santri itu orang yang belajar agama Islam dan mendalami agama Islam di sebuah pesantren yang menjadi tempat belajar bagi para santri. Santri adalah seseorang yang sedang mendalami sebuah ilmu agama melalui dengan kajian, serta kita-kitab. Santri juga mengamalkan apa yang dipelajari dengan baik ajaran agama Islam tersebut dengan dibimbing

⁴ Deni Rhmat Kurniawan, dkk, “Hubungan Interaksi Teman Sebaya Dengan Kejenuhan Belajar Pada Santri Aliyah Pondok Pesantren Al Falah Putra Banjarbaru”, (Banjarbaru, 70714, Indonesia), Jurnal Kognisia, Vol 1, No 1, Februari 2018.

⁵ Edi Sutarjo, “Efektivitas Teori Behavioral Teknik Relaksasi Dan Brain Gym Untuk Menurunkan Burnout Belajar Pada Siswa Kelas VIII Smp Laboratorium Undiksha Singaraja “, (Singaraja: Indonesia).

oleh kyai atau ustadz. Santri merupakan salah satu factor penting dalam sebuah pesantren. Pesantren sendiri adalah sebuah Lembaga Pendidikan Islam tradisional yang para siswa/siswinya hidup Bersama dibawah bimbingan oleh kyai dan mempunyai asrama untuk tempat menginap para santri dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Santri juga sebagai generasi penerus bangsa, oleh karena itu mengurangi burnout belajar sangatlah penting ditanamkan pada santri, agar santri juga tumbuh menjadi seorang yang mampu mengembangkan potensi diri dalam belajar.

Santri itu mereka yang taat melaksanakan perintah agamanya, yaitu Islam. Orang yang belajar agama Islam disebut pesantren yang menjadi tempat belajar bagi santri. Kemudian santri adalah sebutan orang-orang atau anak-anak yang sedang belajar menuntut ilmu di setiap pondok pesantren. Santri tersebut belajar agama maupun belajar pelajaran. Pondok pesantren merupakan suatu Lembaga Pendidikan yang memiliki nilai plus dalam hal keilmuan, di samping santri belajar Pendidikan formal, santri juga memperoleh belajar Pendidikan agama yang lebih banyak dan mendalam yang merupakan dasar dari kepribadian atau karakter santri yang sholih, cerdas dan mandiri. Untuk itu pondok pesantren harus memiliki komitmen yang tinggi dalam menumbuhkan dan meningkatkan belajarnya santri agar mengurangi *burnout* belajar pada santri.⁶

Santri di Pondok Pesantren terdapat titik jenuh dalam belajar, ketika belajar lebih dari satu jam santri merasa jenuh, malas dan bosan, baik didalam kelas maupun di asrama pondok pesantren. Begitu padatnya aktifitas santri yang menjalankan kehidupan di pesantren hal ini hanya semata untuk mencapai tujuan mereka menuntut ilmu dan juga hidup mandiri. Pembelajaran yang sering diterapkan pesantren berupa durasi jam belajar yang cukup panjang setiap harinya yang ditempuh bersamaan dengan mata pelajaran yang cukup banyak dan terdapat juga mata pelajaran yang berat, hal tersebut santri tidak akan mampu secara optimal diterima oleh otak sehingga menyebabkan proses belajar tidak cukup pada batas kemampuannya. *Burnout* yang dialami santri yang menjalankan pendidikan di pondok pesantren kurangnya berinteraksi terhadap dunia luar.

Burnout santri di pondok pesantren modern asy-syifa muhammadiyah yaitu santri merasa tidak memiliki waktu cukup

⁶ Deni Rhmat Kurniawan, dkk, “Hubungan Interaksi Teman Sebaya Dengan Kejenuhan Belajar Pada Santri Aliyah Pondok Pesantren Al Falah Putra Banjarbaru”, (Banjarbaru, 70714, Indonesia).

untuk melaksanakan penyelesaian tugas. Ditemukan faktor mengenai tugas belajar yang semakin banyak dan tidak mampu diselesaikan tepat waktu. Selain itu juga dalam hal dengan teman di pondok pesantren yang memiliki pergaulan yang cukup baik. Santri pertama dalam hal berinteraksi dengan teman pondoknya dan juga teman yang sama dalam hal dikelas santri mengakui terbukanya terhadap hal pembelajaran terutama ketika kesulitan dalam belajar, hal tersebut hanya kepada teman dekatnya yang merasa dekat. Burnout santri juga diakibatkan karena merasa tidak mampu bersaing dengan teman-temannya, dari hal tersebut maka akan berpengaruh terhadap burnout belajar santri. Kemudian ketika pembelajaran santri juga merasa letih dan lelah karena seharian penuh menjalani pembelajaran. Santri merasakan kehilangan gairah untuk memulai aktifitas belajar, serta sulit untuk bisa memfokuskan perhatian pada materi pelajaran saat belajar. Selanjutnya burnout santri itu merasa kurang mampu untuk bersaing dengan temannya di kelas untuk sukses dalam belajar karena kurang motivasi atau masukan.

Adanya *burnout* belajar santri, Pondok pesantren memberikan kegiatan mengenai layanan bimbingan agama yang diantaranya memberikan materi sistem pembelajaran seperti halaqah untuk mengurangi kejenuhan santri dalam belajar.

Penelitian terdahulu mengenai *burnout* belajar (kejenuhan) banyak diterapkan dalam bidang akademik guna untuk mengatasi dan mengurangi masalah kognitif pada santri. Seperti halnya Nunung Agustina Ambarwati dalam Nia Alfi Khaira pernah melakukan penelitian tentang *burnout* belajar dan cara mengatasinya. Penelitiannya itu beberapa masalah diantaranya penyebab kejenuhan belajar, upaya pencegahan dan faktor penghambat dalam mengurangi kejenuhan belajar. Kesimpulannya adalah sebab kejenuhan belajar kepadatan kegiatan santri, peraturan yang terlalu mengikat, kurangnya fasilitas belajar, susah berkomunikasi dengan dunia luar, jauh dari orang tua, konflik dengan teman. Upaya pencegahan kejenuhan belajar adalah menggunakan layanan bimbingan agama yang didalamnya mengandung beberapa unsur kemampuan. Faktor penghambat dalam mengatasi kejenuhan adalah faktor pribadi, metode yang kurang tepat, memiliki sikap pilih kasih. Salah satu upaya mengatasi kejenuhan belajar dengan memberikan layanan bimbingan agama.⁷

⁷ Nia Alfi Khaira, “Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas II Pada Mas Darul Ulum Banda Aceh”, 2018.

Pentingnya layanan bimbingan agama sangat membantu terhadap santri untuk mengurangi burnout belajar pada saat di pondok pesantren, dengan layanan bimbingan agama ini santri yang mengalami burnout belajar ini akan lebih berkurang rasa kejenuhan. Layanan bimbingan agama ini sesungguhnya bisa menjadi cara memberikan motivasi pada santri yang mengalami *burnout* belajar agar bisa merubah dan mampu untuk belajar. Tanpa adanya layanan bimbingan agama ini maka tidak akan terjadi perubahan pada diri santri.

Layanan bimbingan agama sangat diperlukan untuk membantu mengurangi rasa kejenuhan belajar pada santri di pondok pesantren modern Asy-Syifa Muhammadiyah, pengasuh atau ustadz memberikan berbagai layanan bimbingan agama dalam mengurangi burnout belajar pada santri, tetapi layanan bimbingan agama di pondok pesantren Asy-Syifa masih kurang. Berdasarkan masalah diatas maka peneliti mengambil judul “**Implementasi Layanan Bimbingan Agama Untuk Mengurangi *Burnout* Belajar Pada Santri Di Pondok Pesantren Modern Asy-Syifa Muhammadiyah Blimbingrejo**”.

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini dimaksudkan agar peneliti memberikan Batasan pada penelitian supaya tidak menyimpang jauh dari permasalahan yang diteliti, sehingga mudah untuk dipahami dan mudah dimengerti. Adapun fokus penelitian yang peneliti lakukan yaitu berfokus pada implementasi layanan bimbingan agama dalam mengurangi *burnout* belajar pada santri di pondok pesantren modern Asy-Syifa Muhammadiyah.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan judul penelitian dan latar belakang masalah diatas, maka pokok permasalahan yang menjadi fokus penelitian adalah:

1. Bagaimana konsep *burnout* belajar yang dialami santri di pondok pesantren modern Asy-Syifa Muhammadiyah?
2. Bagaimana implementasi layanan bimbingan agama dalam mengurangi *burnout* belajar pada santri di pondok pesantren modern Asy-Syifa Muhammadiyah?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka dapat diketahui tujuan dari penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui konsep *burnout* belajar yang dialami santri di pondok pesantren modern Asy-Syifa Muhammadiyah.
2. Untuk mengetahui implementasi layanan bimbingan agama dalam mengurangi *burnout* belajar pada santri di pondok pesantren modern Asy-Syifa Muhammadiyah.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat menambah khasanah dan berhadapan bisa memberikan dampak yang positif terkhusus pada perkembangan ilmu dakwah serta layanan bimbingan agama, bahwa layanan bimbingan agama mampu mengurangi rasa *burnout* belajar santri yang terganggu di pondok pesantren modern Asy-Syifa Muhammadiyah.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Santri

Layanan bimbingan agama di pondok pesantren modern Asy-Syifa Muhammadiyah mampu memberikan perubahan yang positif terhadap santri dalam *burnout* belajar, sehingga santri bisa fokus belajar dan Kembali beribadah hanya kepada Allah SWT.

- b. Bagi Lembaga

Adanya penelitian yang berkaitan dengan bimbingan agama untuk mengurangi rasa *burnout* belajar santri di Lembaga pondok pesantren modern Asy-Syifa Muhammadiyah ini mampu memberikan sumbangsih berupa informasi terbaru dan mampu memberikan evaluasi untuk mempebaiki kualitas dalam melayani proses bimbingan santri agar kedepannya mampu berkembang menjadi lebih baik lagi.

- c. Bagi Pengasuh atau Ustadz

Memberikan masukan dalam membimbing santri serta mendidik demi terbentuknya santri yang berprestasi dan berakhlak baik.

F. Sistematika Penulisan

Penelitian Skripsi ini disusun berdasarkan buku “Pedoman Penyelesaian Tugas Akhir Program Sarjana (Skripsi) IAIN Kudus.” Penelitian Skripsi ini terdiri dari lima bab dan masing-masing

dijabarkan menjadi beberapa sub bab. Penelitian Skripsi ini terbagi menjadi tiga bagian. Adapun rinciannya sebagai berikut:

1. Bagian Muka

2. Bagian Isi

Bagian isi meliputi:

Bab I Pendahuluan, memuat tentang latar belakang masalah, focus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian skripsi.

Bab II Pada bab dua ini menjelaskan landasan teori yang meliputi: kerangka teoritik, kerangka berfikir, penelitian terdahulu, untuk mengetahui secara teoritis mengenai layanan bimbingan agama dalam mengurangi *burnout* belajar santri.

Bab III Metode Penelitian, membahas mengenai penelitian yang akan dilaksanakan di lapangan yang meliputi: pendekatan penelitian, sumber data, lokasi penelitian, teknik pengumpulan data, uji keabsahan data, dan analisis data.

Bab IV Bagian ini berisi analisis hasil dari penelitian di lapangan yang meliputi gambaran umum layanan bimbingan agama dalam mengurangi *burnout* belajar pada santri di pondok pesantren modern Asy-Syifa Muhammadiyah.

Bab V Bab ini menjadi bagian terakhir dalam penelitian skripsi untuk mengambil kesimpulan dari semua pembahasan dan hasil dari penelitian di lapangan, selain itu peneliti juga menyertakan saran jika dirasa ada dan diperlukan.

3. Bagian Akhir

Bagian akhir ini meliputi daftar Pustaka, lampiran-lampiran yang ada selama proses penelitian di lapangan, dan lampiran yang lainnya sebagai pendukung syarat kelulusan.