

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kejuhan Belajar

1. Pengertian Kejuhan Belajar

Menurut KBBI jenuh memiliki makna yang artinya jemu atau bosan dengan pekerjaan atau aktivitas yang berlangsung dengan waktu yang cukup lama.¹ Kejuhan terkadang lebih dominan dirasakan oleh seseorang atau individu yang berada pada suatu keterikatan aktivitas yang berlangsung terus menerus baik dialami oleh para pekerja ataupun para pelajar. Kejuhan yang dialami oleh pelajar seperti siswa terjadi oleh karena siswa melakukan aktivitas belajar terus menerus dalam jangka waktu yang cukup lama. Umumnya dialami oleh seseorang yang sangat giat dalam belajar sehingga biasanya mengakibatkan siswa dapat mengalami kelelahan, baik kelelahan fisik, mental maupun kognitif mereka.

¹Mufied Fauziah, *Usaha Pemberian Layanan Optimal Bagi Guru BK* (Yogyakarta: UAD PRESS, 2021).Hal.26

Kejenuhan belajar merupakan salah satu permasalahan yang berdampak pada kondisi mental dan psikis siswa. Thrusan Hakim mengatakan bahwa kejenuhan belajar adalah suatu keadaan siswa yang mengalami rasa bosan dan kelelahan yang sangat berdampak pada aktivitas belajar siswa.² Lebih lanjut Mufied juga mengatakan bahwa kejenuhan belajar adalah kondisi psikis seseorang saat mengalami rasa bosan dan kelelahan sehingga dapat muncul rasa bosan, enggan dan tidak bersemangat untuk melakukan aktivitas belajar.³ Kedua para ahli di atas memiliki kesepakatan dalam mengemukakan pendapat terkait dengan kejenuhan belajar bahwa kejenuhan belajar merupakan keadaan atau kondisi mental dan psikis seseorang yang mengalami rasa bosan, jenuh, kelelahan sehingga membuat siswa kurang antusias mengikuti proses pembelajaran yang berlangsung.

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kejenuhan belajar merupakan kondisi psikis yang mengalami rasa bosan, kelelahan, jenuh dan kurang antusias untuk mengikuti pembelajaran.

²Thrusan Hakim, *Belajar Secara Mandiri* (Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara, 2004).Hal 30

³Fauziah, *Usaha Pemberian Layanan Optimal Bagi Guru BK*.Bandung : PT Sinaga.Hal.70

2. Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar

Kejenuhan belajar tentu terjadi oleh karena disebabkan beberapa faktor.

Berikut ini faktor penyebab kejenuhan belajar menurut Hakim :

- a. Belajar hanya di tempat itu saja : tempat belajar yang berada pada tempat tertentu saja seperti kondisi ruang kelas, letak meja dan kursi ruang yang tidak mengalami perubahan juga menjadi pemicu munculnya kejenuhan belajar pada siswa. Diperlukan pergantian atau perubahan ruang belajar di sekolah misalnya dengan memanfaatkan lingkungan di sekitar sekolah yang memungkinkan untuk tempat proses pembelajaran.
- b. Kurangnya hiburan : seperti halnya dengan aktivitas fisik, maka pemikiran manusia juga membutuhkan kelelahan atau kecapean. Psikis dan fisik siswa yang melakukan aktivitas pembelajaran tentu juga membutuhkan hiburan atau penyegaran kembali. Apabila siswa dapat mengalami penyegaran fisik dan psikis tentu akan mengurangi hal-hal yang menimbulkan kelelahan fisik dan psikis siswa, sehingga siswa dapat menikmati proses pembelajaran dengan baik

- c. Suasana belajar yang kurang mendukung : setenang apapun lingkungan belajar yang ditempati apabila kurang menyenangkan juga dapat memicu timbulnya kejenuhan dalam proses pembelajaran. Guru perlu kreatif dalam mendesain pembelajaran yang dapat menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan sehingga, pembelajaran dapat diikuti dengan baik. Guru perlu memikirkan cara yang dapat dilakukan untuk membangun kenyamanan dalam proses pembelajaran baik antar siswa maupun antar guru dan siswanya.
- d. Kelelahan psikis dan mental : kelelahan psikis dan mental yang berlangsung cukup lama dapat menjadi penyebab adanya kejenuhan belajar. Ketika siswa mengerjakan tugas yang tak kunjung selesai akan membuat peserta didik tidak semangat lagi untuk mengikuti aktivitas pembelajaran berikutnya. Hal tersebut tentu akan berdampak pada aktivitas pembelajaran yang selanjutnya oleh karena siswa sudah merasa jenuh atau kecapean. Oleh karena itu, guru perlu membaca atau mengetahui kesiapan siswa baik dalam hal psikis maupun mental siswanya sebelum pembelajaran dimulai.⁴

⁴Hakim.2020.*Belajar Secara Efektif*.Bandung : Niaga Swadaya.Hal.68

3. Indikator Kejenuhan Belajar

Kejenuhan belajar dominan terjadi oleh karena seseorang melakukan kegiatan yang selalu sama yang dikerjakan oleh siswa setiap harinya, sehingga ada beberapa aspek atau indikator untuk melihat kejenuhan belajar pada siswa menurut Damayanti sebagai berikut :

a. Kelelahan Emosional

Kelelahan emosional disebabkan oleh adanya tuntutan yang dihadapi oleh siswa karena adanya beban pikiran yang dianggap berlebihan untuk siswa. Seseorang yang berada pada kelelahan emosional tidak menemukan ketertarikan dan menjalani pekerjaan dengan paksaan.⁵ Hal ini dapat dilihat dari perasaan depresi, rasa sedih, kecapean, kurang mampu mengontrol emosi, kecemasan, lebih cenderung mudah tersinggung, mudah marah karena hal sepele, mudah mengeluh, dan terlihat bosan atau jenuh dalam melakukan aktivitas.

⁵Ratih Dimas and Tatiana Siregar, *Terapi Dalam Mengatasi Burnout Perawat* (Sukoharjo: Pradina Pustaka, 2023).Hal 70

e. Kelelahan Fisik

Kelelahan fisik terjadi oleh karena adanya aktivitas yang dilakukan siswa dengan memerlukan tenaga fisik yang cukup menguras energi siswa untuk beraktivitas. Kelelahan fisik dapat dilihat dari kurangnya antusias siswa untuk mengikuti kegiatan pembelajaran, terlihat mengantuk, letih, lesu dan kurang bersemangat untuk beraktivitas dalam kelas dan tidak memperhatikan penjelasan guru.

f. Kelelahan Kognitif

Siswa yang mengalami kelelahan kognitif dapat mengalami masalah seperti tidak dapat berkonsentrasi selama pelajaran, mudah lupa, dan tidak tertarik untuk berpendapat dalam kelas. Kelelahan kognitif dapat dilihat dari adanya ketidakberdayaan siswa, penghargaan diri yang rendah, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi terhadap pengajaran atau materi yang disampaikan, kurang semangat mengerjakan tugas yang diberikan, dan frustrasi.⁶

⁶Fandi Rosi, *Asesmen Dan Intervensi Psikososial* (Yogyakarta: Jejak Pustaka, 2021).

4. Upaya Mengatasi Kejenuhan Belajar

Kejenuhan belajar merupakan salah satu masalah yang cukup konkret dalam proses pembelajaran, sehingga harus segera diatasi dengan menyeimbangkan cara kerja antara otak kiri dan otak kanan. Berikut ini upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kejenuhan belajar bagi siswa :

- a. Lakukanlah variasi dan inovasi dalam belajar : variasi dan inovasi dalam belajar salah satunya yaitu dengan menciptakan dan mempraktikkan cara belajar yang berbeda dari rutinitas biasanya yang dilakukan. Bila setiap harinya siswa melakukan proses pembelajaran di dalam kelas saja, maka cobalah untuk belajar di halaman sekolah atau memanfaatkan tempat lain. Suasana yang baru biasanya cenderung mendatangkan penyegaran bagi pikiran seseorang, sehingga siswa dapat mengatasi kejenuhan belajar dengan mengganti suasana belajar.
- b. Menciptakan lingkungan belajar di kelas yang menyenangkan. Lingkungan belajar yang didukung oleh fasilitas lengkap dan ditata rapi saja tidak cukup. Belajar dengan hati yang tenang dan kenyamanan akan membuat siswa dapat mengikuti

pembelajaran dengan baik pula.⁷ Guru perlu menciptakan suasana di lingkungan belajar agar menyenangkan bagi siswa, sehingga siswa dapat merasakan kenyamanan dalam proses pembelajaran.

- c. Menciptakan suasana pembelajaran yang menarik. Pembelajaran yang menarik akan membuat siswa dapat fokus terhadap materi pembelajaran yang diberikan, hal ini dapat dilihat ketika siswa mengarahkan fokus pikirannya kepada penjelasan guru.
- d. Menyelipkan aktivitas pendukung ke dalam proses pembelajaran. Guru dapat menerapkan aktivitas pendukung lainnya ke dalam proses pembelajaran yang berlangsung, seperti *ice breaking* agar dapat tercipta lingkungan belajar yang menarik dan menyenangkan baik bagi guru maupun bagi siswa.⁸

⁷Peng Kheng Sung, *Menikmati Belajar Secara Kreatif* (Yogyakarta: Samudra Biru, 2011).Hal 47

⁸ Slameto, *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi* (Jakarta: Grasindo, 2011). Hal 56

B. Metode Belajar : Diskusi

1. Pengertian Metode Diskusi

Metode merupakan kata yang berasal dari bahasa Yunani yang artinya *methodos*. Adapun makna dari *methodos* ini "*metha*" : melalui atau melewati dan "*hodos*" yang memiliki arti suatu upaya yang dilakukan untuk mencapai suatu nilai sasaran. Jika dilihat menurut terminologinya maka metode dapat didefinisikan sebagai langkah-langkah yang bisa dilalui agar dapat mencapai targetnya.⁹ Muhibbin Syah, mengatakan bahwa metode ialah melakukan suatu aktivitas dengan realitas dan sesuai pada prinsip yang sistematis.¹⁰ Berdasarkan pengertiannya maka metode dapat dikatakan sebagai tahapan atau proses sesuai dengan fakta dan prinsip yang tersistem dilakukan agar dapat mencapai suatu target tertentu.

Selanjutnya definisi mengenai metode pembelajaran, jika dikaji dalam artian etimologisnya, maka metode pembelajaran dapat diartikan sebagai strategi yang diterapkan saat proses pembelajaran berlangsung, yang kemudian dilakukan untuk mencapai suatu target dalam

⁹SM Ismail, *Strategi Pembelajaran Agama Islam Berbasis PAIKEM*, Cetakan 1 (Semarang: Rasail Media Group, 2009). Hal 7-9

¹⁰Muhibbin, *Psikologi Pendidikan Dan Pendekatan Baru*. Hal.200

pembelajaran.¹¹ Seperti yang diungkapkan oleh Prof.Dr.Winarno Surakhmad mengatakan bahwa metode pembelajaran adalah berbagai upaya pelaksanaan dari proses mengajar, atau perihal teknis yang digunakan terhadap suatu bahan pengajaran.¹² Berdasarkan teori di atas maka, metode pembelajaran dapat dikatakan sebagai upaya untuk mencapai tujuan dan teknik-teknik pengajaran yang dilakukan untuk mencapai tujuan dari pembelajaran tersebut. Melalui metode pembelajaran setiap guru dapat mengimplementasikan point-point rencana pembelajaran yang telah dikonsep dan dilakukan dalam bentuk aktivitas belajar untuk mencapai target dari akhir pembelajaran.

Lebih lanjut bahwa metode adalah teknis yang kegunaanya sebagai perangkat untuk mencapai target tertentu.¹³ Semakin tepat metode yang digunakan oleh pendidik, maka diharapkan juga bahwa pencapaian tujuan dapat terjadi dengan efektif. Guru perlu memperhatikan setiap pemilihan dan kesesuaian metode dengan materi pembelajaran agar siswa juga mendapatkan pengalaman belajar yang menyenangkan. Melalui ketepatan penggunaan metode guru juga akan tahu terkait dengan

¹¹Muhammad Reza Arviansyah and Ageng Shagena, "Efektivitas Dan Peran Dari Guru Dalam Kurikulum Merdeka Belajar," *Lentera* 17, no. 1 (2022): 40–50.

¹²Rina Febriana, *Kompetensi Guru*, ed. Bunga Sari Fatmawati, Cetakan 1 (Jakarta Timur: PT Bumi Aksara, 2019). Hal.86

¹³Dyah Ristiana, *Metode Pembelajaran* (Jakarta: PT Imperial Bhakti Utama).Hal.43

kesiapan mental dan psikis siswa dalam belajar, tak hanya itu tetapi melalui metode belajar guru dapat mendorong atau memotivasi siswa dalam belajar. Lebih lanjut dalam pemilihan metode pembelajaran, melalui bukunya "Perencanaan Pembelajaran" Hamzah B.Uno mengatakan bahwa ada tiga hal penting pengklasifikasian metode pembelajaran yang perlu diperhatikan dalam ketepatan variabel yang digunakan sebagai berikut :

- a). *Organizational Strategy* : metode pengorganisasian bidang studi yang telah dikonsep
- b.) *Delivery Strategy* : metode penyampaian materi pembelajaran yang kemudian ada *feedback* dari siswa untuk merespon
- c.) *Management Strategy* : metode pengelolaan interaksi antara belajar dan metode pembelajaran¹⁴

Ada berbagai macam jenis dari metode pembelajaran yang dapat dipilih dan diterapkan oleh guru di dalam kelas, salah satunya yaitu metode diskusi. Diskusi berasal dari bahasa latin yaitu *discuissio*, *discum* atau *discussi* yang maknanya memeriksa, berpendapat, memperbincangkan, mempercakapkan, pertukaran hasil pemikiran, atau membahas sebuah topik yang diperbincangkan.¹⁵ Djamrah Syaiful Bahri mengatakan bahwa metode diskusi adalah cara penyajian yang ada dalam pembelajaran, yang

¹⁴Hamzah B Uno, *Perencanaan Pembelajaran* (Jakarta: Bumi Aksara, 2012).Hal 30

¹⁵Amin and Linda Yunike, *Model Pembelajaran Kontemporer* (Semarang: CV Presisi Cipta Media, 2020).Hal.6

menghadapkan masalah baik pernyataan ataupun pertanyaan kepada siswa dan siswi untuk dibahas atau diselesaikan. Lebih lanjut Sanjaya mengatakan bahwa metode diskusi dapat juga diartikan sebagai siasat untuk menyampaikan pembelajaran dan menemukan alternatif dari pemecahan suatu topik yang bersifat problematis. Diskusi menduduki peranan penting dalam proses pembelajaran yang berlangsung, sebab membuat pemikiran siswa berjalan atau memikirkan sesuatu serta dapat saling bergantian mendengarkan dan menghargai.

Metode diskusi juga merupakan komunikasi percakapan ilmiah seseorang satu dengan yang lain dan kemudian dapat bergabung dalam suatu kelompok.¹⁶ Tidak semua percakapan yang terjadi dapat dikatakan diskusi. Suatu percakapan dapat dikatakan sebagai diskusi apabila terjadi dalam sebuah kelompok diskusi, berlangsung secara teratur, serta mempunyai tujuan dan bersifat sistematis.¹⁷ Melalui metode diskusi siswa dapat mencari kesepakatan bersama, menjawab pertanyaan, dan membuat keputusan bersama adalah tujuan utama penggunaan metode diskusi. Hal tersebut juga didukung oleh Gilstrap dan Martin yang menyatakan bahwa metode diskusi adalah sebuah aktivitas yang

¹⁶Amiruddin, *Metode-Metode Mengajar Perspektif*. 2020. Jakarta : CV Permata. Hal.7

¹⁷Hariyanto, *Metode Diskusi Tipe Kokok* (Lombok: Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia, 2021). Hal.58

dilakukan sejumlah orang berkumpul untuk berbicara, bertukar pendapat, atau mencari solusi untuk masalah.¹⁸ Metode diskusi dapat mendorong siswa untuk saling berdialog dengan tujuan agar siswa dapat terdorong untuk berpartisipasi. Melalui diskusi siswa akan mendapatkan peluang walaupun guru tetap menjadi kendali utamanya.

Metode diskusi merupakan salah satu dari beberapa jenis metode pembelajaran yang cukup efektif untuk diterapkan. Sebagian besar tenaga pendidik telah menerapkan metode pembelajaran diskusi dalam kelas. Akan tetapi, metode diskusi yang diterapkan masih dominan dengan beberapa tahapan diskusi, persentasi, tanggapan yang berlangsung sampai semua kelompok selesai dan tak jarang kegiatan seperti ini membuat siswa kurang antusias dalam proses pembelajaran. Bahkan sebagian besar siswa hanya bergantung pada satu atau dua orang tertentu saja sehingga anggota yang lain akan kurang aktif untuk mengikuti diskusi kelompok. Oleh karena itu, perlu adanya aktivitas pendukung lainnya yang dapat dikreasikan guru dalam setiap penerapan metode pembelajaran yang dipakainya untuk menciptakan lingkungan belajar yang menghidupkan dan memberikan antusias bagi siswa.

¹⁸Amiruddin, *Metode-Metode Mengajar Perspektif*.Metode-metode Mengajar Perspektif.2020.Jakarta : CV Permata. Hal.39

2. Manfaat Metode Diskusi

Menerapkan metode diskusi dalam proses pembelajaran akan memberikan manfaat yang sangat baik bagi siswa maupun bagi guru.

Berikut ini manfaat diskusi yang dapat diperoleh adalah :

- a. Meningkatkan kemampuan setiap peserta diskusi untuk berpikir dengan cara yang luas dan tidak terbatas.
- b. Menanamkan demokrasi pada siswa atau peserta diskusi sebab setiap siswa dilatih untuk berani mengemukakan pendapat atau berani untuk berdiri dan tampil percaya diri
- c. Membiasakan sikap saling menghargai pada siswa sebab saling bergantian untuk mendengarkan pendapat atau penyampaian dari kelompok lain
- d. Mengasah setiap kemampuan siswa untuk berpikir dan mengembangkan ide karena otak siswa dilatih untuk terbiasa berpikir saat berbicara
- e. Melatih kemampuan berbicara di depan banyak orang saat mengemukakan pendapat.¹⁹

¹⁹Pupu Saeful, *Strategi Belajar Mengajar* (Surabaya: Scopindo Media Pustaka, 2019).Hal 17

3. Jenis – jenis Diskusi

Ada beberapa jenis diskusi yang dapat dilakukan oleh guru di dalam kelas yaitu sebagai berikut :

a. Jenis Diskusi Formal

Jenis diskusi formal merupakan jenis diskusi yang kebanyakan dijumpai pada lembaga-lembaga pemerintahan, jenis diskusi ini memerlukan adanya ketua dan penulis serta pembicara yang diatur secara formal

b. Diskusi Informal

Jenis diskusi informal kerap dijumpai pada kelompok – kelompok belajar yang bersifat tatap muka secara langsung untuk membicarakan suatu topik pembahasan.

c. Diskusi Panel

Jenis diskusi ini sering dijumpai diberbagai acara-acara terutama di media elektronik atau dalam forum seminar ilmiah. Topik yang didiskusikan biasanya dibahas oleh beberapa penulis dengan sudut pandang yang berbeda-beda dan umumnya diikuti oleh beberapa pendengar.

d. Diskusi Perkuliahan

Jenis diskusi ini dilakukan dengan mengajukan pertanyaan dan kemudian mendiskusikan dengan anggota kelompok serta membahasnya bersama-sama. Di sini, biasanya hanya ada satu perspektif atau masalah yang dibahas.²⁰

4. Kelebihan dan Kekurangan Metode Diskusi

Setiap pendekatan pembelajaran yang digunakan oleh guru di sekolah pasti memiliki kelebihan dan kekurangannya. Hal ini pun dapat dilihat dari pendekatan diskusi yang juga memiliki kelebihan dan kekurangan sebagai berikut :

a. Kelebihan

- 1) Suasana kelas dapat lebih hidup dan pembelajaran menjadi terarah karena siswa memfokuskan perhatian dan pemikiran mereka pada topik yang dibahas
- 2) Dapat memunculkan kreativitas, ide, prestasi, toleransi, demokrasi dan membuat pikiran dapat berproses
- 3) Kesimpulan dari hasil diskusi mudah dipahami siswa

²⁰Muhammad Anwar, *Menjadi Guru Profesional* (Jakarta: Prenamedia Group, 2018).Hal.29

- 4) Siswa dididik untuk mengikuti peraturan dan tata tertib dalam diskusi
- 5) Tidak terjebak ke dalam pikiran seseorang saja
- 6) Adanya kesadaran untuk tertib dan disiplin khususnya ketika orang lain sedang berbicara
- 7) Menumbuhkan rasa percaya diri

b. Kekurangan

- 1) Biasanya ada siswa yang tidak terlibat diskusi atau bersifat pasif karena mengharapkan orang lain atau teman kelompoknya
- 2) Seseorang terkadang merasa mudah tersinggung karena perbedaan pendapat dan emosi yang tidak terkontrol.
- 3) Membutuhkan waktu yang cukup lama untuk proses diskusi
- 4) Sikap bersaing antar kelompok yang terlalu tinggi (kompetisi dan ambisi) dapat membuat siswa salah paham

5. Langkah – langkah Melakukan Diskusi

Agar pembelajaran dengan metode diskusi efektif dan berhasil, maka perlu untuk melakukan langkah-langkah berikut :

a. Langkah Persiapan

- 1) Membagi siswa dalam beberapa kelompok
- 2) Merumuskan tujuan yang ingin dicapai dari proses diskusi
- 3) Persiapkan prosedur pelaksanaan diskusi, seperti mengatur ruang kelas dan perlengkapan yang dibutuhkan.

b. Pelaksanaan Diskusi

- 1) Memeriksa segala persiapan yang dianggap dapat mempengaruhi proses diskusi
- 2) Memberikan pengarahan terkait dengan apa yang harus dilakukan
- 3) Menetapkan aturan main yang digunakan

c. Menutup Diskusi

- 1) Mengakhiri diskusi dengan kesimpulan diakhir diskusi
- 2) Meriview jalannya diskusi dengan pendapat dari anggota diskusi kelompok sebagai umpan balik untuk perbaikan selanjutnya.²¹

²¹Amin and Yunike, *Model Pembelajaran Kontemporer*. Bandung : CV Permata.Hal.45

C. Pendidikan Agama Kristen (PAK)

Berikut beberapa definisi Pendidikan Agama Kristen menurut para ahli, R.Boehkle PAK adalah upaya yang dilakukan dengan kesadaran untuk membantu orang-orang dari segala usia, yang dipercayakan kepada para Sang Pemilik, untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan Allah di dalam Yesus Kristus, Alkitab dan kehidupan gereja yang mempersiapkan mereka untuk pelayanan di tengah-tengah keluarga Allah, jemaat, masyarakat dan alam di bawah bimbingan Roh Kudus. ^{.22}

Menurut Enklaar dan E.G. Homrighausen PAK adalah mengajar kepada tiap individu atau perorangan yang kemudian memsuki persekutuan bersama Yesus²³. Sedangkan menurut Yudo Wibowo PAK adalah suatu proses untuk mengembangkan setiap minat dan bakat setiap orang untuk menuju kepada ketaatan dan pengabdian kepada Allah yang berdasar kepada Alkitab yang kemudian diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari.²⁴ Tiga pendapat di atas tentu berbeda, Bohkle berpendapat bahwa PAK merupakan upaya sadar individu, Enklar dan Homrighausen berpendapat bahwa pengajaran kepada

²²J.R Gultom, *Bahan Penataran Tingkat Sekolah Lanjutan Menengah Pertama Dan Atas*.76

²³Homrighausen and Enklar, *Pendidikan Agama Kristen* (Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2013). Hal.38

²⁴J.R Gultom, *Bahan Penataran Tingkat Sekolah Lanjutan Menengah Pertama Dan Atas*. 87-88

individu, sedangkan Yudo Wibowo mengatakan bahwa PAK adalah proses pengembangan minat dan bakat dengan dasar Alkitab.

Berdasarkan tiga uraian pendapat para ahli di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa PAK adalah sebuah pendidikan yang diberikan kepada semua golongan tanpa ada perbedaan usia. Adapun pendidikan yang diberikan adalah pendidikan yang pengajarannya berpusat pada Alkitab yaitu firman Allah. PAK mengajarkan tentang cara hidup dalam ketaatan kepada Allah.

Hidup dalam ketaatan tentu berangkat dari hal bahwa seseorang dapat mengerti tentang Allah dan firman-Nya. Seseorang dapat menunjukkan ketaatannya kepada Allah apabila ia mengerti akan Pendidikan Agama Kristen, sehingga PAK menjadi salah satu mata pelajaran yang diwajibkan dalam dunia pendidikan. PAK dapat diterima oleh seseorang baik dalam lingkungan keluarga maupun dalam bangku sekolah. Pada peraturan pemerintah No 55 Tahun 2007 BAB 1 PASAL 1 mempunyai inti bahwa PAK adalah pendidikan yang dapat membentuk dan memproses seseorang agar memiliki sikap atau kepribadian dan juga keterampilan dalam mengimplementasikan setiap ajaran agama yang diberikan. Kita juga dapat melihat pada Peraturan Pemerintah Nomor 55 Tahun 2007 BAB II PASAL 3 AYAT 1 dan 2 yang dimana isinya adalah mewajibkan

bahwa PAK diselenggarakan pada semua jenjang pendidikan.²⁵ Berdasarkan peraturan pemerintah di atas, nampak bahwa PAK adalah pendidikan yang sangat penting bagi seseorang, oleh sebab itu PAK diwajibkan dalam semua jenjang pendidikan.

PAK diwajibkan dalam seluruh jenjang pendidikan, sebab PAK memiliki nilai sebagai tujuan khusus dari pembelajaran PAK. Seperti yang dikemukakan oleh Thomas H.Groome bahwa tujuan PAK adalah dapat memimpin orang ke kerajaan Allah di dalam Yesus Kristus.²⁶ Pendapat Thomas ini dapat diartikan bahwa PAK menolong seseorang agar memiliki kehidupan yang baik yang berkenan kepada Allah. Selanjutnya menurut Miler, bahwa tujuan PAK adalah mengantar pelajar untuk memiliki pengalaman hidup dengan Allah, Bapa Tuhan Yesus Kristus.²⁷ Dari pendapat Miler dapat diartikan bahwa PAK harus sungguh-sungguh diberikan kepada seseorang, agar mereka juga mendapatkan pengalaman hidup dengan Allah.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa, menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dalam proses pembelajaran PAK merupakan hal yang sangat penting dilakukan guru untuk dapat

²⁵Hasudungan Simatupang, Rony Simatupang, and Tianggur Medi Napitulu, *Pengantar Pendidikan Agama Kristen* (Yogyakarta: Andi, 2020).

²⁶Thomas H Groome, *Christian Religious Education; PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2010). 49

²⁷Fondasi Pendidikan Kristen, *Robert W.Pazmino* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2012).

memberikan dorongan semangat kepada peserta didik agar mereka mempunyai keinginan yang sungguh dan tertarik kepada pembelajaran Pendidikan Agama Kristen. Pembelajaran PAK yang menyenangkan ketika berlangsung di dalam kelas akan membuat siswa semakin tertarik dan menyukai pembelajaran PAK, sehingga membantu siswa untuk mampu mengimplementasikan nilai-nilai kristiani yang telah diajarkan. Siswa yang mampu menunjukkan antusiasnya terhadap pembelajaran Pendidikan Agama Kristen akan terbantu untuk menerapkan nilai-nilai pendidikan Kristen yang diterimanya, sebab ia mendapatkan lingkungan belajar yang menyenangkan untuknya.

D. *Ice Breaking*

1. Pengertian *Ice Breaking*

Ice Breaking adalah perpindahan situasi dari suasana menjenuhkan, membuat seseorang tidak bersemangat dan bahkan mengantuk menjadi lebih mengairahkan, lebih rileks dan bersemangat untuk menyimak dan mendengarkan orang yang berbicara di depannya.²⁸ Dalam bukunya "Nyalakan Kelasmu : 20 Metode Mengajar dan Aplikasinya" Sigit Setyawan mengatakan bahwa *ice breaking* merupakan aktivitas yang bisa dilakukan sebagai pembuka kelas atau di tengah-tengah proses pembelajaran untuk

²⁸Kusumo Suryoharjono, *100+ Ice Breaker Penyemangat Belajar*, Cetakan 1 (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2017). Hal 6

mencairkan suasana, meningkatkan kompetensi belajar siswa atau membangun motivasi belajar siswa.²⁹ Untuk itu *ice breaking* sangat mendukung kelas yang menggairahkan dan menyenangkan.

Lebih lanjut mengenai *ice breaking* dalam teorinya M.Said berpendapat bahwa *ice breaking* merupakan suatu aktivitas yang berfungsi untuk mengubah keadaan kebekuan kelompok.³⁰ Melalui *ice breaking* aktivitas belajar dapat menjadi suasana belajar yang asik dan menyenangkan, sehingga *ice breaking* sangat penting untuk dilakukan dalam memulai proses pembelajaran untuk merilekskan pikiran siswa sebelum menerima materi.

Maka dari itu, berdasarkan teori di atas maka, *ice breaking* adalah sebuah aktivitas yang dapat diterapkan untuk membuat keadaan kelas menjadi situasi belajar yang lebih menyenangkan, meningkatkan minat belajar siswa, mencairkan suasana tegang dan mengantuk menjadi suasana belajar yang lebih energi sehingga bahan ajar yang diberikan dapat diterima dan dipahami oleh siswa. Guru perlu memperhatikan ketepatan guna metode sudah sesuai dengan sasaran dan materi ajar atau belum. Tentunya seseorang yang dinyatakan telah siap dan bersemangat di awal kelas, maka

²⁹Setyawan Sigit, *Nyalakan Kelasmu* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2013).hal.10

³⁰Said, *80+ Ice Breaker Games : Kumpulan Permainan Penggugah Semangat*.hal 1

materi yang diajarkan juga akan lebih mudah diterimanya. Siswa akan menunjukkan ketertarikannya terhadap materi ajar oleh karena pikiran mereka telah rileks atau segar kembali.

Lebih lanjut mengenai *ice breaking* bahwa *ice breaking* merupakan perpaduan yang terjadi antara kegiatan belajar dan bermain yang tentunya akan membuat siswa merasa senang ketika belajar sambil bermain. Sebagai aktivitas yang dapat digunakan dalam proses belajar, *ice breaking* merupakan sebuah aktivitas dalam pembelajaran yang memadukan antara belajar dan bermain atau dapat dikatakan bahwa *ice breaking* itu merupakan sebuah “jeda pendinginan” yang keberadaannya sengaja diterapkan dalam proses pembelajaran untuk memecah kebekuan jalinan interaksi edukatif antara guru dan peserta didik selama proses pembelajaran dengan tujuan untuk memupuk motivasi belajar siswa.³¹ Berdasarkan beberapa teori di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *ice breaking* merupakan salah satu aktivitas pendukung dalam proses belajar yang dapat merubah suasana kelas belajar yang membeku (kaku) menjadi suasana kelas belajar yang mencair (menyenangkan). *Ice breaking* dapat dipadukan dengan teknik belajar

³¹Marwiyah, Alaudin, and Khaerul Ummah, *Perencanaan Pembelajaran Kontemporer Berbasis Penerapan Kurikulum 2013*, 1st ed. (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2018).

lainnya, sebab *ice breaking* dapat dilakukan dimana pun dan kapanpun, tanpa harus mengeluarkan biaya tertentu.

2. Pentingnya *Ice Breaking* dalam Proses Pembelajaran

Siswa yang menyatakan diri siap untuk menerima materi ajar tentu juga akan menunjukkan antusias mereka sampai akhir pembelajaran, dengan berbagai aktivitas yang mereka tunjukkan baik mencatat materi, pun menyimak dengan baik. Guru perlu memperhatikan keterampilan-keterampilan mengajar yang digunakan dalam kelas guna untuk memancing semangat siswa serta memfokuskan perhatian siswa sehingga pandangan dan arahan mereka dapat tertuju pada materi pembelajaran. Oleh karenanya, *ice breaking* penting untuk digunakan dalam proses pembelajaran. Wahyu Eko Handayani mengatakan terdapat empat point yang menjadi target akhir dari *ice breaking* :

- 1) Terciptanya kondisi kelas yang sama rata antara sesama peserta didik
- 2) Meniadakan sekat-sekat pembatas antar siswa, sehingga tidak ada lagi anggapan bahwa dia pintar, dia kaya, dan lain sebagainya sedangkan yang lainnya bodoh, miskin. Padahal semuanya sama, tidak ada pembedaan latar belakang untuk hak siswa dalam

kelas. Semua bebas memberikan sumbangsih pemikiran dan terlibat dalam aktivitas kelas

- 3) Menciptakan situasi kelas yang dinamis
- 4) Menimbulkan ketertarikan antara siswa untuk melakukan aktivitas belajar.

Lebih lanjut juga Wahyu Eko Handayani mengatakan bahwa ada point-point yang menjadi acuan saat *ice breaking* berlangsung yaitu :

- a) *Tutor* harus mempunyai *feeling* yang kuat ketika melakukan *ice breaking*. *Tutor* wajib memahami apakah keadaan kelas yang membeku sudah mencair atau masih perlu *ice breaking*, sebab apabila *ice breaking* sudah dihentikan dan keadaan kelas belum mencair maka tentu hal ini akan mengganggu dalam proses penyampaian materi
- b) Ketika *ice breaking* sedang berlangsung *tutor* harus mampu untuk mendeteksi beberapa siswa yang telah tersimpan dalam memori ingatannya tentang potensi siswa.
- c) Ketersediaan waktu dalam proses *ice breaking* sangatlah terbatas dan bersifat sementara, tergantung kepada tingkat cairnya suasana kelas yang membeku. Ada siswa yang mudah lebur dan ada yang sulit

karena terdapat perbedaan latar belakang dan perbedaan lainnya yang cukup signifikan.

- d) Membangun pandangan yang berkesan positif dari siswa baik dari segi pendapat, sikap dan interaksi dengan siswa.

Setiap pelaksanaan *ice breaking* guru harus memperhatikan point penting dan hal-hal yang harus dilakukan saat *ice breaking*. Guru perlu memperhatikan setiap suasana kelas yang membeku, menegangkan, siswa yang mengantuk, suasana kelas yang menjenuhkan, membosankan, kurang menarik telah mencair menjadi suasana kelas yang lebih berwarna dalam artian mental dan psikis siswa telah dinyatakan siap untuk menerima materi atau bahan ajar di kelas. Apabila telah dinyatakan siap, maka siswa juga akan menunjukkan ketertarikannya terhadap proses pembelajaran yang dapat guru lihat dari antusias siswa sejak awal sampai akhir kelas.

3. Prinsip dalam Melakukan *Ice Breaking*

Ketertarikan yang dimiliki dalam mengikuti proses pembelajaran harus ditanamkan oleh semua pendidik. Membuat siswa menyadari betapa pentingnya belajar, dan merangsang rasa ingin tahu siswa tentang materi pembelajaran, serta membantu mereka mencapai hasil yang direncanakan, sehingga yang menjadi

tantangan bagi para guru adalah bagaimana agar siswa dapat tertarik untuk menyimak materi ajarnya.

- a. Perlu diberikan dalam porsi yang cukup, apabila kelas sudah kondusif, dan siswa sudah menunjukkan semangatnya maka, *ice breaking* sudah tidak perlu dilakukan lagi.
- b. Memperhatikan kesesuaian usia siswa, apakah *ice breaking* yang dilakukan dapat dipahami dan dilakukan oleh siswa. Apabila *ice breaking* yang digunakan tidak tepat guna, maka tentu hal ini akan menimbulkan kekeliruan dalam kelas dan bahkan dapat dipastikan bahwa kelas tidak berjalan kondusif.
- c. Memperhatikan waktu yang digunakan, *ice breaking* tentunya memiliki waktu, sehingga penting untuk memperhatikan ketepatan waktu yang dipakai.
- d. Melibatkan semua peserta didik, *ice breaking* akan sangat baik apabila melibatkan seluruh siswa, terutama membangun kerjasama dan kesetaraan dalam kelas.
- e. *Ice Breaking* butuh persiapan : seorang pengajar yang akan menerapkan *ice breaking* perlu melakukan persiapan. Pengajar perlu memilih jenis *ice breaking* yang paling tepat digunakan dan dapat

dikuasai oleh siswa. *Ice breaking* perlu dipersiapkan, sebab segala sesuatu yang dilakukan dalam proses pembelajaran tidak bias asal-asalan. Segala sesuatunya perlu dipersiapkan dengan matang, karena tugas seorang guru adalah mengantarkan dan memfasilitasi peserta didik agar mampu mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Seorang guru harus menyiapkan diri baik secara fisik, penampilan dan mental. Dari segi fisik dan penampilan, guru haruslah terlihat segar, sehat, rapih, dan berpenampilan yang sesuai dengan profesi. Dari segi mental, guru harus percaya diri dan mampu menunjukkan wibawa, menguasai substansi materi, dan mampu membangun interaksi yang baik dengan siswa.

- f. *Ice Breaking* butuh perencanaan : apapun bentuk *ice breaking* yang digunakan untuk memecah kebekuan dalam kelas haruslah direncanakan dengan matang. Guru wajib merencanakan pada saat kapan dan di mana guru menggunakan *ice breaking* ketika mengajar atau memaparkan materi kepada siswa. Hal ini dilakukan karena proses pembelajaran yang dilakukan dalam kelas mempunyai batasan durasi dan mempunyai struktur pembelajaran yang jelas. Apabila tidak direncanakan, hal tersebut akan mengganggu durasi

pembelajaran menjadi terganggu dan merusak struktur pemaparan materi. Oleh sebab itu, *ice breaking* perlu direncanakan dengan matang setiap jenis *ice breaking* yang dilakukan untuk menyusun bahan-bahan pembelajaran seperti RPP, *powerpoint* materi serta alat peraga dan alat bantu yang diperlukan, dengan demikian *ice breaking* yang telah tertulis dan terencana dalam dokumen pembelajaran dapat terstruktur dan terkonsep dalam pengaturan waktu yang ditentukan, sehingga materi juga dapat tersampaikan dengan baik.³²

4. Jenis – Jenis Ice Breaking

Terdapat beberapa jenis-jenis *ice breaking* yang dapat diimplementasikan dalam aktivitas belajar, antara lain :

b. Jenis Yel-yel

Walaupun paling sederhana, tetapi *yel-yel* mampu untuk memusatkan perhatian kembali tanpa harus berteriak *yel-yel*.

terbukti efektif untuk menanamkan semangat

c. Jenis Tepuk Tangan

Tepuk tangan mampu menunjukkan ekspresi bahwa sedang bergembira. Jenis tepuk tangan ini juga dapat dilakukan oleh siapa

³²Budi Sukmajadi, Elva Simajuntak. 2018. *Powerfull Ice Breaking*. Yogyakarta: Samudra Biru Hal.5

pun tanpa memandang usia sebab pada dasarnya *ice breaking* ini dapat dilakukan oleh anak-anak sampai dengan usia dewasa. Tepuk tangan dapat dikreasikan dengan menjadi banyak modelnya, sehingga menimbulkan suasana yang lebih bergairah.

d. Jenis Bernyanyi

Bernyanyi dapat dilakukan untuk kembali membangun ketertarikan siswa. Misalnya mengajak siswa untuk menyanyikan lagu-lagu.

e. *Games*

Guru dapat memilih salah satu diantara beragam games yang ada, dengan tetap memperhatikan kesesuaian dan juga ketepatan guna dalam pemilihan *games*.

f. Jenis Gerak Tubuh

Setelah seharian siswa duduk belajar, maka perlu rileksasi dengan melakukan gerakan tubuh dimana hal ini untuk mengembalikan kondisi psikologi siswa kembali segar.

g. Jenis Gerak dan Lagu

Melakukan *ice breaking* dengan mengkolaborasikan antara gerak dan lagu.

5. Kelebihan dan Kekurangan *Ice Breaking*

Setiap aktivitas-aktivitas yang diterapkan dalam kelas tentu memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Seperti halnya dengan penerapan *ice breaking* yang dilakukan dalam proses pembelajaran. Kelebihannya termasuk membuat waktu terasa lebih cepat, membuat pembelajaran menjadi menyenangkan dan menarik bagi siswa, membuat siswa kembali fokus dan tidak mengantuk, dan menciptakan suasana yang tenang.³³ Berdasarkan kelebihan dari *ice breaking*, jelas bahwa *ice breaking* dapat dijadikan sebagai metode pembelajaran. *Ice breaking* dapat membuat suasana belajar lebih menyenangkan, sehingga siswa yang mengantuk dan jenuh dapat kembali bersemangat, yang malas dapat kembali fokus sebab mereka menerima pembelajaran yang dapat membuatnya tertarik sehingga siswa juga dapat menunjukkan motivasinya dalam mengikuti proses pembelajaran.

Sedangkan kekurangan dari *ice breaking* adalah penerapannya disesuaikan dengan kondisi di tempat pelaksanaan, *ice breaking* yang tidak bervariasi atau sama terus, dapat membuat siswa enggan untuk mengikuti

³³Ibnu Husen Rahmatullah, *Sekuntum Essay Pendidikan Dasar* (Jawa Tengah: PT Nasya Expanding Management, 2022). Hal.71

ice breaking yang diberikan.³⁴ Tentunya kekurangan *ice breaking* ini adalah tantangan bagi pendidik sebagai pengatur metode belajar, guru harus variatif memilah *ice breaking* yang diberikan. *Ice breaking* yang bervariasi tiap pembelajaran tentu akan membuat siswa merasa tertarik dan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, sebab mereka mendapatkan hal baru tiap pertemuan kelasnya sehingga siswa tidak bosan dalam kegiatan belajar.

Berdasarkan uraian di atas *ice breaking* merupakan salah satu aktivitas pendukung yang dapat dikolaborasikan dengan metode pembelajaran salah satunya yaitu metode diskusi sebagai salah satu alternatif yang dapat diterapkan untuk mengatasi kejenuhan belajar siswa, sebab dapat merangsang pikiran siswa untuk saling berpacu dan bersemangat mengikuti pembelajaran. *Ice breaking* dapat membuat siswa kembali segar dan bersemangat apalagi jika dipadukan dengan metode pembelajaran yang cocok, sehingga keduanya dapat diimplementasikan untuk mengatasi kejenuhan atau kebosanan siswa ketika belajar sehingga dapat mewujudkan pembelajaran yang menyenangkan dan menarik bagi siswa dan bagi guru. *Ice breaking* yang dipadukan dalam metode diskusi sangatlah cocok untuk diterapkan pada beberapa mata pelajaran yang umumnya dominan

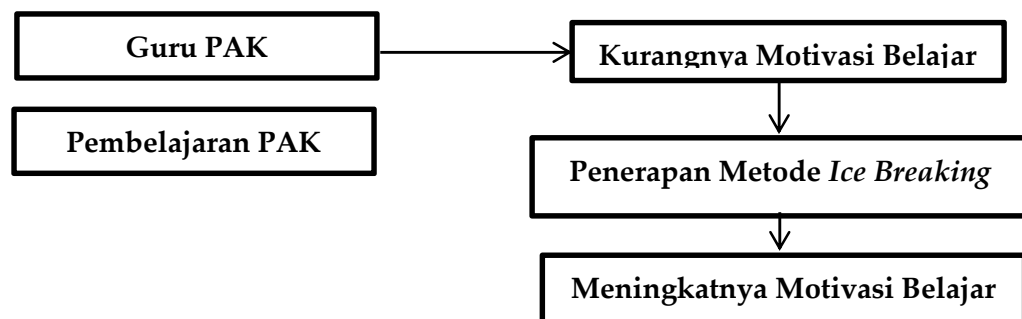
³⁴Ibu Husen Rahmatullah and Dkk., *Sekuntum Essay Pendidikan Dasar*, ed. Juwita Rini (Jawa Tengah: PT.Nasya Expanding Management, 2022).Hal 57

membahas teori dan sejarah seperti pada pembelajaran PAK. Pembelajaran PAK yang diberikan sebagian besar merupakan teori-teori dan sejarah yang berkaitan dengan Alkitab sebagai Firman Tuhan. Apabila guru hanya berfokus pada penyampaian materi terus menerus tentu akan membuat siswa jenuh dan bosan, sehingga berdampak pada situasi atau lingkungan belajar yang kurang menarik dan membuat kelas menjadi pasif akibatnya materi tidak dapat tersampaikan dengan baik. Oleh karena itu, guru juga perlu mengkolaborasikan metode yang digunakan dengan aktivitas pendukung dalam proses pembelajaran, sehingga suasana kelas dapat hidup dan menarik bagi siswa, dan materi pembelajaran dapat tersampaikan dengan baik.

E. Kerangka Berpikir

Pembelajaran PAK dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi sepanjang proses pembelajaran dari awal sampai akhir kelas. Metode ceramah berkepanjangan dalam pembelajaran tersebut bersifat menjenuhkan, banyak siswa mengantuk, kurang antusias mengikuti pembelajaran. Siswa tidak memberikan respon balik, bahkan tidak mencatat setiap materi yang dijelaskan, juga tidak mengerjakan tugas yang diberikan. Sehingga kondisi tersebut menunjukkan bahwa siswa kurang semangat dan mengalami

kejuhan untuk dapat mengikuti pembelajaran PAK. Maka dari itu, dibutuhkan peralihan suasana belajar untuk dapat mengatasi kejenuhan belajar siswa terhadap pembelajaran PAK. Aktivitas ini lebih cocok untuk dapat memberikan daya tarik dari perhatian siswa agar lebih antusias mengikuti proses belajar di kelas karena dapat mencairkan suasana kebekuan dalam kelas. Maka dari itu, kerangka pada penelitian tindakan kelas bisa diilustrasikan dalam kerangka berpikir sebagai berikut :



Daftar Gambar II.1 Bagan Kerangka Berpikir

F. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan. Penulis mencantumkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Eko Darmianto pada tahun 2017 yang meneliti tentang “Upaya Menurunkan Kejenuhan Belajar Melalui Bimbingan Kelompok Teknik *Games* Pada Siswa Kelas XI Akuntansi SMK YPKK 2 Sleman”. Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk menurunkan kejenuhan belajar siswa kelas XI Akuntansi SMK

YPKK Sleman melalui bimbingan kelompok dengan teknik *games*. Dari hasil penelitian maka diperoleh keseluruhan bahwa kejenuhan belajar siswa dapat turun sebesar 75% menjadi target keberhasilan 70%. Sehingga penelitian dengan menggunakan *ice breaking games* dapat mengatasi kejenuhan belajar pada siswa.³⁵

G. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan rumusan masalah dapat diambil hipotesis tindakan bahwa penerapan teknik *ice breaking* dalam metode diskusi terhadap pembelajaran PAK mampu untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas X 2 SMA Kristen Barana' terhadap pembelajaran Pendidikan Agama Kristen yang berlangsung dalam kelas atau setiap aktivitas proses belajar.

³⁵Muhammad Ilham Mubarak, "Upaya Menurunkan Kejenuhan Belajar Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Games Pada Siswa Kelas XI Akuntansi SMK YPKK 2 Sleman" Vol.4 .Hal 2

