

**KEJENUHAN AKTIVITAS BELAJAR PRAKTIKUM EKOLOGI HEWAN PADA  
MAHASISWA PENDIDIKAN BIOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) ALAUDDIN MAKASSAR**

**Nurhayati**

Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, kampus II  
Jl. H.M. Yasin Limpo No.36 Samata-Gowa, Sulawesi Selatan, 92118  
Email: ayatinur95@gmail.com

**Muchlisah**

Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, kampus II  
Jl. H.M. Yasin Limpo No.36 Samata-Gowa, Sulawesi Selatan, 92118  
Email: icha.muchlisah@gmail.com

**Eka Damayanti**

Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, kampus II  
Jl. H.M. Yasin Limpo No.36 Samata-Gowa, Sulawesi Selatan, 92118  
Email: eka.damayanti@uin-alauddin.ac.id

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kejenuhan aktivitas belajar praktikum ekologi hewan pada mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar. Penelitian kuantitatif deskriptif ini memiliki sampel sebanyak 70 orang yang diambil populasi seluruh mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi angkatan tahun 2014. Data hasil penelitian yang diambil menggunakan instrumen angket praktikum ekologi hewan dan skala kejenuhan aktivitas belajar selanjutnya diolah menggunakan statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan kejenuhan aktivitas belajar mahasiswa pendidikan biologi diketahui 8 orang (11,428%) yang berada pada kategori rendah, 44 orang (62,857%) berada dalam kategori sedang, terdapat 18 orang (25,714%) berada dalam kategori tinggi. Sementara itu, jika dilihat dari rata-rata yang diperoleh sebesar 138,7 sehingga dapat disimpulkan bahwa kejenuhan aktivitas belajar mahasiswa pendidikan biologi berkategori sedang. Hal itu terjadi karena menumpuknya mata kuliah praktikum pada semester tersebut sehingga menyebabkan sebagian besar mahasiswa merasakan jenuh dalam belajar.

*Kata Kunci: Aktivitas Belajar, Kejenuhan, Praktikum Ekologi Hewan*

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu keharusan bagi setiap manusia dan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh dan berkembangnya suatu negara. Pendidikan merupakan masalah yang tidak pernah selesai (*unfinished agenda*) karena pendidikan selalu tidak pernah memuaskan. Pendidikan selalu dibicarakan bahkan selalu menjadi bahan perdebatan, dan semua orang mengambil bagian bila yang dibicarakan adalah pendidikan karena semua orang berkepentingan dengan pendidikan. Orang yang ingin memperbaiki seseorang, sekelompok orang, suatu negara bahkan dunia, pasti akan melakukannya, langsung atau tidak langsung melalui pendidikan.

Pendidikan merupakan hal utama dan menjadi salah satu faktor terpenting dalam menjalani hidup bermasyarakat, berbangsa dan bernegara. Sebab tanpa pendidikan, manusia tidak akan pernah mengubah strata sosialnya untuk menjadi lebih baik. Firman Allah dalam QS.Ar-Rad ayat 11 :

*“sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum sehingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka”.*

M.Quraish Sihab menafsirkan ayat di atas bahwa Allah telah menetapkan, Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka. Yakni kondisi kejiwaan atau sisi dalam diri mereka seperti mengubah kesyukuran menjadi kekufuran, ketaatan menjadi kedurhakaan, iman menjadi penyekutuan dan ketika itu Allah akan mengubah ni'mat (nikmat) menjadi niqmat (bencana), hidayah menjadi kesesatan, kebahagiaan menjadi kesengsaraan dan seterusnya. Ini adalah satu ketetapan pasti yang kait-mengait.

Pendidikan yang bermutu adalah ketika peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya, untuk mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, akhlak mulia, serta keterampilan yang dimiliki dirinya, masyarakat berbangsa dan bernegara yang dilakukan secara sadar dan terencana

Pembelajaran adalah integrasi dari proses dan produk. Hal ini mengindikasikan bahwa proses pembelajaran yang baik akan berdampak baik pula pada produk atau hasil dari pembelajaran tersebut. Proses pembelajaran tidak terlepas dari peran pendidik dan

peserta didik. Salah satu hal yang mempengaruhi pada proses pembelajaran adalah aktivitas belajar peserta didik.

Aktivitas belajar (Sadirman, 2005) adalah serangkaian kegiatan fisik atau jasmani maupun mental atau rohani yang saling berkaitan sehingga tercipta belajar yang optimal. Dalam aktivitas belajar ini peserta didik haruslah aktif mendominasi dalam mengikuti dalam mengikuti proses belajar mengajar sehingga mengembangkan potensi yang ada pada dirinya.

Aktivitas belajar (Nasution, 2000) adalah aktivitas yang bersifat jasmani ataupun rohani. Dalam proses pembelajaran, kedua aktivitas tersebut harus selalu terkait. Peserta didik dituntut untuk berfikir dan beraktivitas dalam belajar dengan dibari metode pembelajaran yang bervariasi dan tidak membosankan.

Jenis-jenis aktivitas belajar menurut Nanang Hanafiah dan Cucu Suhana (2011) dibagi dalam tujuh kelompok yaitu: a) *Visual Activities* (kegiatan-kegiatan visual) yaitu membaca, melihat gambar-gambar, mengamati eksperimen, demonstrasi, pameran, dan mengamati orang lain bekerja atau bermain. b) *Oral Activities* (kegiatan-kegiatan lisan) yaitu mengemukakan suatu fakta atau prinsip, menghubungkan suatu kejadian dengan mengajukan pertanyaan, memberi saran, mengemukakan pendapat, wawancara dan diskusi. c) *Listening Activities* (kegiatan-kegiatan mendengar) yaitu mendengarkan penyajian bahan, mendengarkan percakapan diskusi kelompok atau mendengarkan radio. d) *Writing Activities* (kegiatan-kegiatan menulis) yaitu menulis cerita, menulis laporan, memeriksa karangan, bahan-bahan copy, membuat outline atau rangkuman dan mengerjakan teks atau mengisi angket. e) *Motor Activities* (kegiatan-kegiatan motorik) yaitu melakukan lipercobaan, melihat alat-alat, melaksanakan pameran, membuat model, menyelenggarakan permainan. f) *Emotional Activities* (kegiatan-kegiatan emosional) yaitu minat, berani, tenang, merasa bosan dan gugup.

Dilihat dari sudut ilmu mendidik, belajar berarti perbaikan dalam tingkah laku dan kecakapan-kecakapan (manusia), atau memperoleh kecakapan-kecakapan dan tingkah laku yang baru. Jadi, perubahan dan perbaikan yang terjadi dalam belajar itu terutama ialah perubahan atau perbaikan dari fungsi-fungsi psikis yang menjadi syarat dan mendasari perbaikan tingkah laku dan kecakapan-kecakapan. Termasuk didalamnya perubahan dalam

pengetahuan, minat dan perhatian yang dibentuk oleh tenaga-tenaga fungsi-fungsi psikis dalam pribadi manusia itu.

Kegiatan belajar mengajar di perguruan tinggi tidak hanya kuliah saja, akan tetapi juga meliputi diskusi, seminar, dan praktikum (laboratorium), dalam pembelajaran biologi di Prodi Pendidikan Biologi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Alauddin Makassar, kegiatan belajar mengajar tidak hanya dilakukan di dalam kelas. Ciri dari belajar Biologi yaitu adanya kegiatan laboratorium atau praktikum. Kegiatan praktikum ini dilaksanakan karena pembelajaran biologi tidak hanya mementingkan hasil melainkan proses.

Istilah praktikum biasanya digunakan untuk menunjukkan kegiatan yang dilakukan di laboratorium. Kegiatan praktikum yang dilakukan oleh siswa merupakan kegiatan praktik yang bertujuan agar siswa terlibat langsung dalam pengalaman belajar yang terencana dan berinteraksi dengan peralatan untuk mengobservasi serta memahami fenomena.

Praktikum atau kegiatan laboratorium (Djohar Maknun, 2012) merupakan kegiatan yang melibatkan seluruh aktivitas, kreativitas dan intelektualitas siswa. Salah satu keterampilan dan kreativitas yang diperlukan dan harus dikuasai siswa adalah keterampilan merencanakan suatu percobaan, meliputi keterampilan menentukan alat dan bahan, menentukan variabel, menentukan hal-hal yang perlu diamati dan dicatat, menentukan langkah kerja, serta cara pengolahan data untuk menarik kesimpulan sementara. Praktikum merupakan kegiatan siswa dengan menggunakan bahan dan atau alat serta melakukan pengamatan atau percobaan atau melatih keterampilan Sains. Pada dasarnya kegiatan praktikum dapat dilakukan di laboratorium maupun di alam terbuka.

Berdasarkan alasan di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan praktikum merupakan sarana belajar ilmiah, karena kegiatan praktikum menjadikan siswa sebagai seorang ilmuwan yang bekerja secara ilmiah dan mengembangkan sikap ilmiah. Selain itu praktikum juga dapat menunjang pemahaman materi siswa, karena dalam kegiatan praktikum mereka dapat menemukan serta membuktikan teori yang telah mereka pelajari. Selain itu, kegiatan praktikum juga dapat mengembangkan keterampilan dasar

bereksperimen seperti observasi, mengumpulkan data, melakukan pengukuran dan menggunakan alat praktikum.

Kegiatan akademik kuliah pada jurusan pendidikan biologi adalah praktikum tentang suatu topik dari materi perkuliahan. Dimana kegiatan praktikum dilaksanakan disetiap semester. Pada semester 4 (empat) mahasiswa pendidikan biologi harus melewati sebanyak 6 praktikum yang dari matakuliah genetika, mikrobiologi, biologi reproduksi, anatomi fisiologi hewan, struktur hewan dan anatomi fisiologi tumbuhan. Sedangkan pada semester 5 (lima) mahasiswa pendidikan biologi melakukan praktikum ekologi hewan yang terdiri dari 7 judul pokok materi, dalam kegiatan praktikum ini terjadi interaksi langsung antara mahasiswa dan asisten praktikum bahkan dengan dosen pemegang matakuliah yang di praktikumkan seperti respon TP (Tugas Pendahuluan) sebagai salah satu syarat untuk mengikuti praktikum, proses pemeriksaan laporan dan respon isi laporan yang telah dibuat mahasiswa oleh asisten praktikum.

Berdasarkan hasil wawancara dari beberapa mahasiswa pendidikan biologi pada angkatan 2012-2013 mengenai proses pelaksanaan praktikum jurusan pendidikan biologi khususnya pada praktikum ekologi hewan, diketahui bahwa mahasiswa mengalami fenomena kejenuhan dilihat dari keluhan mahasiswa dari hasil wawancara. Dimana keluhan mahasiswa stress menghadapi praktikum yang begitu banyak, bergadang semalaman menulis laporan dengan tulisan tangan belum lagi laporan harus diperiksa oleh sisten dan dipantul bebelapakali, dalam melaksanakan praktikum banyak persyaratan yang harus dilalui seperti tugas pendahuuluan, respon tugas pendahuluan yang ketat, mencari bahan praktikum dan lain sebagainya. Pada saat pelaksanaan praktikum ekologi hewan mahasiswa melakukan pengamatan selama 24 jam untuk mengamati uji toksisitas limbah deterjen terhadap mortalitas hewan air (ikan air tawar).

Kejenuhan sebagai kondisi emosional dimana seseorang merasa lelah dan jenuh secara mental atau fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan yang meningkat. Situasi menghadapi tuntutan dari penerima layanan menggambarkan keadaan yang menuntut secara emosional (*emationally demanding*). Pada akhirnya dalam jangka panjang seseorang akan mengalami kejenuhan, karena ia berusaha memberikan sesuatu secara maksimal, namun memperoleh apresiasi yang minimal. Karenanya, terhadap pengertian kejenuhan

Pines dan Aronson menyatakan bahwa walaupun durasi, intensitas, frekuensi, dan konsekuensinya beragam, kejenuhan selalu, mempunyai tiga komponen yaitu kelelahan fisik, kelelahan emosional dan kelelahan mental (Brunk, 2006).

Jenuh adalah padat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apapun. Selain itu, jenuh juga bukan berarti jemu atau bosan. Dalam belajar, disamping siswa sering mengalami kelupaan, ia juga terkadang mengalami pikiran negative lainnya yang disebut jenuh belajar yang dalam istilah psikologi lazim disebut *learning plateau*. Peristiwa jenuh ini kalau dialami seorang siswa yang sedang dalam proses belajar (kejenuhan belajar) dapat membuat siswa tersebut merasa telah memubazirkan usahanya. Burnout telah digambarkan sebagai suatu sindrom Kelelahan Emosional, Depersonalisasi, dan Mengurangi Pemenuhan yang dimana suatu resiko khusus untuk individu yang bekerja dengan orang lain dalam beberapa kapasitas tertentu.

Secara harfiah, arti jenuh adalah padat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apapun. Faktor-faktor penyebab jenuh dalam belajar yaitu karena kecemasan siswa terhadap dampak negatif yang ditimbulkan oleh keletihan itu sendiri, karena kecemasan terhadap standar atau patokan keberhasilan bidang studi tertentu yang dianggap terlalu tinggi terutama ketika sedang merasa bosan mempelajari bidang studi tadi dan karena berada ditengah-tengah situasi kompetitif yang ketat dan lebih banyak kerja intelektual yang berat, karena mempercayai konsep kinerja akademik yang optimum, sedangkan dia sendiri menilai belajarnya sendiri hanya berdasarkan ketentuan yang dibuat sendiri (Muhibin Syah, 2013). Jadi, Kejenuhan aktivitas belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu tidak bersemangat atau hidup tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar.

Kejenuhan dan kelelahan tidak bisa dipisahkan atau terkait satu sama lain. Dimana kelelahan ialah ungkapan perasaan yang tidak enak secara umum, suatu perasaan kurang menyenangkan, perasaan resah dan capek yang menguras seluruh minat dan tenaga. Kelelahan diri adalah tidak ada atau hilangnya minat terhadap kegiatan yang dilakukan oleh seseorang itu sendiri. Kelelahan diri adalah peristiwa menurunnya kekuatan manusia untuk melaksanakan aktivitas. Kelelahan yang dimaksud adalah sebagai syarat bahwa energi

tubuh kita menjadi sangat susut akibat digunakan untuk menyelesaikan berbagai aktivitas atau tugas pekerjaan (Baharuddin, 2009).

Faktor penyebab kejenuhan dapat digolongkan dalam dua golongan, yaitu: a) Faktor intern (faktor dari dalam diri) yang meliputi: faktor fisiologi dan faktor psikologis. b) Faktor ektern (faktor dari luar diri) yang meliputi: faktor-faktor non social dan faktor-faktor social. Faktor penyebab kejenuhan (Thursan Hakim, 2004), sebagaimana kejenuhan pada aktivitas-aktivitas lainnya pada umumnya disebabkan suatu proses yang berlangsung secara monoton (tidak bervariasi) dan telah berlangsung sejak lama. Adapun faktor yang menjadi penyebab kejenuhan belajar sebagai berikut: a) Cara atau metode belajar yang tidak bervariasi. b) Belajar hanya ditempat tertentu. c) Suasana belajar yang tidak berubah-ubah. d) Kurangnya aktivitas rekreasi atau hiburan. e) Adanya ketegangan mental kuat dan berlarut-larut pada saat belajar

Terdapat empat area kejenuhan belajar mahasiswa (Mubiar Agustin, 2009) yaitu kelelahan emosional, kelelahan fisik, kelelahan kognitif dan hilangnya motivasi. Dari keempat area tersebut terdapat 24 indikator yaitu: a) Indikator secara emosional adalah: 1) Merasa gagal dalam belajar. 2) Merasa bersalah dan menyalahkan. 3) Merasa dikejar-kejar waktu. 4) Mudah marah dan benci. 5) Mudah cemas. 6) Mudah kehilangan kendali diri. 7) Dan mengalami ketakutan berlebih. b) Indikator kelelahan fisik, sebagai berikut: 1) Merasa lelah dan letih setiap hari. 2) Sakit kepala dan gangguan lambung. 3) Mengalami gangguan tidur dan mengalami gangguan makan. 4) Menggunakan obat terlarang. 5) Nafas sering berdebar-debar. c) Indikator kelelahan kognitif, sebagai berikut: 1) Enggan membantu dalam kegiatan belajar. 2) Kehilangan makna dan harapan dalam belajar. 3) Kehilangan gairah dan kekuatan untuk belajar. 4) Merasa terjebak dalam belajar. 5) Kesulitan berkonsentrasi dan sering lupa dalam belajar. 6) Terbebani dengan banyak tugas belajar. 7) Merasa rendah diri. d) Indikator kehilangan motivasi, sebagai berikut: 1) Kehilangan idealisme dalam belajar. 2) Kehilangan semangat belajar. 3) Mudah menyerah. 4) Mengalami ketidak puasan dalam belajar 5) Kehilangan belajar

Kejenuhan belajar juga mempunyai tanda-tanda atau gejala yang sering dialami yaitu timbulnya rasa enggan, malas, lesu, dan tidak ada gairah untuk belajar. Tanda-tanda kejenuhan pribadi (Fabella Arman T, 1993) dapat dibedakan menjadi dua, yaitu secara fisik

dan secara kejiwaan dan perilaku: a) Secara fisik, sebagai berikut: Letih, Merasa badan makin lemah, Sering sakit kepala, Gangguan pencernaan, Sukar tidur, Nafas pendek dan Berat badan naik atau turun. b) Secara kejiwaan, sebagai berikut: Kerja makin keras tetapi prestasi makin menurun, Merasa bosan dan merasa bingung, Semangat rendah, Merasa tidak nyaman, Mempunyai perasaan sia-sia dan Sukar membuat keputusan

Fenomena kejenuhan belajar mahasiswa tidak dapat didiamkan begitu saja, sebab fakta menunjukkan bahwa persentase mahasiswa yang mengalami kejenuhan belajar cenderung meningkat seiring dengan lama waktu kuliah. Artinya, semakin lama mahasiswa kuliah akan semakin berat derajat kejenuhan belajar yang akan mereka alami, maka Pham (2004) menyatakan "*learning burnout is actually something a lot more serious than people just being stressed from school*" karena kejenuhan belajar merupakan fenomena perilaku yang kompleks, unik dan pada sisi tertentu dapat dikatakan sulit untuk ditebak.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kejenuhan aktivitas belajar praktikum ekologi hewan pada mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi Angkatan 2014 Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar. Hal ini akan membawa pada pemahaman yang lebih mendalam akan dinamika kejenuhan aktivitas belajar yang dialami oleh mahasiswa agar menjadi data dasar bagi pihak pimpinan jurusan untuk membuat kebijakan agar kedepan tidak lagi terjadi hal yang demikian minimal meminimalisir dampak negatifnya.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian kuantitatif deskriptif ini memiliki sampel berupa keseluruhan jumlah populasi yakni seluruh mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi Angkatan 2014 Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Alauddin Makassar yang berjumlah 70 orang. Peneliti menggunakan sampel populasi karena jumlahnya kurang dari 100 orang. Adapun instrument yang digunakan berupa skala likert variabel kejenuhan aktivitas belajar yang berisi 48 item. Item tersebut disusun sendiri oleh peneliti dengan mengadaptasi skala kejenuhan dari Agustin (2009), Musfirah (2015), dan Hasanuddin (2016). Adapun aspek kejenuhan terdiri dari (1) Kelelahan Emosional; (2) Kelelahan Fisik; (3) Kelelahan Kognitif; dan (4) Kelelahan Motivasi. Berdasarkan uji validitas dan uji

reliabilitas dari 48 item soal yang diujikan, terdapat 41 item soal yang valid dan reliabel. Dengan kriteria yang digunakan untuk menentukan koefisien validitas suatu item soal adalah  $r_{xy} = 0,30$ , dimana nilai koefisien validitas yang diperoleh sebesar 0,322 sampai 0,712. Sedangkan kriteria yang digunakan untuk menentukan koefisien reliabelitas suatu item soal adalah jika nilai Cronbach's Alpha mendekati 1,00, dimana nilai Cronbach Alpha yang diperoleh adalah sebesar 0.869, artinya nilai Cronbach's Alpha mendekati 1,00. Maka dapat disimpulkan bahwa item- item instrumen penelitian tersebut reliabel. Data yang valid tersebut lalu dianalisis menggunakan statistik deskriptif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian hasil dan pembahasan ini akan diuraikan gambaran kejenuhan aktivitas belajar saat praktikum Ekologi Hewan pada mahasiswa Pendidikan Biologi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Data hasil penelitian menggambarkan nilai tertinggi ( $X_t$ ): 150, nilai terendah ( $X_r$ ): 102 dengan jumlah sampel ( $n$ ): 70. Adapun interval nilai dapat dilihat pada table berikut ini:

Tabel 1: Interval kejenuhan aktivitas belajar mahasiswa pendidikan biologi

Interval	Frekuensi (fi)	Titik Tengah (xi)	fi.xi	X-X	(X-X) <sup>2</sup>	f(X-X) <sup>2</sup>
<b>102-108</b>	1	105	105	-33,700	1135,690	1135,690
<b>109-115</b>	0	112	0	-26,700	712,890	0,000
<b>116-122</b>	1	119	119	-19,700	388,090	388,090
<b>123-129</b>	7	126	882	-12,700	161,290	1129,030
<b>130-136</b>	18	133	2394	-5,700	32,490	584,820
<b>137-143</b>	16	140	2240	1,300	1,690	27,040
<b>144-150</b>	27	147	3969	8,300	68,890	1860,030
<b>Total</b>	<b>70</b>		<b>9709</b>			<b>5124,700</b>

Tingkat kejenuhan aktivitas belajar mahasiswa pendidikan biologi dapat diketahui dengan melakukan kategorisasi, kemudian dinyatakan sebagai acuan atau norma dalam pengelompokan skor individu, yang terlebih dahulu ditetapkan batasannya berdasarkan

satuan standar deviasi ( $\sigma$ ) dan mean teoritisnya ( $\mu$ ). Berdasarkan hasil analisis deskriptif, maka diperoleh standar deviasi sebesar 9,121 dan nilai rata-rata atau meannya sebesar 138,7. Kategori tingkat kejenuhan aktivitas belajar mahasiswa dapat dikelompokkan dalam tiga kategori dengan menggunakan kategorisasi yaitu; kategori tinggi, sedang, dan rendah. Kategori tingkat kejenuhan aktivitas mahasiswa pendidikan biologi sesudah melaksanakan kegiatan praktikum dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2. Kategori kejenuhan aktivitas belajar mahasiswa pendidikan biologi**

No	Kategorisasi Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$x < 129,579$	8	11,43	Rendah
2	$129,579 \leq x < 147,821$	44	62,86	Sedang
3	$147,821 \leq x$	18	25,71	Tinggi
Jumlah		70	100	

Berdasarkan data yang diperoleh diatas, dengan memperhatikan 70 mahasiswa sebagai sampel dapat diketahui bahwa gambaran kejenuhan aktivitas belajar mahasiswa pendidikan biologi diketahui bahwa 8 orang (11,428%) yang berada pada kategori rendah, 44 orang (62,857%) berada dalam kategori sedang, terdapat 18 orang (25,714%) berada dalam kategori tinggi. Sementara itu, jika dilihat dari rata-rata yang diperoleh sebesar 138,7 sehingga dapat disimpulkan bahwa kejenuhan aktivitas belajar mahasiswa pendidikan biologi berkategori sedang.

Hasil tersebut di atas sebagai totalitas skor kejenuhan dari empat aspek yang diukur, yakni (1) Kelelahan Emosional; (2) Kelelahan Fisik; (3) Kelelahan Kognitif; dan (4) Kelelahan Motivasi. Meskipun secara keseluruhan sample berada pada kejenuhan yang kategori sedang, namun tidak bisa dinafikan bahwa banyak juga yang ternyata mengalami kejenuhan yang tinggi, yakni sebesar 25,71 persen.

Aktivitas belajar merupakan kebiasaan belajar yang dilakukan oleh individu secara berulang-ulang sehingga menjadi otomatis atau berlangsung secara spontan. Aktivitas

belajar terkadang dirasakan sebagai beban. Apalagi praktikum dilakukan setiap hari dengan beberapa mata kuliah yang bersamaan.

Praktikum merupakan salah satu kegiatan laboratorium yang sangat berperan dalam menunjang keberhasilan proses pembelajaran biologi, dimana kegiatan praktikum jurusan pendidikan biologi dilaksanakan disetiap semester. Mengenai proses pelaksanaan kegiatan praktikum pada jurusan pendidikan biologi khususnya pada praktikum ekologi hewan, diketahui bahwa kegiatan praktikum ini terdiri atas 13 judul praktikum, yang dalam artiannya kegiatan praktikum ini berjalan selama lebih kurang 2 bulan, dengan melakukan pengamatan di luar ruangan laboratorium (lapangan) dengan kondisi cuaca yang tidak mendukung kegiatan praktikum seperti saat hujan dan keadaan cuaca yang terlalu panas. Salah satu judul praktikum yakni “uji toksositas limbah deterjen terhadap mortalitas hewan air tawar” mahasiswa harus melakukan pengamatan bukaan operculum ikan tersebut selama 24 jam lamanya.

Uraian di atas dapatlah dimengerti bahwa tuntutan kegiatan yang dialami secara terus menerus dalam jangka waktu yang cukup lama itu dapat mempengaruhi kejenuhan aktivitas belajar. Agar dapat belajar dengan baik harus dibutuhkan selipan waktu istirahat yang cukup pada saat belajar. Dari penelitian yang dilakukan disimpulkan bahwa kegiatan praktikum yang cenderung berlangsung lama berpengaruh terhadap kejenuhan aktivitas belajar mahasiswa jurusan Pendidikan biologi angkatan 2014 Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Alauddin Makassar.

Hasil penelitian yang diperoleh sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Pines dan Aronson (Brunk, 2006; 4) yang menyatakan kejenuhan aktivitas belajar sebagai kondisi emosional dimana seseorang merasa lelah dan jenuh secara mental ataupun fisik sebagai

akibat tuntutan pekerjaan yang meningkat. Situasi menghadapi tuntutan secara emosional (*emotionally demanding*) yang pada akhirnya dalam jangka panjang seseorang akan mengalami kejenuhan belajar, karena ia berusaha memberikan sesuatu secara maksimal, namun memperoleh apresiasi yang minimal.

Kejenuhan pada seseorang walaupun sulit untuk dipisahkan tetapi dapat dibedakan menjadi dua macam yaitu: kelelahan jasmani dan kelelahan rohani (bersifat psikis). Kejenuhan jasmani terlihat dengan lemah lunglainya tubuh, dan nanti akan timbul kecendrungan untuk membaringkan tubuh. Kejenuhan jasmani terjadi karena kekacauan sisa pembakaran dalam tubuh sehingga darah kurang atau tidak lancar disalurkan pada bagian-bagian tubuh tertentu tertentu. Sedangkan kejenuhan rohani dapat dilihat dengan adanya kelesuhan atau kebosanan, sehingga minat dan dorongan untuk menghasilkan sesuatu hilang. Kehilangan ini sangat terasa pada kepala pusing sehingga sulit untuk berkonsentrasi (Hamzah, 2005; 24)

Berdasarkan hasil wawancara dari Ketua Jurusan Pendidikan Biologi mengenai judul penelitian ini bagus, sebab dapat dijadikan sebagai referensi bagi pihak terkait (jurusan pendidikan biologi). Berdasarkan hasil yang didapat dari penelitian ini, beliau menyatakan bahwa memang setiap kegiatan praktikum yang terus menerus dilakukan akan menimbulkan rasa kejenuhan aktivitas dalam belajar. Hal ini dikarenakan oleh penyebaran pola matakuliah dari jurusan pendidikan biologi hampir semua memiliki kegiatan praktikum, pola ritma kegiatan praktikum (mengerjakan TP, respon TP, praktikum, pemeriksaann laporan, dan respon laporan). Pada setiap semester kegiatan pratikum akan mengalami kenaikan jumlahpraktikum dan tuntutan kompetensi dari matakuliah jurusan pendidikan biologi lebih dominan mengarah pada afektifitas dan psikomotorik. Terkhusus

dengan kegiatan praktikum ekologi hewan yang memang kegiatan praktikumnya lebih banyak melakukan pengamatan diluar ruangan laboratorium (di lapangan) dengan cuaca yang tidak mendukung (kadang panas, kadang hujan) yang biasa membuat mahasiswa jenuh serta ada salah satu judul praktikum ekologi hewan yang mengharuskan mahasiswa mengamati selama 24 jam yang memang akan membuat mahasiswa merasakan lelah dan pada akhirnya merasakan kejenuhan aktivitas belajar.

## KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini digambarkan bahwa gambaran kejenuhan aktivitas belajar mahasiswa pendidikan biologi diketahui 8 orang (11,428%) yang berada pada kategori rendah, 44 orang (62,857%) berada dalam kategori sedang, terdapat 18 orang (25,714%) berada dalam kategori tinggi. Sementara itu, jika dilihat dari rata-rata yang diperoleh sebesar 138,7 sehingga dapat disimpulkan bahwa kejenuhan aktivitas belajar mahasiswa pendidikan biologi berkategori sedang. Hal itu terjadi karena menumpuknya mata kuliah praktikum pada semester tersebut sehingga menyebabkan sebagian besar mahasiswa merasakan jenuh dalam belajar. Oleh karena itu, perlu regulasi dari pihak pimpinan jurusan untuk mengatur secara proporsional persebaran mata kuliah praktikum di beberapa semester.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Mubiar. (2009). *“Model Konseling Kognitif-Perilaku Untuk Menangani Kejenuhan Belajar Mahasiswa”*. <http://file/lppm.ut.ac.id/htmpublikasi/01-mubiar.pdf>, diakses 26 juli 2016.
- Andriani, Nur. (2016). *“Pengaruh Kelelahan Terhadap Perilaku Belajar Mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi Angkatan 2014 Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Alauddin Makassar”*. *Skripsi*. Tidak Diterbitkan. Makassar: UIN Alauddin Makassar.
- Arman, Fabella T. (1993). *Anda Sanggup Mengatasi Strees*. Indonesia Publishing House.

- Baharuddin. (2009). *Pendidikan dan Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Brunk, D. (2006). How to Fight Burnout. *Jurnal of College Deverlopment*. Vol. 05 no. 02.
- Departemen Agama RI. (2005). *Al-Quran dan Terjemahannya*. Bandung: Jumanatul ALI-ART.
- Hakim, Tursam. (2004). *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hamzah. (2005). *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*. Gorontalo: Bumi Aksara.
- Hanafiah, Nanang., & Suhana, Cucu (2011). *Konsep Strategi Pembelajaran*. Bandung: Refika Aditama
- Khusumawarti, Zuni Eka. (2015). Penerapan Kombinasi antara Teknik Relaksasi dan Self-Instruction untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA 2 SMA Negeri 22 Surabaya. *Jurnal BK Unesa Vol. 05 no. 01*.
- Sadirman. (2005). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Schwarzer, R., & Hallum, S. (2008). Preceived Teacher Self-Efficacy as a Predictor of Job Stress and Burnout: Mediation Analysis. *Applied Psychology Vol. 57*
- Shihab, M.Quraish. (2002). *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lantera Hati.
- Syah, Muhibbin. (2013). *Psikologi Belajar*. Bndung: PT.Remaja Rosda Karya. 2013.