

IDENTIFIKASI KEJENUHAN BELAJAR PADA ANAK USIA DINI: PERSPEKTIF DAN TANGGAPAN ORANG TUA SERTA GURU

Winarti¹, Moh. Fikri Tanzil², Maulida Nur³, Galuh Mulyawan⁴

Universitas Bina Bangsa^{1,2,3,4}

e-mail: winartigraha@gmail.com¹, netfikri8@gmail.com², maulida.nur@binabangsa.ac.id³,
galuh.muliawan@gmail.com⁴

Abstrak

Kejemuhan belajar pada anak usia dini merupakan fenomena yang sering muncul ketika proses pembelajaran tidak dirancang secara variatif dan tidak mempertimbangkan kebutuhan perkembangan anak. Kondisi ini dapat dipicu oleh metode pembelajaran yang monoton, tuntutan akademik yang tinggi, minimnya aktivitas bermain-belajar, serta lingkungan belajar yang kurang mendukung. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bentuk kejemuhan belajar pada anak usia dini di TKIT Al-Fatih Kragilan serta menggambarkan upaya guru dan orang tua dalam mengatasinya. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi dengan melibatkan seorang guru kelas dan tiga orang tua murid. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk kejemuhan meliputi ekspresi murung, hilangnya fokus, sikap diam, penolakan terhadap tugas, serta perilaku pasif selama kegiatan belajar. Faktor penyebab berasal dari pola pembelajaran yang berulang, tekanan akademik dari orang tua, kondisi emosional anak, dan kurangnya variasi aktivitas sekolah. Guru menerapkan strategi seperti pembelajaran di luar kelas, ice breaking, komunikasi personal, serta metode bermain. Sementara itu, orang tua cenderung menggunakan pendekatan yang lebih fleksibel, termasuk menyisipkan lagu dan permainan saat mendampingi anak belajar di rumah. Penelitian ini menegaskan pentingnya kolaborasi antara guru dan orang tua untuk menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, adaptif, dan bebas tekanan sehingga anak dapat berkembang secara optimal.

Kata kunci: Kejemuhan belajar, anak usia dini, orang tua, guru

Abstract

Learning burnout among early childhood learners commonly emerges when instructional activities lack variation and do not align with children's developmental needs. This condition may arise from monotonous teaching methods, high academic demands, limited play-based learning activities, and an unsupportive learning environment. This study aims to identify the forms of learning burnout experienced by young children at TKIT Al-Fatih Kragilan and to describe the strategies implemented by teachers and parents to address this issue. Employing a descriptive qualitative approach, data were collected through in-depth interviews, observations, and documentation involving one classroom teacher and three parents. The findings reveal that learning burnout is manifested through symptoms such as sadness, lack of focus, silence, refusal to complete tasks, and passive behavior during learning activities. Contributing factors include repetitive teaching patterns, academic pressure from parents, children's emotional conditions, and limited activity variations at school. Teachers addressed burnout using strategies such as outdoor learning, ice breaking,

personal communication, and play-based methods. Meanwhile, parents tended to apply flexible approaches, including integrating songs and games during home learning sessions. This study highlights the importance of collaboration between teachers and parents in creating an adaptive, enjoyable, and pressure-free learning environment to support children's holistic developmental growth.

Keywords: Learning boredom, early childhood, parents, teachers

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini (PAUD) merupakan fondasi penting dalam membentuk karakter, sikap, dan kemampuan dasar anak (Erviana et al., 2024). Pada tahap ini, anak berada dalam masa keemasan (*golden age*) yang ditandai dengan rasa ingin tahu yang tinggi, imajinasi yang berkembang, serta kebutuhan akan stimulasi yang bervariasi (Haeriyah et al., n.d.). Namun, dalam praktik pembelajaran sering dijumpai permasalahan kejemuhan belajar yang dialami anak usia dini.

Kejemuhan belajar dapat muncul akibat metode pembelajaran yang monoton, tuntutan akademik yang terlalu tinggi, kurangnya variasi aktivitas bermain-belajar, maupun lingkungan belajar yang kurang mendukung (Syafitri & Lubis, 2022). Gejala kejemuhan pada anak usia dini dapat terlihat dari sikap mudah bosan, menolak mengikuti kegiatan, kurang antusias, hingga muncul perilaku negatif seperti rewel, melamun, atau tidak fokus. Jika kondisi ini dibiarkan, dapat menghambat proses perkembangan kognitif, sosial, dan emosional anak (MASRUROH, 2016).

Kejemuhan belajar diungkapkan oleh Wahyuli & Ifdil, (2020) sebagai kondisi dimana individu menjadi lelah dalam proses belajar karena tekanan belajar, atau faktor psikologis individu lainnya seperti kelelahan emosional, sikap negatif, dan fenomena pencapaian pribadi yang rendah. Kondisi seperti ini akan mengakibatkan timbulnya rasa bosan dan tidak bersemangat untuk melakukan aktivitas belajar (Agustin, 2018). Selain itu, kejemuhan belajar sebagai rentang waktu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil (Lestari, 2021). Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa kejemuhan belajar ialah suatu kondisi psikologis dan emosional yang dialami oleh anak-anak dengan ditandai rasa lelah, bosan, dan hilangnya semangat untuk

mengikuti proses pembelajaran yang berlangsung.

Sejalan dengan ungkapan Fotriani dkk., (2024) bahwa gejala yang dapat dikenali oleh guru saat anak mengalami kejemuhan diantaranya anak terlihat kelelahan pada semua indera, tidak memiliki motivasi dan minat selama mengikuti aktivitas belajar sehingga menunjukkan kurang perhatian dan akhirnya tidak memperoleh hasil dari kegiatan yang telah dilakukan. Selain itu, Ashari dkk., (2021) juga mengungkapkan bahwa gejala-gejala yang sering muncul pada diri anak ketika mengalami kejemuhan belajar adalah anak tidak bisa merespon terhadap materi yang disampaikan, tidak peduli dengan guru, merasa jemu dengan proses pembelajaran dan tugas yang diberikan oleh guru. Oleh, karena itu saat anak mengalami kejemuhan maka proses belajar menjadi sia-sia, sebab semua informasi dan pengalaman baru yang diperoleh anak sudah tidak bisa diproses dengan baik.

Kejemuhan memberikan dampak negatif pada anak usia dini. Dibuktikan dengan salah satu hasil penelitian dari Mukaromah, (2024) bahwa terdapat 50% anak usia dini di TKIT An-Najiyah Taruban, Kenteng, Nogosari, Boyolali mengalami kejemuhan dalam kegiatan belajar di kelas yang terlihat merasa bosan dan lelah berlebihan, anak tidak semangat melakukan aktifitas, menentang atau tidak peduli dengan guru, dan malas untuk mengerjakan tugas yang di berikan oleh guru. Selanjutnya, Pribadi dkk., (2021) juga menjelaskan bahwa kejemuhan belajar yang dialami siswa dapat berdampak pada menurunnya prestasi dalam belajar karena tidak mampu untuk berpikir atau otak tidak dapat mengolah informasi yang didapat kan siswa selama proses pembelajaran. Bahkan Arirahmanto, (2016) kejemuhan belajar juga dapat menyebabkan siswa menjadi kurang efektif ketika mengikuti pembelajaran.

Selain berdampak pada aspek psikologis, kejemuhan belajar juga dapat memengaruhi kesehatan fisik siswa. Studi yang dilakukan oleh Wu et al. (2020) menemukan bahwa kejemuhan berkorelasi dengan peningkatan gejala somatik seperti nyeri otot, gangguan tidur, dan kelelahan kronis. Dampak ini disebabkan oleh interaksi antara stres psikologis dan respons fisiologis tubuh, yang dalam jangka panjang dapat menurunkan daya tahan tubuh dan kualitas hidup anak.

Dengan demikian, kejemuhan belajar dapat diartikan sebagai kondisi mental siswa yang dalam jangka waktu tertentu merasa malas, bosan, lesu, tidak bersemangat, dan kehilangan gairah untuk melakukan aktivitas belajar

Sementara berbicara mengenai feneomena kejemuhan yang terjadi masa usia dini, Fauziddin, (2016) menjelaskan bahwa masa usia dini merupakan masa *Golden Age* atau masa emas. Pada emas ini, otak anak mengalami perkembangan paling cepat sepanjang kehidupannya. Perkembangan yang pesat pada anak usia dini tentunya memerlukan pendidikan yang tepat guna memfasilitasi seluruh aspek perkembangannya. Undang-undang No 20 tahun 2003, yang menjelaskan bahwa pendidikan anak usia dini mengembangkan enam aspek perkembangan diantarnya moral dan agama, sosial dan emosional, kognitif, bahasa, fisik dan motorik, serta seni. Selain itu Hadisi, (2015) juga menjelaskan bahwa fungsi dari pendidikan anak usia dini yakni untuk mengembangkan potensi, sarana menanamkan agama, pembiasaan perilaku yang diharapkan, pengembangan pengetahuan dan keterampilan dasar..

Berdasarkan penjelasan di atas masa usia dini atau masa anak-anak masuk dunia sekolah Taman Kanak-kanak merupakan masa emas dan masa yang sangat penting bagi anak, mengingat otak anak berkembang lebih cepat dan pesat. Oleh karena itu, menjadi perhatian penting bagi para orang tua dan guru di sekolah untuk memberikan pendidikan terbaik kepada anak-anaknya, terutama mengenai fenomena kejemuhan yang telah di jelaskan di atas. Faktor internal terdiri dari kelelahan fisik dan mental, kurangnya minat, dan kurangnya pemahaman terhadap materi pelajaran. Sedangkan faktor eksternal meliputi metode mengajar yang tidak bervariasi, kurikulum, serta hubungan siswa baik dengan keluarga, guru maupun siswa lain.

Beberapa penelitian sebelumnya telah menyoroti kejemuhan belajar pada tingkat sekolah dasar hingga menengah, dengan fokus pada faktor beban akademik, metode pembelajaran, dan dukungan sosial (Fotriani et al., 2024b; Mailita et al., 2016; Riska & Rosada, 2021). Namun, kajian yang secara khusus meneliti kejemuhan belajar pada anak usia dini dan bagaimana guru dan orang tua menanggapinya masih terbatas. Sebagian besar penelitian di bidang PAUD lebih

menekankan pada pengembangan metode pembelajaran, stimulasi kreativitas, atau peningkatan kemampuan kognitif, tetapi belum banyak mengungkap bagaimana bentuk kejemuhan belajar muncul pada anak usia dini serta bagaimana indikatornya dapat diidentifikasi secara sistematis.

Padahal, masa usia dini merupakan periode emas yang memerlukan pendekatan pembelajaran yang menyenangkan, adaptif, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak. Minimnya penelitian terkait kejemuhan belajar pada jenjang PAUD mengakibatkan kurangnya pemahaman mendalam mengenai bagaimana kejemuhan muncul pada anak usia dini dan bagaimana indikatornya dapat diidentifikasi secara sistematis oleh guru maupun orang tua.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Pendekatan ini dipilih karena bertujuan memahami fenomena sosial secara mendalam, khususnya terkait kejemuhan belajar yang dialami anak usia dini dalam konteks pembelajaran di TKIT Al-Fatih. Studi kasus memberikan kesempatan bagi peneliti untuk menggali fenomena secara komprehensif melalui berbagai perspektif dari subjek yang terlibat secara langsung dalam situasi yang diteliti. Penelitian dilaksanakan di TKIT Al-Fatih Kragilan yang berlokasi di Perumahan Graha Cisait Blok B.16 No. 04 RT 06 RW 06, Kecamatan Kragilan, Kabupaten Serang, Banten. Lembaga ini merupakan taman kanak-kanak berbasis Islam terpadu yang memiliki karakteristik pembelajaran yang menggabungkan unsur akademik, nilai keislaman, dan aktivitas bermain-belajar. Pemilihan TKIT ini didasarkan pada adanya indikasi kejemuhan belajar pada beberapa anak, kemudahan akses untuk melakukan observasi dan wawancara, serta karakteristik lembaga yang dinilai representatif sebagai lokasi penelitian kejemuhan belajar pada anak usia dini.

Informan penelitian terdiri atas satu guru kelas, tiga orang tua, dan tiga anak yang teridentifikasi mengalami kejemuhan belajar. Pemilihan informan dilakukan dengan teknik purposive sampling yang didasarkan pada pertimbangan teoretik sebagaimana diungkapkan (Mulyana et al., 2024) bahwa informan dalam

penelitian kualitatif dipilih karena dapat memberikan informasi yang kaya dan relevan terhadap fenomena yang diteliti. Sejalan dengan pandangan (Achjar et al., 2023) , pemilihan informan dilakukan berdasarkan kedekatan mereka dengan konteks pembelajaran dan kemampuan mereka dalam menjelaskan pengalaman yang berkaitan langsung dengan gejala kejemuhan belajar. Guru dipilih karena memiliki pemahaman mengenai dinamika interaksi dan perilaku anak di kelas, sementara orang tua memberikan informasi mengenai perilaku anak di rumah. Anak yang mengalami kejemuhan belajar turut dilibatkan sebagai sumber data utama untuk memahami gejala yang muncul secara langsung.

Data penelitian diperoleh melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati perilaku dan gejala kejemuhan yang tampak selama proses pembelajaran. Wawancara mendalam dilakukan terhadap guru dan orang tua untuk menggali faktor penyebab kejemuhan serta strategi yang digunakan dalam mengatasinya. Dokumentasi digunakan sebagai pelengkap melalui catatan perkembangan anak, foto kegiatan, serta dokumen pembelajaran lain yang mendukung proses analisis.

Analisis data dilakukan menggunakan model (Miles et al., 1996), yang meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan menyeleksi, mengelompokkan, dan mengkodekan informasi penting terkait gejala kejemuhan, penyebab, serta upaya penanganannya. Data yang telah direduksi kemudian disajikan dalam bentuk narasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi kejemuhan belajar pada anak usia dini serta menggali bagaimana orang tua dan guru menanggapi fenomena tersebut. Melalui observasi, wawancara, dan pengumpulan data lapangan, diperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai bentuk kejemuhan yang dialami anak, faktor penyebabnya, serta upaya penanganan yang dilakukan oleh pihak sekolah maupun keluarga.

Penelitian ini melibatkan empat narasumber yang terdiri dari tiga orang tua

peserta didik dan satu guru kelas di TKIT Al-Fatih Kragilan. Para narasumber dipilih karena memiliki keterlibatan langsung dan aktif dalam mendampingi kegiatan belajar anak usia dini, baik di lingkungan rumah maupun sekolah. Tiga orang tua yang menjadi informan merupakan individu yang rutin berinteraksi dengan anak-anak mereka dalam proses belajar sehari-hari di rumah. Mereka memberikan pendampingan dalam berbagai aktivitas seperti membaca, menulis, dan berhitung, serta berusaha menyesuaikan metode belajar dengan karakter masing-masing anak. Selain itu, mereka juga menghadapi dinamika kejemuhan belajar anak dan berupaya mencari solusi yang tepat agar anak tetap termotivasi. Di sisi lain, satu orang Guru kelas dari TKIT Al-Fatih Kragilan turut dilibatkan untuk memberikan perspektif dari sisi pendidikan di lingkungan formal. Guru tersebut menyampaikan berbagai pengamatan mengenai kondisi peserta didik selama kegiatan pembelajaran berlangsung, termasuk bagaimana mengenali tanda-tanda kejemuhan belajar, faktor-faktor penyebabnya, serta strategi yang diterapkan untuk mengembalikan antusiasme anak dalam belajar. Baik orang tua maupun guru memiliki perhatian yang besar terhadap keberlangsungan proses belajar anak usia dini dan menunjukkan kesadaran bahwa kejemuhan merupakan hal yang lumrah namun perlu segera ditangani dengan pendekatan yang tepat. Keseluruhan informasi dari para narasumber ini menjadi dasar penting dalam memahami peran keluarga dan sekolah secara holistik dalam menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, adaptif, dan mendukung tumbuh kembang optimal anak di usia dini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak usia dini sering menunjukkan tanda-tanda kejemuhan belajar berupa kurang fokus, enggan mengikuti kegiatan, mudah bosan, dan terkadang menunjukkan perilaku penolakan seperti menangis atau tidak mau berpartisipasi. Dari sisi penyebab, guru menilai kejemuhan dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang kurang bervariasi, materi yang terlalu akademis, serta durasi kegiatan yang panjang. Kejemuhan juga bisa dipicu oleh kondisi monoton dalam pembelajaran. Bila anak terus-menerus diajak duduk, menulis, atau mewarnai tanpa diselingi aktivitas fisik atau sensorik, maka mereka mudah merasa bosan.

Untuk merespons kejemuhan tersebut, guru menyampaikan bahwa ia memiliki beberapa strategi yang efektif diterapkan di kelas. Salah satu pendekatan utamanya adalah membangun komunikasi personal dengan anak. Strategi ini menunjukkan bahwa kelekatan guru dan murid menjadi kunci dalam memulihkan semangat anak. Pendekatan ini tidak hanya merangsang kembali semangat anak, tetapi juga memperkaya pengalaman belajarnya secara konkret. Salah satu teknik yang sering digunakan dalam mengurangi kejemuhan siswa adalah melakukan ice breaking.

Menurutnya, aktivitas ini membuat seluruh anak terlibat dan ikut merasakan energi positif yang dibangun dalam kelas. Selain itu, belajar di luar kelas juga menjadi metode andalan. Ibu Ike percaya bahwa kegiatan pembelajaran tidak harus selalu dilakukan di dalam ruangan. Kombinasi antara ice breaking dan pembelajaran luar kelas membuat suasana belajar menjadi lebih fleksibel, dinamis, dan tidak membebani anak secara emosional maupun kognitif. Kepekaan guru terhadap kebutuhan anak juga ditunjukkan dalam fleksibilitas metode mengajar. Dengan demikian, guru menunjukkan bahwa pembelajaran anak usia dini tidak bisa dipaksakan secara struktural, tetapi perlu menyesuaikan dengan suasana hati dan kesiapan anak setiap hari.

Sementara itu, orang tua melihat kejemuhan muncul karena kurangnya suasana belajar yang menyenangkan, tuntutan belajar di rumah, dan perbedaan minat anak terhadap aktivitas tertentu. Orang tua memiliki pemahaman yang cukup intuitif terhadap gejala kejemuhan belajar yang dialami anak usia dini. Hal ini ditunjukkan dari bagaimana mereka menjelaskan ciri-ciri kejemuhan pada anak, seperti mudah bosan, gelisah, tidak fokus, hingga menolak belajar. Faktor luar seperti kelelahan setelah sekolah juga diperhatikan oleh orang tua sebagai penyebab anak merasa jemu. Anak-anak yang memiliki jadwal padat, seperti sekolah pagi dan les sore, lebih mudah kehilangan semangat untuk belajar di rumah. Ini mengindikasikan bahwa pemahaman orang tua tentang kejemuhan belajar muncul dari pengalaman interaksi langsung dengan anak.

Orang tua memiliki Strategi pendampingan yang dilakukan orang tua beragam dan disesuaikan dengan karakter masing-masing anak. Ibu Puput,

misalnya, mengajarkan anaknya dengan cara pelan-pelan dan harus jelas. Ini menunjukkan bahwa pola pendampingan orang tua sangat personal dan didasarkan pada pengamatan langsung terhadap kebutuhan belajar anak. Kegiatan pendampingan juga tidak selalu berupa belajar formal. Dalam beberapa kasus, orang tua menggunakan media alternatif seperti cerita atau permainan, Hal ini menegaskan bahwa bentuk pendampingan belajar yang kreatif mampu menghindarkan anak dari kejemuhan, selain itu orang tua memiliki cara yang unik dan adaptif. Misalnya, ketika anak merasa bosan dengan satu mata pelajaran, orang tua langsung mengalihkan pada kegiatan lain yang masih mengandung unsur edukatif, Strategi ini menunjukkan bahwa orang tua paham pentingnya variasi dalam pembelajaran untuk menjaga minat anak. Strategi non-akademik juga diadopsi sebagai upaya menjaga kestabilan emosi anak, seperti membacakan cerita, berdialog santai, atau sekadar membiarkan anak bermain sejenak. Hal ini penting karena kejemuhan sering kali berasal dari tekanan atau aktivitas yang berulang tanpa jeda.

Pendekatan emosional juga sangat penting dalam pendampingan. Saat anak merasa jemu atau kelelahan, orang tua tidak memaksa, tetapi memberikan waktu istirahat. Ini membuktikan bahwa pendampingan yang suportif dapat menciptakan iklim belajar yang menyenangkan.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejemuhan belajar pada anak usia dini ditandai dengan berkurangnya fokus, munculnya rasa bosan, serta perilaku penolakan terhadap kegiatan belajar. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (MASRUROH, 2016) yang menyatakan bahwa kejemuhan belajar pada anak usia dini muncul ketika anak mengalami aktivitas monoton tanpa adanya variasi pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik perkembangan mereka. Hal ini menunjukkan bahwa anak usia dini membutuhkan pengalaman belajar yang menyenangkan, dinamis, dan tidak menimbulkan tekanan.

Dari sisi guru, strategi yang digunakan untuk mengurangi kejemuhan seperti *ice breaking*, pembelajaran di luar kelas, serta komunikasi personal dengan anak terbukti efektif dalam mengembalikan semangat belajar. Strategi ini sejalan

dengan temuan (Amanda & Wahyuningsih, 2025; Wahjusaputri et al., 2024) yang menekankan pentingnya pendekatan *play-based learning* untuk menjaga antusiasme anak. Penelitian lain oleh (Aliriad et al., 2023; Gea & Zega, 2025) juga menegaskan bahwa pembelajaran berbasis aktivitas kreatif dan motorik lebih mampu menjaga konsentrasi serta menurunkan kejemuhan dibandingkan metode ceramah atau lembar kerja semata.

Sementara itu, dari perspektif orang tua, kejemuhan belajar dipandang sebagai akibat dari kurangnya suasana belajar yang menyenangkan, padatnya jadwal anak, serta perbedaan minat terhadap aktivitas tertentu. Pandangan ini sesuai dengan penelitian (Samosir et al., 2023; Vienlentia, 2021) yang menunjukkan bahwa dukungan emosional dan fleksibilitas orang tua dalam mendampingi anak memiliki peran besar dalam mencegah kejemuhan belajar. Pendekatan kreatif orang tua melalui cerita, permainan, atau aktivitas non-akademik juga konsisten dengan hasil penelitian (Almigo & Sonda, 2025) yang menemukan bahwa variasi bentuk pendampingan mampu menjaga motivasi intrinsik anak. Selain itu, penelitian ini menegaskan pentingnya sinergi antara guru dan orang tua dalam menangani kejemuhan belajar. Keduanya berperan saling melengkapi: guru menciptakan pembelajaran yang variatif di sekolah, sementara orang tua memberikan dukungan emosional dan pendampingan personal di rumah. Temuan ini sejalan dengan teori ekologi Bronfenbrenner yang menekankan bahwa perkembangan anak dipengaruhi oleh interaksi berlapis antara lingkungan rumah dan sekolah (Dharma, 2022).

Selain temuan-temuan tersebut, penelitian ini juga mengungkap bahwa kejemuhan belajar pada anak usia dini tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal secara langsung, tetapi juga oleh desain kurikulum dan pola interaksi sosial anak di lingkungan sekolah. Kurikulum yang terlalu padat atau kurang fleksibel bagi anak usia dini berpotensi memicu kejemuhan karena anak belum mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik yang bersifat struktural. Hal ini sejalan dengan pendapat (Purnama et al., 2023) yang menyatakan bahwa kurikulum PAUD idealnya memberikan ruang spontanitas, eksplorasi, dan permainan bebas agar anak dapat belajar sesuai dengan kebutuhan

perkembangannya. Jika kurikulum terlalu menitikberatkan pada pencapaian akademik, anak akan cepat mengalami stres dan penolakan terhadap kegiatan belajar.

Selain itu, interaksi sosial antara anak dan teman sebaya juga memainkan peran penting dalam munculnya atau meredanya kejemuhan belajar. Anak yang kurang terlibat dalam permainan kelompok, kurang mendapat kesempatan berkolaborasi, atau mengalami konflik sosial kecil seperti berebut mainan dapat menunjukkan gejala kejemuhan lebih cepat. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Purba et al., 2024) yang menegaskan bahwa keterlibatan sosial melalui permainan kolaboratif dapat meningkatkan motivasi dan memperpanjang rentang konsentrasi anak selama kegiatan belajar. Dengan demikian, kejemuhan tidak semata-mata dipicu oleh kegiatan belajar itu sendiri, tetapi juga oleh pengalaman sosial yang menyertainya.

Berdasarkan perspektif emosional, penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi psikologis anak yang kurang stabil, seperti kelelahan, kecemasan ringan, atau kebutuhan afeksi yang tidak terpenuhi, dapat memperbesar kemungkinan terjadinya kejemuhan belajar. Hal ini memperkuat temuan (Wålinder et al., 2007) bahwa kondisi psikologis anak memiliki hubungan erat dengan respons fisiologis tubuh, sehingga anak yang mengalami tekanan emosional akan lebih mudah menunjukkan gejala kelelahan, malas, dan tidak fokus. Oleh karena itu, pendekatan pengasuhan yang responsif, empatik, dan penuh dukungan emosional baik dari guru maupun orang tua memegang peranan penting dalam mengurangi risiko kejemuhan.

Lebih jauh, temuan penelitian ini juga memperlihatkan bahwa kejemuhan belajar dapat menjadi indikator awal adanya ketidaksesuaian antara kebutuhan perkembangan anak dengan lingkungan belajar yang disediakan. Ketika guru maupun orang tua tidak peka terhadap tanda-tanda kejemuhan, anak dapat mengembangkan pola belajar pasif, penurunan minat jangka panjang, dan resistensi terhadap aktivitas akademik. Oleh karena itu, pengembangan kompetensi guru dalam mengenali tanda-tanda kejemuhan, melakukan asesmen autentik, serta mendesain pembelajaran yang bersifat *developmentally appropriate*

practice (DAP) menjadi sangat penting.

Dengan mempertimbangkan semua faktor tersebut, penelitian ini menegaskan bahwa kejemuhan belajar pada anak usia dini merupakan fenomena multidimensional yang dipengaruhi oleh kurikulum, lingkungan sosial, kondisi emosional, gaya mengajar, serta pola pendampingan di rumah. Penanganannya tidak cukup hanya melalui satu strategi, tetapi memerlukan pendekatan holistik yang melibatkan guru, orang tua, lingkungan sekolah, dan dukungan emosional yang berkelanjutan. Pembelajaran yang variatif, responsif, bermain berbasis eksplorasi, serta komunikasi yang kuat antara rumah dan sekolah merupakan kunci untuk menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna bagi anak usia dini.

Dengan demikian, hasil penelitian memperkuat temuan sebelumnya bahwa kejemuhan belajar pada anak usia dini merupakan fenomena yang wajar namun harus dikenali sejak dini. Penanganan yang tepat melalui strategi kreatif guru serta pendampingan adaptif orang tua dapat meminimalkan dampak negatif kejemuhan dan menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dan bermakna

SIMPULAN

Penelitian ini mengungkap bahwa kejemuhan belajar pada anak usia dini merupakan kondisi yang muncul ketika pengalaman belajar tidak sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak. Gejala seperti menurunnya fokus, rasa bosan, penolakan terhadap aktivitas, dan keterlibatan yang rendah menunjukkan bahwa anak membutuhkan pembelajaran yang lebih variatif, menyenangkan, dan tidak menimbulkan tekanan. Faktor penyebab kejemuhan terlihat berasal dari pola pembelajaran yang monoton, tuntutan akademik yang terlalu tinggi, serta jadwal kegiatan anak yang padat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru berperan penting dalam merancang pembelajaran yang adaptif melalui kegiatan kreatif seperti ice breaking, eksplorasi luar kelas, dan pendampingan personal. Orang tua juga memiliki kontribusi melalui pendampingan yang fleksibel, penyediaan suasana belajar positif, serta

pemberian ruang istirahat dan aktivitas non-akademik. Kolaborasi antara rumah dan sekolah terbukti efektif dalam meminimalkan kejemuhan serta mendukung keseimbangan emosional dan motivasi belajar anak.

Novelty dari penelitian ini terletak pada pemetaan bentuk kejemuhan belajar secara spesifik pada anak usia dini dan penggabungan perspektif guru serta orang tua dalam satu kajian, yang masih jarang dilakukan dalam penelitian PAUD sebelumnya. Penelitian ini juga memberikan kontribusi berupa kerangka pemahaman yang lebih komprehensif mengenai gejala, faktor penyebab, dan strategi penanganan kejemuhan belajar pada anak usia dini yang dapat dijadikan rujukan praktis bagi pendidik.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini merekomendasikan agar lembaga PAUD memperkuat desain pembelajaran berbasis bermain, meningkatkan kapasitas guru dalam mengenali tanda-tanda kejemuhan, serta memperluas kerja sama dengan orang tua melalui komunikasi rutin dan program pendampingan keluarga. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji kejemuhan belajar dengan sampel yang lebih beragam, membandingkan antar model pembelajaran, atau mengembangkan instrumen asesmen khusus untuk mendeteksi kejemuhan pada anak usia dini.

REFERENSI

- Achjar, K. A. H., Rusliyadi, M., Zaenurrosyid, A., Rumata, N. A., Nirwana, I., & Abadi, A. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif: Panduan Praktis untuk Analisis Data Kualitatif dan Studi Kasus*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Agustin, N. I. A. (2018). *Penerapan Dakwah Bil Lisan Dalam Kegiatan Khitobah Di Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum Kecamatan Batanghari Lampung Timur*.
- Agustina, P., Bahri, S., & Bakar, A. (2019). Analisis faktor penyebab terjadinya kejemuhan belajar pada siswa dan usaha guru BK untuk mengatasinya. *JIMBK: J. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 4(1).
- Aliriad, H., Da'i, M., & Apriyanto, R. (2023). Strategi Peningkatan Motorik untuk Menstimulus Motorik Anak Usia Dini melalui Pendekatan Aktivitas Luar Ruangan. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4609–4623.
- Almigo, N., & Sonda, R. A. (2025). Strategi Motivasi Pembelajaran Untuk Meningkatkan Minat Anak Paud Di Desa Tanjung Tambak. *Jurnal*

- Pengabdian Inovasi Masyarakat Indonesia*, 4(1), 45–52.
- Amanda, D., & Wahyuningsih, T. (2025). Penerapan Pendekatan Play-based learning dalam Mengembangkan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 8(2), 791–799.
- Arirahmanto, S. B. (2016). the Development of Burnout Reduction Application Based on Android for Smpn 3 BArirahmanto, S. B. (2016). *Unesa*, 6, 2.
- Ashari, Istirahayu, I., & Fitriyadi, S. (2021). Konseling Kelompok Dalam Menurunkan Tingkat Kejemuhan Belajar Siswa. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 44–48. <https://doi.org/10.31960/konseling.v2i2.691>
- Dharma, D. S. A. (2022). Membaca peran teori ekologi bronfenbrenner dalam menciptakan lingkungan inklusif di sekolah. *Special and Inclusive Education Journal (SPECIAL)*, 3(2), 115–123.
- Erviana, Y., Kasanah, U., Sari, N., Munawir, A. N. E. R., Mahendra, Y., Munawaroh, S., Maulidia, L. N., Fajrinur, F., Mulyawan, G., & Mulyani, N. S. R. D. (2024). Perkembangan Anak Usia Dini: Kunci untuk Orang Tua dan Pendidik. *Penerbit Mifandi Mandiri Digital*, 1(01).
- Fauziddin, M. (2016). Peningkatan Kemampuan Kerja sama melalui kegiatan kerja kelompok. *Paud Tambusai Pgpaud Stk*, 2 Nomor 1, 29–45.
- Fotriani, M., Yusra, A., & Gutji, N. (2024a). *Correspondent Author* : 8(2), 1101–1107.
- Fotriani, M., Yusra, A., & Gutji, N. (2024b). Pengaruh Strategi Pembelajaran Terhadap Kejemuhan Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1441–1452.
- Gea, A., & Zega, R. F. W. (2025). Metode pembelajaran kreatif dalam pendidikan anak usia dini. *Khirani: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 209–219.
- Hadisi, L. (2015). Pendidikan Karakter Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Al-Ta'did*, 8(2), 50–69.
- Haeriyah, H., Laili, M. M., & Mulyawan, G. (n.d.). Meninjau Kemandirian Anak Usia Dini melalui Gaya Pengasuhan Demokratis di PAUD As-Sa'adah Kota Cilegon. *Asian Journal of Early Childhood and Elementary Education*, 2(5).
- Lestari, A. (2021). Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan TeknikRelaksasi Terhadap Burnout Belajar Siswa Smp Amanah KwalaBegumit Tahun Ajaran 2020/2021. *Jurnal Psikologi Konseling*, 18(1), 871–878.
- Mailita, M., Basyir, M. N., & Abdullah, D. (2016). Upaya guru bimbingan konseling dalam menangani kejemuhan belajar siswa di SMP Negeri Banda Aceh. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 1(2).
- MASRUROH, L. (2016). *Identifikasi dan Penanganan Anak yang Mengalami Kejemuhan Belajar (Studi Kasus di PAUD Insan Mulia Desa Pule Kecamatan Kandat Kabupaten Kediri)*. IAIN KEDIRI.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., Saldana, J., & Rohidi, T. R. (1996). F. Analisis Data. *IMPLEMENTASI KURIKULUM MERDEKA DI SEKOLAH*, 61.
- Minarrohman, A. (2018). *Faktor Penyebab dan Cara Mengatasi Kejemuhan Belajar Siswa dalam Proses Pembelajaran Akidah Akhlak Kelas VII SMP*

- Muhammadiyah Pakem Sleman.*
- Mukaromah, E. (2024). *Upaya Mengurangi Kejemuhan Anak Usia Dini Melalui Metode Proyek Di Tkit An Naiyah Taruban Kenteng Nogosari Boyolali* (Vol. 15, Issue 1).
- Mulyana, A., Vidiati, C., Danarrahmanto, P. A., Agussalim, A., Apriani, W., Fiansi, F., Fitra, F., Aryawati, N. P. A., Ridha, N. A. N., & Milasari, L. A. (2024). *Metode penelitian kualitatif*. Penerbit Widina.
- Pribadi, A. S., Erlangga, E., & Wangge, M. Y. (2021). Hubungan Antara Konsep Diri Akademik dengan Pengambilan Keputusan Karier pada Siswa SMP. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(1), 157. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i1.2629>
- Purba, A. Z., Nasution, F. H., Parapat, K. M., Jannah, M., & Ulkhaira, N. (2024). Gamifikasi dalam pendidikan: Meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa. *Maximal Journal: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya Dan Pendidikan*, 1(5), 299–305.
- Purnama, S., Ulfah, M., Ramadani, L., & Fitriyah, Q. F. (2023). *Kurikulum dan pembelajaran PAUD*. Bumi Aksara.
- Riska, R. K., & Rosada, U. D. (2021). Peran guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi kejemuhan belajar siswa SMP Muhammadiyah Bantul. *Dharmas Education Journal (DE_Journal)*, 2(2), 380–390.
- Samosir, R., Panjaitan, H., & Harefa, S. E. (2023). Kerja Sama Orang Tua Dengan Pendidik Dalam Pendampingan Belajar Anak Usia Dini Saat Pembelajaran Daring Di Paud Martumbur Kec. Nassau. *Jurnal Talitakum*, 2(2), 57–76.
- Syafitri, R. A., & Lubis, S. P. (2022). KEJENUHAN BELAJAR (DAMPAK DAN PENCEGAHAN): KEJENUHAN BELAJAR. *Jurnal Generasi Tarbiyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 163–170.
- Vienlentia, R. (2021). Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Regulasi Emosi Anak Dalam Belajar. *Satya Sastraharing: Jurnal Manajemen*, 5(2), 35–46.
- Wahjusaputri, S., Ernawati, E., Wahyuni, Y., & Wahyuni, I. (2024). Penerapan Pendekatan Play-Based Learning dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 112–121.
- Wahyuli, R., & Ifdil, I. (2020). Perbedaan Kejemuhan Belajar Siswa Full Day School dan Non Full Day School. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 4(3), 188–194. <https://doi.org/10.24036/4.34380>
- Wålinder, R., Gunnarsson, K., Runeson, R., & Smedje, G. (2007). Physiological and psychological stress reactions in relation to classroom noise. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, 33(4), 260–266. <https://doi.org/10.5271/sjweh.1141>