



PENGARUH VARIASI METODE PEMBELAJARAN TERHADAP KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS X PADA MATA PELAJARAN EKONOMI

Pilya Hasan, Meyko Panigoro, Fatmawaty Damiti, Radia Hafid, Yulianti Toralawe

Universitas Negeri Gorontalo

e-mail: filyahasan03@gmail.com, meykopanigoro79@ung.ac.id,

fatmawatydamiti@ung.ac.id, radiahafid@ung.ac.id, yuliantitoralawe@ung.ac.id

Diterima: 06/06/2026; Direvisi: 18/06/2026; Diterbitkan: 20/06/2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variasi metode pembelajaran terhadap kejenuhan belajar siswa kelas X pada mata pelajaran ekonomi di SMAS Terpadu Wira Bhakti. Masalah utama dalam penelitian ini dipicu oleh tingginya beban aktivitas harian siswa di sekolah berbasis semi-militer yang mencapai 17 jam per hari, sehingga memicu kelelahan fisik dan mental yang berdampak pada rendahnya kefokusannya di kelas. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif asosiatif *ex post facto*. Data primer dikumpulkan melalui penyebaran angket kepada 74 responden siswa kelas X yang dipilih sebagai sampel. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara variasi metode pembelajaran terhadap kejenuhan belajar siswa kelas X pada mata pelajaran ekonomi di SMAS Terpadu Wira Bhakti. Nilai koefisien determinasi R^2 menunjukkan bahwa variasi metode pembelajaran berkontribusi sebesar 35% terhadap kejenuhan belajar siswa, sedangkan sisanya 65% dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian ini. Melalui hasil ini, disimpulkan bahwa penerapan variasi metode yang interaktif memiliki urgensi tinggi untuk mereduksi kejenuhan psikologis siswa dalam lingkungan sekolah yang padat aktivitas.

Kata Kunci: *Variasi Metode Pembelajaran, Kejenuhan Belajar, Pembelajaran Ekonomi*

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of variations in learning methods on the saturation of learning Class X students in the subjects of economics at SMAS Terpadu Wira Bhakti. The main problem in this study was triggered by the high burden of students' daily activities in semi-military-based schools that reached 17 hours per day, thus triggering physical and mental fatigue that had an impact on the low focus of students in the classroom. This research uses *ex post facto* associative quantitative approach. Primary Data were collected through the distribution of questionnaires to 74 respondents of Class X students who were selected as a sample. The data analysis technique used is simple linear regression. The results showed that there is a positive and significant influence between the variety of learning methods to the saturation of learning Class X students in the subjects of economics at SMAS Terpadu Wira Bhakti. The value of the coefficient of determination R^2 shows that the variation of learning methods contributes 35% to the saturation of student learning, while the remaining 65% is influenced by other factors outside this research model. Through these results, it was concluded that the application of interactive method variations has a high urgency to reduce the psychological saturation of students in an activity-intensive school environment.

Keywords: *Variation of Learning Methods, Saturation Of Learning, Economic Learning*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kebutuhan dasar setiap manusia untuk memperoleh ilmu pengetahuan dan mengembangkan potensi diri dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Namun, salah satu masalah kronis yang dihadapi dunia pendidikan saat ini adalah lemahnya proses pembelajaran (Maknunin & Fitriyati, 2024; Novita & Wulandari, 2022). Permasalahan dalam belajar sering kali memicu hambatan emosional dan fisik di kelas, seperti munculnya rasa bosan, jenuh, dan lelah. Kondisi psikologis ketika peserta didik kehilangan minat, semangat, dan keterlibatan dalam proses pembelajaran akibat suasana belajar yang monoton ini disebut sebagai kejenuhan belajar (Purwanti *et al.*, 2024). Di dalam konteks Kurikulum Merdeka, guru dituntut bertindak sebagai fasilitator yang menciptakan lingkungan belajar aktif dan menyenangkan. Namun, realitas di lapangan menunjukkan banyak guru masih bertumpu pada metode ceramah konvensional satu arah yang membuat pembelajaran terasa membosankan bagi siswa.

Kondisi kejenuhan belajar ini ditemukan secara nyata oleh peneliti selama pelaksanaan program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) di SMAS Terpadu Wira Bhakti. Berdasarkan pengamatan, saat pembelajaran ekonomi dimulai, sebagian siswa kurang fokus, tertidur, dan bermain dengan teman sebangku. Fenomena ini erat kaitannya dengan karakteristik sekolah yang menerapkan sistem semi-militer berasrama. Aktivitas harian siswa di lembaga ini berlangsung sangat ketat selama kurang lebih 17 jam per hari. Dari total waktu tersebut, sekitar 6 jam 45 menit (39,7%) digunakan untuk pembelajaran formal, sedangkan 10 jam 15 menit (60,3%) dialokasikan untuk kegiatan pembinaan disiplin semi-militer, ibadah terjadwal, dan aktivitas fisik di bawah pengawasan pelatih. Dominasi kegiatan fisik yang padat membatasi waktu istirahat siswa, sehingga mengganggu kesiapan fisik serta mental mereka saat menerima materi pelajaran ekonomi di kelas.

Guru sejatinya memegang peranan dominan untuk mereduksi kejenuhan belajar melalui kreativitas pemilihan strategi, media digital, dan metode mengajar (Gulo & Hastuti, 2025). Penggunaan model mengajar yang kurang tepat dan monoton terbukti menurunkan antusiasme siswa di kelas (Setiaki & Darni, 2024). Guru tidak hanya dituntut menguasai strategi pedagogis tetapi juga kepribadian yang stabil (Juliani & Irma, 2023). Di SMAS Terpadu Wira Bhakti, fenomena kejenuhan ini tampak paradoks jika ditinjau dari hasil belajar kognitif siswa kelas X yang disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Daftar Nilai Ulangan Harian Ekonomi Siswa Kelas X

Kelas	Jumlah Siswa	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Belum Tuntas (<75)	Tuntas (≥ 75)
X1	26	90	70	5	21
X2	25	92	70	6	19
X3	25	90	68	10	15

Sumber: Hasil Observasi Peneliti, 2026

Data pada Tabel 1 memperlihatkan bahwa nilai ujian siswa relatif tinggi dan mayoritas mencapai ketuntasan. Kendati demikian, tingginya prestasi akademik ternyata belum tentu mencerminkan rendahnya kejenuhan belajar siswa. Kejenuhan belajar merupakan kondisi psikologis unik yang tetap dapat terjadi meskipun prestasi akademik siswa tergolong tinggi, yang ditandai oleh kelelahan emosional, hilangnya minat, dan renggangnya keterlibatan (Schaufeli, 2002 dalam Maknunin & Fitriyati, 2024). Oleh karena itu, faktor pedagogis



berupa perbaikan variasi metode mengajar yang lebih interaktif dan multi-arah sangat penting diuji secara empiris pada sekolah dengan sistem khusus ini.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji keterkaitan variabel ini dengan hasil yang beragam. Kejenuhan belajar dikonfirmasi kerap muncul akibat dominasi metode ceramah tunggal, sementara kombinasi tanya jawab dan diskusi kelompok efektif memulihkan keterlibatan siswa (Gapari, 2023). Variasi metode berbasis digital dan *outdoor learning* juga terbukti mereduksi kejenuhan serta meningkatkan tanggung jawab akademik (Salsabila *et al.*, 2024). Lebih lanjut, variasi gaya mengajar memberikan dampak positif pada minat belajar (Podungge *et al.*, 2024), meningkatkan aktivitas belajar (Mailili *et al.*, 2023), serta mendongkrak motivasi dan rasa senang siswa di sekolah (Mokoginta *et al.*, 2023).

Meskipun hubungan kedua variabel telah banyak diteliti, sebagian besar studi terdahulu masih berfokus pada jenjang Sekolah Dasar (SD) atau Sekolah Menengah Pertama (SMP). Penelitian yang menguji pengaruh variasi metode pembelajaran terhadap kejenuhan belajar siswa SMA, khususnya pada mata pelajaran Ekonomi di sekolah berbasis semi-militer berasrama, masih sangat terbatas. Penelitian ini hadir untuk mengisi kesenjangan (*research gap*) tersebut dengan menganalisis secara kuantitatif pengaruh variasi metode pembelajaran terhadap kejenuhan belajar siswa kelas X pada mata pelajaran ekonomi di SMAS Terpadu Wira Bhakti. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan memperkaya literatur pedagogis mengenai hubungan antara strategi mengajar dan aspek psikologis siswa. Secara praktis, hasil studi ini diharapkan menjadi referensi berharga bagi guru dan sekolah dalam merancang pola pembelajaran interaktif yang adaptif bagi siswa beraktivitas padat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif asosiatif dengan desain *ex post facto* untuk menguji pengaruh variasi metode pembelajaran (X) terhadap tingkat kejenuhan belajar siswa (Y) tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel independen. Pelaksanaan penelitian berlokasi di SMAS Terpadu Wira Bhakti, yang beralamat di Jl. Pasar Minggu, Bubeya, Kecamatan Suwawa, Kabupaten Bone Bolango, Gorontalo.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X di SMAS Terpadu Wira Bhakti yang terdistribusi ke dalam empat kelas (X1, X2, X3, dan X4) dengan total keseluruhan sebanyak 91 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *probability sampling* melalui pendekatan *simple random sampling*, mengingat karakteristik anggota populasi dinilai homogen (Sugiyono, 2021). Penentuan ukuran sampel dihitung menggunakan rumus Slovin dengan batas kesalahan (*sampling error*) sebesar 5%, sehingga diperoleh ukuran sampel sebanyak 74 responden, sementara 17 siswa sisanya dialokasikan untuk keperluan uji coba instrumen penelitian.

Data dikumpulkan melalui tiga teknik utama, yaitu observasi langsung selama program MBKM, kuesioner (angket), dan dokumentasi tertulis dari sekolah. Instrumen kuesioner disusun menggunakan Skala Likert dengan rentang skor 1 (Sangat Tidak Setuju) hingga 5 (Sangat Setuju). Variabel Kejenuhan Belajar (Y) diukur melalui empat indikator utama, meliputi kelelahan emosional, kelelahan fisik, kelelahan kognitif, dan kehilangan motivasi. Sementara itu, variabel Variasi Metode Pembelajaran (X) diukur melalui tiga indikator, yaitu variasi gaya mengajar guru (suara, pemusatan perhatian, kesenyapan, kontak pandang, mimik/gerakan badan, dan posisi), variasi penggunaan media/alat bantu pembelajaran (visual, audio, dan taktil/raba), serta variasi pola interaksi di kelas (Yesayas *et al.*, 2025).

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini telah valid dan reliabel. Pengujian prasyarat analisis menggunakan Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov* dengan kriteria data berdistribusi normal jika nilai signifikansi lebih besar dari $\alpha = 0.05$. Pengujian hipotesis dilakukan melalui analisis regresi linear sederhana dengan persamaan $Y = \alpha + bX$ untuk memprediksi arah hubungan variabel. Signifikansi pengaruh parsial diuji menggunakan uji *t* (analisis varians) pada taraf nyata $\alpha = 0,05$. Terakhir, pengujian koefisien determinasi (R^2) dilakukan untuk mengukur besarnya persentase kontribusi variasi metode pembelajaran dalam menjelaskan kejenuhan belajar siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis statistik deskriptif digunakan untuk memetakan distribusi jawaban responden berdasarkan kategori rendah (20,00%–40,00%), sedang (40,01%–60,00%), cukup tinggi (60,01%–80,00%), dan tinggi (80,01%–100%) (Kuncoro, 2017). Distribusi jawaban responden terhadap 14 butir instrumen variabel Variasi Metode Pembelajaran (X) dirangkum dalam Tabel 2.

Tabel 2. Karakteristik Jawaban Responden Terhadap Variabel Variasi Metode Pembelajaran

Indikator	Item	Skor Aktual	Skor Ideal	Rata-rata	Kriteria
Variasi Gaya Mengajar	1- 6	1.884	2.220	4.24	Tinggi
Variasi Media dan Alat	7 - 9	945	1.110	4.26	Tinggi
Variasi Pola Interaksi	10 - 14	1601	1.850	4.33	Tinggi
Total Keseluruhan		4.430	5.180	4.28	Tinggi

Data pada Tabel 2 menunjukkan bahwa secara akumulatif, persepsi responden terhadap kualitas variasi metode pembelajaran yang diterapkan oleh guru masuk dalam kriteria tinggi. Kendati demikian, pencapaian tersebut belum sepenuhnya optimal karena masih menyisakan celah (*gap*) dari kondisi ideal yang diharapkan. Ditinjau secara parsial per indikator, dimensi variasi pola interaksi menjadi aspek yang paling dominan dirasakan oleh siswa, sedangkan dimensi variasi gaya mengajar guru menduduki posisi paling rendah. Selanjutnya, pengukuran deskriptif terhadap 20 butir instrumen variabel kejenuhan belajar (Y) disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Karakteristik Jawaban Responden Terhadap Variabel Kejenuhan Belajar

Indikator	Item	Skor Aktual	Skor Ideal	Rata-rata	Kriteria
Kelelahan Emosional	1- 5	1.613	1.850	4.36	Tinggi
Kelelahan Fisik	6 - 10	1.671	1.850	4.52	Tinggi
Kelelahan Kognitif	11 - 15	1.672	1.850	4.52	Tinggi
Kehilangan Motivasi	16 - 20	1.656	1.850	4.48	Tinggi
Total Keseluruhan		6.612	7.400	4.47	Tinggi

Tabel 3 memperlihatkan gambaran bahwa tingkat kejenuhan belajar siswa secara keseluruhan terkonfirmasi berada pada tingkat yang tinggi. Jika dibedah berdasarkan komponen pembentuknya, beban kejenuhan ini secara signifikan dikendalikan oleh indikator kelelahan fisik serta kelelahan kognitif yang mencatat rerata tertinggi. Di sisi lain, indikator

kelelahan emosional menjadi komponen yang posisinya paling rendah dirasakan oleh siswa kelas X.

Sebelum dilakukan pengujian model hipotesis, seluruh butir instrumen penelitian dipastikan telah memenuhi kriteria prasyarat validitas dan reliabilitas. Hasil pengujian korelasi menunjukkan seluruh item pada variabel bebas dan terikat memiliki nilai koefisien yang melampaui ambang batas kritis tabel korelasi, sehingga seluruhnya dinyatakan valid. Selaras dengan itu, koefisien keandalan internal instrumen berada jauh di atas standar minimum reliabilitas, yang mengonfirmasi bahwa alat ukur ini sangat konsisten. Pada pengujian asumsi klasik, sebaran nilai residual data dikonfirmasi berdistribusi normal berdasarkan hasil uji signifikansi yang berada di atas ambang batas kritis pengujian, sehingga memenuhi syarat untuk dianalisis menggunakan regresi linear.

Analisis regresi linear sederhana diterapkan untuk menguji arah dan signifikansi pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen, sebagaimana dirangkum pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Analisis Regresi Linear sederhana dan Uji t

1	Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
	(Constant)	53.076	5.846	-	9.079	0.000
	Variasi Metode Pembelajaran	0.606	0.097	0.591	6.221	0.000

Berdasarkan Tabel 4, fungsi matematis dari model regresi sederhana ini dirumuskan ke dalam persamaan $(Y) = 53,076 + 0,606X$. Nilai parameter koefisien regresi yang bermuatan positif memberikan indikasi awal adanya keselarasan linear searah antarkomponen variabel. Melalui pengujian parameter parsial (Uji t), ditemukan bukti empiris bahwa nilai statistik uji hitung secara signifikan melampaui nilai batas kritis tabel pada taraf kekeliruan lima persen. Nilai signifikansi yang berada di bawah ambang batas probabilitas secara formal memutuskan untuk menolak H_0 dan menerima H_1 . Hal ini menegaskan adanya pengaruh yang nyata dan signifikan dari variasi metode pembelajaran terhadap kejenuhan belajar siswa.

Untuk mengukur persentase kontribusi atau daya penjas dari variabel bebas di dalam model tersebut, dilakukan analisis koefisien determinasi yang hasilnya tertera pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Analisis Koefisien Determinasi (R^2)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.591	0.350	0.341	3.643

Hasil analisis pada Tabel 5 memaparkan nilai koefisien korelasi yang mengindikasikan tingkat keeratan hubungan antarpengukuran variabel berada pada kriteria yang cukup kuat. Sementara itu, berdasarkan capaian nilai koefisien determinasi (R^2), dapat disimpulkan bahwa variasi metode pembelajaran memberikan kontribusi pengaruh yang moderat dalam menjelaskan dinamika kejenuhan belajar siswa kelas X pada mata pelajaran ekonomi di SMAS Terpadu Wira Bhakti. Adapun sebagian besar porsi variabilitas lainnya dikendalikan oleh faktor-faktor residu lain di luar model analisis yang diuji dalam penelitian ini.



Pembahasan

Temuan empiris dalam penelitian ini membuktikan adanya pengaruh nyata dari variasi metode pembelajaran terhadap kejenuhan belajar siswa kelas X pada mata pelajaran ekonomi di SMAS Terpadu Wira Bhakti. Arah koefisien parameter yang bermuatan positif mengindikasikan sebuah fenomena unik sekaligus paradoks di lapangan. Ketika kompetensi instruksional guru dalam menyajikan variasi mengajar dinilai semakin tinggi, indikasi kejenuhan psikologis yang dialami oleh siswa justru terdata linear meningkat.

Secara teoretis, variasi dalam aktivitas pedagogis ditujukan untuk mengeliminasi kebosanan siswa dan mengeskalisasi keterlibatan aktif mereka di kelas (Sihite *et al.*, 2024). Namun, introduksi metode yang terlalu beragam, kerap berganti, dan minim kesinambungan struktural justru berisiko tinggi memicu kebingungan adaptasi serta kelelahan mental bagi peserta didik (Wulandari *et al.*, 2023). Kondisi psikologis ketika siswa kehilangan minat akibat tekanan aktivitas yang monoton maupun pengelolaan instruksional yang terlalu kompleks dan membingungkan dapat memicu timbulnya kejenuhan belajar (Ramadani *et al.*, 2025). Fenomena penolakan psikologis ini rentan terjadi pada rumpun mata pelajaran yang menuntut konsentrasi berpikir tingkat tinggi seperti ekonomi (Nashih, 2026).

Tingginya indikasi kejenuhan belajar pada siswa kelas X tidak dapat diinterpretasikan secara tunggal sebagai dampak kegagalan strategi mengajar guru semata. Berdasarkan data deskriptif indikator, dimensi kelelahan fisik dan kelelahan kognitif bertindak sebagai pemicu paling dominan. Fakta objektif ini memiliki keterkaitan sosiologis yang sangat erat dengan karakteristik SMAS Terpadu Wira Bhakti sebagai lembaga pendidikan berasrama berbasis semi-militer. Jadwal harian yang wajib diikuti oleh siswa berlangsung sangat padat, ketat, dan melelahkan karena durasi aktivitas lapangan dan kedisiplinan mencapai belasan jam setiap hari. Keterbatasan waktu istirahat yang krusial bagi pemulihan biologis menyebabkan kondisi jasmani siswa berada pada level di bawah optimal ketika menerima materi formal ekonomi di kelas. Tubuh yang mengalami defisit energi dan kelelahan fisik kronis secara otomatis menghambat fokus, memperpendek rentang perhatian, serta menurunkan daya keterlibatan emosional siswa dalam belajar (Gifary *et al.*, 2025; Alonemarera *et al.*, 2025).

Beban eksternal dari aktivitas semi-militer tersebut diperparah oleh tingginya muatan beban kognitif (*cognitive overload*) pada mata pelajaran ekonomi kurikulum kelas X. Materi ekonomi sarat akan konsep teoretis abstrak, analisis kurva grafik, serta algoritma perhitungan matematis akuntansi yang membutuhkan penalaran mendalam. Kondisi ini dipertegas oleh (Wulandari *et al.*, 2023; Nashih, 2026; Ramadani *et al.*, 2025) yang menyatakan bahwa mata pelajaran ekonomi memiliki tingkat kesulitan tersendiri karena memuat konsep-konsep teoritis dan perhitungan yang membutuhkan pemahaman lebih mendalam. Ketika siswa berada dalam kondisi lelah fisik dipaksa melakukan pemrosesan informasi kognitif yang rumit, kelelahan fungsi otak tidak dapat dihindarkan. Dampaknya, muncul resistensi psikologis berupa rasa kantuk, apatisme, dan penurunan motivasi intrinsik (Purwanti *et al.*, 2024). Kesulitan siswa dalam memahami operasi matematika ekonomi ini pada akhirnya mengganggu konsentrasi sekaligus mengeskalisasi kelelahan belajar (Gifary *et al.*, 2025; Lamusu *et al.*, 2024; Alonemarera *et al.*, 2025).

Konteks khusus lingkungan berasrama semi-militer ini membedakan temuan penelitian ini dengan sebagian besar studi konvensional terdahulu. Pada ekosistem sekolah umum yang jam belajarnya normal, implementasi variasi metode mengajar, diversifikasi media, dan metode diskusi kelompok terbukti efektif memulihkan keterlibatan siswa serta mereduksi kebosanan (Adawiyah, 2021; Siddik & Mahariah, 2023). Namun, pada sekolah



berbasis semi-militer, efektivitas variasi pedagogis guru terbentur oleh batasan kapasitas fisik siswa yang telah terkuras oleh kegiatan kedisiplinan di luar kelas. Meskipun guru telah menunjukkan performa variasi metode yang prima dengan mengoptimalkan pola komunikasi interaktif multi-arah, intervensi tersebut belum mampu memulihkan kejenuhan belajar secara tuntas. Hal ini disebabkan oleh kuatnya kendali faktor residu di luar model penelitian, seperti kelelahan fisik sistemik, pola aktivitas asrama yang kaku, serta minimnya waktu rekreasi (Siddik & Mahariah, 2023).

Oleh karena itu, orisinalitas temuan ini memberikan implikasi kebijakan baru bagi tata kelola lembaga pendidikan berasrama khusus. Upaya preventif untuk menanggulangi kejenuhan belajar tidak bisa dibebankan secara sepihak kepada guru di ruang kelas melalui utak-atik variasi metode mengajar semata. Penanganan masalah ini memerlukan sinergi struktural yang komprehensif antara guru dan pihak manajemen sekolah (Gulo & Hastuti, 2025). Guru dituntut untuk lebih adaptif dalam mengintegrasikan metode pengajaran yang tidak menguras sisa energi siswa serta konsisten menyisipkan aktivitas penyegaran pikiran. Di sisi lain, manajemen sekolah dan tim pelatih militer perlu merestrukturisasi manajemen waktu aktivitas asrama demi menciptakan pembagian jadwal yang lebih seimbang. Sekolah harus menjamin regulasi pemenuhan waktu tidur malam yang cukup serta memberikan kompensasi istirahat yang memadai bagi siswa sebelum jam pelajaran akademik dimulai. Sinergi antara variasi mengajar yang adaptif dan tata kelola aktivitas sekolah yang proporsional menjadi kunci utama dalam meminimalkan kejenuhan belajar demi menjaga kesehatan mental dan performa akademik siswa secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil menyajikan substansi pemaknaan yang kompatibel antara ekspektasi teoretis pada bab pendahuluan dengan realitas empiris pada bab hasil dan pembahasan. Pada awalnya, penelitian ini diorientasikan untuk menguji hipotesis bahwa kreativitas guru dalam mengimplementasikan variasi metode pembelajaran akan bertindak sebagai instrumen kognitif-pedagogis yang efektif untuk menekan dan mereduksi kejenuhan belajar siswa. Namun, ketika diuji pada ekosistem SMAS Terpadu Wira Bhakti yang menerapkan sistem berasrama semi-militer dengan jadwal harian yang sangat padat, ditemukan fenomena hubungan searah yang paradoks. Tingginya kompetensi variasi mengajar guru ternyata berjalan linear dengan tingginya indikasi kejenuhan belajar siswa kelas X pada mata pelajaran ekonomi. Kompatibilitas model ini menegaskan makna bahwa efektivitas variasi metode instruksional di ruang kelas tidak mampu mengeliminasi kejenuhan psikologis siswa secara mandiri apabila kapasitas energi fisik dan kesiapan mental siswa telah melampaui ambang batas kelelahan akibat tuntutan aktivitas kedisiplinan lapangan yang dominan di luar kelas.

Melihat dinamika temuan tersebut, prospek aplikasi penelitian ini ke depan menuntut adanya reorientasi kebijakan operasional di sekolah berasrama khusus. Pihak manajemen sekolah dan tim pelatih perlu menerapkan sistem manajemen waktu yang lebih seimbang antara aktivitas fisik kedisiplinan dan pemulihan biologis siswa sebelum kegiatan akademik formal dimulai. Secara praktis, guru ekonomi harus mengaplikasikan pola pendekatan instruksional yang bersifat relaksasi dan meminimalisasi beban ingatan yang terlalu rumit. Sementara itu, prospek pengembangan teoritis untuk penelitian selanjutnya perlu diarahkan pada pengujian model konseptual yang lebih komprehensif dengan mengintegrasikan variabel-variabel intervensi eksternal yang belum terungkap dalam model ini, seperti variabel



kualitas tidur (*sleep quality*), regulasi emosi mandiri (*self-emotion regulation*), serta tata kelola aktivitas asrama guna memetakan solusi penanggulangan kejenuhan belajar siswa secara holistik dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alonemarera, A. A., Mutmainnah, N., & Tendrita, M. (2025, November). Belajar Lebih Seru dengan Canva: Video Interaktif untuk Mengatasi Kejenuhan Belajar Biologi Siswa SMP. In *Prosiding Seminar Nasional Pembangunan Ekonomi Berkelanjutan dan Riset Ilmu Sosial* (Vol. 2, No. 1, pp. 121-134). <https://www.ejurnal.teraskampus.id/index.php/simetris/article/view/452>
- Gapari, M. Z. (2023). Pengaruh penggunaan metode presentasi (advance organizer) terhadap hasil belajar kelas X di MA Da Jerowaru. *Al-Gafari: Jurnal Manajemen dan Pendidikan*, 1(1), 29–39. <https://doi.org/10.66886/algafari-mp.v1i1.8>
- Gifary, A., Hidayat, A. N., Srihandayani, & Soro, S. H. (2025). Perencanaan pencegahan kejenuhan akademik dalam meningkatkan hasil belajar siswa. *SIBATIK Journal*, 4(12), 4623–4638. <https://doi.org/10.54443/sibatik.v4i12.3907>
- Gulo, B. H. O., & Hastuti, M. A. S. W. (2025). Pengaruh variasi mengajar guru dan disiplin belajar terhadap hasil belajar siswa kelas X pada mata pelajaran ekonomi SMAN 1 Tulungagung tahun ajaran 2024/2025. *Jurnal Penelitian dan Pengkajian Ilmiah*, 2(6), 971–977. <https://doi.org/10.62335/cendekia.v2i6.1391>
- Juliani, D., & Irma, A. (2023). Pentingnya Kompetensi Kepribadian Guru Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Profesi Guru*, 1(1), 1-16.
- Lamusu, N. F. H., Hafid, R., Hasiru, R., & Blongkod, H. (2024). Kesulitan belajar MYOB Accounting pada siswa kelas XII AKL 1 SMK Negeri 1 Tolitoli. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(1), 4488–4498. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i1.8389>
- Mailili, S. S. S., Canon, S., Ardiansyah, Panigoro, M., & Maruwae, A. (2023). Pengaruh pengelolaan keterampilan guru dan kedisiplinan belajar terhadap keaktifan belajar siswa. *Journal of Economic and Business Education*, 1(1), 70–82. <https://doi.org/10.37479/jebe.v1i3.21672>
- Maknunin, B. L., & Fitriyati, D. (2024). Pengaruh kejenuhan belajar peserta didik dan gaya mengajar guru terhadap minat belajar peserta didik. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 12(2), 322–329. <https://doi.org/10.26740/jupe.v12n2.p322-329>
- Mokoginta, N., Hafid, R., Bahsoan, A., Moonti, U., & Panigoro, M. (2023). Pengaruh metode resitasi terhadap motivasi belajar siswa kelas VIII di SMPN Satap Matabulu Kecamatan Nuangan Kabupaten Bolaang Mongondow Timur. *JlIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 6(10), 7522–7528. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i10.2191>
- Nashih, M. (2026). Strategi guru dalam mengatasi kejenuhan belajar siswa melalui pemanfaatan media pembelajaran digital. *Al-Idaroh: Jurnal Studi Manajemen Pendidikan Islam*, 10(1). <https://doi.org/10.54437/alidaroh.v10i1.3172>



- Novita, Y., & Wulandari, R. (2022). Analisis kejenuhan belajar siswa pada mata pelajaran ekonomi di SMA Negeri Olahraga Provinsi Riau. *Eklektik: Jurnal Pendidikan Ekonomi dan Kewirausahaan*, 5(2). <https://doi.org/10.24014/ekl.v5i2.20449>
- Podungge, R. S., Hafid, R., Mahmud, M., Panigoro, M., & Gani, I. P. (2024). Analisis gaya mengajar guru dalam mendorong aktivitas belajar siswa. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(4), 15599–16011. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i4.15040>
- Purwanti, D., Hermawan, Y., & Gumilar, G. (2024). Pengaruh sarana prasarana terhadap kejenuhan belajar serta implikasinya pada hasil belajar peserta didik mata pelajaran ekonomi. *Jurnal Sains Student Research*, 2(5), 235–245. <https://doi.org/10.61722/jssr.v2i5.2642>
- Ramadani, K. R., Azizah, M., Mahya, I., Fawwaz, R. Z., & Zaman, B. (2025). Variasi metode pembelajaran dalam mata pelajaran sejarah kebudayaan Islam di MTs Negeri Salatiga. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 3(12). <https://doi.org/10.62281/01qtpq70>
- Salsabila, D. I., Azzahra, M., Fatimah, A. Z., & Sari, R. (2024). Program pengembangan karakter dan variasi metode pembelajaran digital sebagai upaya peningkatan literasi siswa. *Journal of Computer Science Contributions (JUCOSCO)*, 4(2), 129–139. <https://doi.org/10.31599/bjd1t988>
- Setiaki, D., & Darni. (2024). Pengaruh implementasi ice breaking terhadap kejenuhan belajar siswa pada mata pelajaran ekonomi di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tandun. *Jurnal Riset Mahasiswa Pendidikan Ekonomi*, 1(3), 109–125. <https://jom.uin-suska.ac.id/index.php/ME/article/view/3909>
- Siddik, M. F., & Mahariah. (2023). Reduksi kejenuhan belajar sejarah kebudayaan Islam: Analisis variasi metode dan media pembelajaran berbasis digital. *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 4(3), 767–777. <https://doi.org/10.31538/munaddhomah.v4i3.670>
- Sihite, S., Saragih, M., & Sihombing, L. R. (2024). Meningkatkan motivasi belajar peserta didik dengan model pembelajaran problem based learning (PBL) berbantuan media Wordwall pada mata pelajaran matematika kelas VI SD Negeri 060857 Medan Tembung. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, 10(3). <https://doi.org/10.36989/didaktik.v10i03.4031>
- Sugiyono. (2021). *Quantitative, qualitative, and R&D research methods*. Alfabeta.
- Wulandari, R., Tanjung, E. F., & Nurzannah. (2024). The Influence of PAI Teachers' Pedagogical Competence in Applying Various Learning Models on Student Motivation and Learning Outcomes. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 8(2), 208–217. <https://doi.org/10.23887/jipp.v8i2.77760>
- Yesayas, D., Johannes, N. Y., & Mahanangingtyas, E. (2025). Enhancing learning motivation with the role-playing learning model assisted by Wordwall. *Jurnal Pendidikan dan Ilmu Fisika (JPiF)*, 5(1), 136–148. <https://doi.org/10.52434/jpif.v5i1.42555>