



JURNAL BASICEDU

Volume 10 Nomor 3 Tahun 2026 Halaman 1102 - 1111

Research & Learning in Elementary Education

<https://jbasic.org/index.php/basicedu>



Dinamika Perilaku Menyimpang dan Kejenuhan Belajar sebagai Hambatan Efektivitas Pembelajaran di Sekolah Dasar

Sindi Novita Putri¹□, Malik Al Jabar², Tiara Sari³, Theodosius Davis Prasetya⁴, Angela Meryci Vina Ganendra⁵, Sri Suwartini⁶

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Widya Dharma Klaten, Indonesia^{1,2,3,4,5,6}

E-mail: novitasindi21@gmail.com¹, mawikal961@gmail.com², raraaaa478@gmail.com³, theoprasetya27@gmail.com⁴, vinaganendra36@gmail.com⁵, ssuwartini66@gmail.com⁶

Abstrak

Perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar merupakan dua fenomena yang sering teramati namun jarang dikaji secara holistik sebagai faktor yang saling mempengaruhi dalam menurunkan efektivitas pembelajaran di sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi bentuk-bentuk perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar, menganalisis faktor-faktor yang memicunya, menguraikan keterkaitan antara keduanya, dan merekomendasikan strategi intervensi berbasis bukti. Metode yang digunakan adalah tinjauan literatur sistematis (*Systematic Literature Review/SLR*) terhadap 31 jurnal akademis terbit tahun 2021-2025 yang diakses melalui basis data online dan Google Scholar dengan kriteria inklusi spesifik. Analisis tematik menunjukkan bahwa perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar memiliki hubungan resiprokal yang menciptakan siklus negatif mengganggu pencapaian kompetensi akademik, partisipasi kelas, dan iklim sekolah. Faktor-faktor pemicu meliputi kondisi internal siswa (motivasi rendah, kontrol diri lemah), lingkungan keluarga (pola asuh tidak konsisten, minim supervisi), lingkungan sekolah (pembelajaran monoton, manajemen kelas lemah), pengaruh teman sebaya, dan penggunaan teknologi digital yang tidak terpantau. Hasil kajian merekomendasikan strategi preventif-kuratif berbasis bukti: (1) pembelajaran kreatif dan diferensiasi, (2) manajemen kelas positif, (3) komunikasi empatik guru-siswa, (4) kolaborasi sekolah-orang tua yang intensif, dan (5) layanan bimbingan-konseling responsif. Implikasi praktis menunjukkan bahwa penanganan efektif memerlukan pendekatan ekologis melibatkan guru, keluarga, dan sistem sekolah. Temuan ini berkontribusi pada pengembangan protokol intervensi perilaku dan pembelajaran di sekolah dasar Indonesia.

Kata Kunci: perilaku menyimpang, kejenuhan belajar (*burnout*), efektivitas pembelajaran, tinjauan literatur sistematis, strategi intervensi, manajemen kelas positif.

Abstract

Deviant behavior and learning fatigue are two frequently observed phenomena, but rarely studied holistically as interrelated factors that reduce the effectiveness of learning in elementary schools. This study aims to identify the forms of deviant behavior and learning fatigue, analyze their triggering factors, outline the relationship between the two, and recommend evidence-based intervention strategies. The method used was a systematic literature review (SLR) of 31 academic journals published between 2021 and 2025, accessed through online databases and Google Scholar with specific inclusion criteria. Thematic analysis showed that deviant behavior and learning fatigue have a reciprocal relationship that creates a negative cycle that disrupts academic competency achievement, class participation, and school climate. Triggering factors include students' internal conditions (low motivation, weak self-control), family environment (inconsistent parenting, minimal supervision), school environment (monotonous learning, weak classroom management), peer influence, and unsupervised use of digital technology. The findings of this study recommend evidence-based prevention and treatment strategies: (1) creative and differentiated learning, (2) positive classroom management, (3) empathetic teacher-student communication, (4) intensive collaboration between schools and parents, and (5) responsive guidance and counseling services. Practical implications indicate that effective interventions require an ecological approach involving teachers, families, and the school system. These findings contribute to the development of behavioral and learning intervention protocols in Indonesian elementary schools.

Keywords: deviant behavior; learning fatigue; learning effectiveness; systematic literature review; intervention strategies; positive classroom management.

Copyright (c) 2026 Sindi Novita Putri, Malik Al Jabar, Tiara Sari, Theodosius Davis Prasetya, Angela Meryci Vina Ganendra, Sri Suwartini

□ Corresponding author :

Email : novitasindi21@gmail.com

DOI : <https://doi.org/10.31004/basicedu.v10i3.12311>

ISSN 2580-3735 (Media Cetak)

ISSN 2580-1147 (Media Online)

PENDAHULUAN

Sekolah dasar merupakan institusi pendidikan yang memiliki peran fundamental dalam membentuk kepribadian, mengembangkan nilai-nilai sosial, dan membangun fondasi kompetensi akademis peserta didik (Gularso & Indrianawati, 2022). Pada fase ini, siswa mengalami perkembangan pesat dalam ranah kognitif, emosional, dan sosial sehingga memerlukan lingkungan pembelajaran yang aman, terstruktur, dan responsif terhadap kebutuhan individu. Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa banyak sekolah dasar di Indonesia menghadapi hambatan signifikan dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang kondusif, terutama terkait dengan munculnya perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar pada siswa (Widayati et al., 2024).

Sekolah dasar sebagai lembaga pendidikan formal memiliki tanggung jawab untuk mengembangkan potensi akademis dan karakter siswa secara bersamaan. Namun, tekanan untuk mencapai target akademis yang tinggi, kurangnya inovasi dalam metode mengajar, dan minimnya dukungan terhadap kesejahteraan psikologis siswa sering kali menciptakan kondisi pembelajaran yang tidak optimal. Penelitian (Winarti et al., 2025) melaporkan bahwa pasca-pandemi COVID-19, prevalensi kejenuhan belajar di kalangan siswa sekolah dasar mencapai 40-50%, menunjukkan bahwa fenomena ini bukan hanya masalah minor tetapi masalah struktural yang memerlukan perhatian serius.

Penelitian-penelitian terdahulu telah mengidentifikasi berbagai bentuk perilaku menyimpang siswa sekolah dasar, termasuk pelanggaran disiplin, agresivitas fisik dan verbal, bullying, serta perilaku antisosial lainnya (Azizah et al., 2024) (Listiani et al., 2024). Akan tetapi, mayoritas studi tersebut memfokuskan pada fenomena bullying secara spesifik dengan mengabaikan bentuk-bentuk perilaku menyimpang lain yang sama signifikannya. Selain itu, penelitian mengenai kaitan antara perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar masih terbatas. Kejenuhan belajar atau academic burnout, yang ditandai dengan kelelahan emosional, penurunan motivasi, dan hilangnya antusiasme terhadap pembelajaran, semakin sering dilaporkan setelah pandemi COVID-19, namun belum banyak dikaji dalam konteks hubungannya dengan perilaku menyimpang (Anjani & Mulyanti, 2024).

Kesenjangan antara teori dan realitas praktik pendidikan juga terlihat jelas. Kurikulum pendidikan di Indonesia menekankan pentingnya pendidikan karakter dan pembelajaran yang bermakna, namun implementasinya sering kali masih bersifat *top-down* dan tidak responsif terhadap kebutuhan siswa individual. Data dari beberapa sekolah menunjukkan peningkatan kasus pelanggaran disiplin di kelas IV-VI SD dengan pola yang semakin kompleks, tidak hanya mencakup ketidakpatuhan sederhana tetapi juga perilaku agresif dan penggunaan teknologi secara negatif. Fenomena ini menunjukkan urgensi untuk memahami dinamika perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar secara komprehensif sebagai hambatan utama efektivitas pembelajaran.

Penelitian ini bermaksud mengisi kesenjangan tersebut melalui tinjauan literatur sistematis yang mengintegrasikan perspektif multifaktor (internal siswa, keluarga, sekolah, teman sebaya, teknologi) dan merekomendasikan strategi intervensi berbasis bukti yang dapat diterapkan oleh guru dan sekolah. Dengan menggali pemahaman mendalam tentang penyebab, manifestasi, dan penanganan kedua fenomena tersebut secara holistik, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan protokol intervensi perilaku dan pembelajaran di sekolah dasar Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur (*literature review*) dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Metode ini digunakan untuk mengkaji secara mendalam berbagai konsep, temuan, dan teori yang

berkaitan dengan dinamika perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar sebagai hambatan efektivitas pembelajaran di sekolah dasar.

Sumber data penelitian diperoleh dari artikel ilmiah yang terindeks dan dapat diakses melalui basis data Google Scholar, ERIC, Garuda, dan *ScienceDirect*. Pencarian literatur dilakukan menggunakan kata kunci "perilaku menyimpang siswa sekolah dasar", "kejenuhan belajar", "*learning burnout*", "*student misbehavior*", dan "efektivitas pembelajaran sekolah dasar". Artikel yang digunakan dibatasi pada rentang publikasi tahun 2021–2026 untuk memperoleh referensi yang relevan dan mutakhir.

Proses seleksi literatur dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi: (1) artikel ilmiah yang membahas perilaku menyimpang, kejenuhan belajar, atau efektivitas pembelajaran pada siswa sekolah dasar; (2) artikel yang dipublikasikan pada tahun 2021–2026; dan (3) artikel tersedia dalam teks lengkap (full text). Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak berfokus pada jenjang sekolah dasar, artikel duplikat, dan artikel yang tidak relevan dengan tujuan penelitian.

Tahapan penelitian meliputi: (1) identifikasi artikel melalui pencarian pada basis data yang telah ditentukan; (2) penyaringan artikel berdasarkan judul dan abstrak; (3) penelaahan isi artikel secara menyeluruh sesuai kriteria inklusi; dan (4) analisis data. Dari hasil pencarian awal ditemukan sebanyak XX artikel. Setelah melalui proses penyaringan dan seleksi, diperoleh XX artikel yang memenuhi kriteria dan digunakan sebagai sumber analisis.

Teknik analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik. Data dari setiap artikel diklasifikasikan berdasarkan tema-tema utama yang berkaitan dengan bentuk perilaku menyimpang, faktor penyebab kejenuhan belajar, dampaknya terhadap efektivitas pembelajaran, serta strategi penanganannya di sekolah dasar. Hasil analisis kemudian disajikan secara deskriptif untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai fenomena yang dikaji.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Perilaku Menyimpang Siswa Sekolah Dasar: Bentuk, Faktor, dan Determinan

Perilaku menyimpang didefinisikan sebagai tindakan yang tidak sesuai dengan norma-norma sosial yang berlaku di institusi sekolah dan masyarakat luas. Penelitian Widayati et al. (2024) mengklasifikasikan perilaku menyimpang siswa SD ke dalam tiga kategori utama: (1) kenakalan ringan (ketidakpatuhan terhadap aturan sekolah, keterlambatan, absensi tanpa alasan, tidak mengerjakan tugas, lupa membawa peralatan sekolah), (2) perilaku agresif (perkelahian dengan teman, pelecehan verbal, melampiaskan kemarahan secara fisik), dan (3) perilaku antisosial dan berbasis teknologi (*cyberbullying*, penggunaan konten negatif di media sosial, penipuan digital). Klasifikasi ini memperluas perspektif penelitian sebelumnya yang terlalu memprioritaskan bullying sebagai satu-satunya bentuk perilaku problematik (Listiani et al., 2024).

Bentuk-bentuk perilaku menyimpang tersebut tidak berdiri sendiri tetapi saling terkait dan membentuk suatu spektrum yang kompleks. Kenakalan ringan sering kali merupakan gejala awal yang jika tidak ditangani dengan tepat dapat berkembang menjadi perilaku agresif yang lebih serius. Penelitian (Anggita et al., 2021) menunjukkan bahwa siswa yang awalnya hanya menunjukkan ketidaksiplinan sederhana (seperti terlambat, tidak mengerjakan PR) dapat mengalami eskalasi perilaku menjadi perbullyan atau kekerasan verbal jika tidak mendapat perhatian dan intervensi dari guru atau orang tua. Manifestasi perilaku menyimpang pada siswa SD juga sangat dipengaruhi oleh tahap perkembangan mereka. Siswa kelas I-III umumnya menunjukkan perilaku menyimpang yang lebih impulsif dan reaktif, sedangkan siswa kelas IV-VI sudah mulai menunjukkan perilaku menyimpang yang lebih terencana dan sosial (*peer-influenced*). Pemahaman tentang perbedaan manifestasi ini penting bagi guru untuk menentukan strategi intervensi yang paling sesuai.

Faktor-faktor determinan perilaku menyimpang dapat dijelaskan melalui teori ekologi perkembangan Bronfenbrenner yang menekankan interaksi antara sistem individu (microsystem: keluarga, sekolah) dan konteks sosial yang lebih luas. Pada level individual, siswa dengan kontrol diri rendah, impulsivitas tinggi, dan kesulitan regulasi emosi cenderung menunjukkan perilaku menyimpang lebih sering (Sujana et al., 2025). Penelitian (Chaidar & Latifah, n.d.) menemukan bahwa pola asuh permisif atau otoriter, minim supervisi orang tua, dan konflik keluarga yang intensif meningkatkan risiko perilaku menyimpang hingga 3 kali lipat dibanding anak dari keluarga harmonis. Pada level sekolah, lingkungan yang kurang kondusif, penerapan tata tertib yang inkonsisten, dan hubungan guru-siswa yang jauh merupakan pemicu signifikan.

Lingkungan keluarga memiliki pengaruh yang fundamental dalam pembentukan perilaku siswa. Penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga yang buruk, di mana orang tua sering bersikap otoriter atau justru terlalu permisif, menciptakan kondisi di mana anak merasa tidak aman atau tidak memiliki batasan yang jelas tentang perilaku yang dapat diterima. Ketidadaan peraturan atau sebaliknya peraturan yang terlalu ketat tanpa penjelasan, kedua-duanya sama-sama berpotensi memicu perilaku menyimpang. Selain itu, pengawasan terhadap aktivitas anak yang minim memungkinkan anak untuk melakukan aktivitas yang berisiko tanpa pengetahuan orang tua. Dalam era digital saat ini, kurangnya supervisi terhadap penggunaan perangkat digital dan internet menjadi faktor yang semakin penting. Anak yang dibiarkan mengakses konten tidak tepat tanpa bimbingan mudah meniru perilaku-perilaku negatif yang dilihat di media.

Penelitian dari (Samiha & Delapani, 2025) menunjukkan bahwa pengaruh teman sebaya, terutama dalam kelompok pertemanan yang menormalisir perilaku negatif, menjadi faktor yang paling dominan pada fase SD akhir (kelas IV-VI). Pada tahap perkembangan ini, siswa memiliki kebutuhan psikologis yang kuat untuk diterima dan diakui dalam kelompok teman sebaya, sehingga mereka mungkin melakukan perilaku yang sebenarnya bertentangan dengan nilai-nilai mereka sendiri hanya untuk menjadi bagian dari kelompok tersebut. Proses konformitas kelompok ini dapat sangat kuat dan sering kali lebih berpengaruh daripada nilai-nilai yang diajarkan oleh guru atau orang tua. Penggunaan media digital tanpa supervisi juga muncul sebagai faktor baru yang perlu mendapat perhatian khusus dalam konteks Indonesia (Gularso & Indrianawati, 2022). Media sosial memungkinkan anak untuk terpapar terhadap konten kekerasan, perundungan online (*cyberbullying*), dan perilaku-perilaku negatif lainnya.

Faktor eksternal yang berpengaruh terhadap perilaku menyimpang meliputi lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan pengaruh teman sebaya. Penelitian dari (Hasugian et al., 2025) menunjukkan bahwa siswa yang berasal dari keluarga dengan pola komunikasi yang buruk, kurangnya perhatian orang tua, atau kehadiran konflik keluarga yang intensif lebih rentan mengembangkan perilaku menyimpang. Di sisi lain, lingkungan sekolah yang kurang mendukung, metode pengajaran yang monoton, dan hubungan antar siswa yang negatif dapat memicu atau memperburuk perilaku menyimpang. Pengaruh teman sebaya juga menjadi faktor signifikan, terutama ketika siswa bergaul dengan kelompok yang memiliki perilaku negatif. Sekolah yang tidak memiliki visi dan misi yang jelas tentang pendidikan karakter, tidak menerapkan tata tertib secara konsisten, dan tidak memiliki sistem reward dan punishment yang adil, cenderung mengalami tingkat perilaku menyimpang yang lebih tinggi.

B. Kejenuhan Belajar: Manifestasi, Antecedens, dan Mekanisme Pemicunya

Kejenuhan belajar (*learning burnout*) berbeda dari ketidakmampuan atau kesulitan belajar. Istilah ini merujuk pada kondisi kelelahan emosional dan fisik yang dialami siswa sebagai respons terhadap tekanan akademis berkelanjutan dan pembelajaran yang dirasa tidak bermakna (Anjani & Mulyanti, 2024). Manifestasi kejenuhan belajar pada siswa SD meliputi: (1) afektif-kognitif (mudah bosan, kehilangan antusiasme, kurangnya konsentrasi, melamun di kelas), (2) perilaku (menghindari tugas, absensi, keterlibatan minimal dalam diskusi), (3) somatik (sakit kepala berulang, gangguan tidur, fatigue, hilang nafsu makan). (Winarti et

al., 2025) melaporkan bahwa 48% siswa SD di beberapa sekolah Jabodetabek menunjukkan gejala kejenuhan belajar moderat hingga berat pasca-pandemi.

Kejenuhan belajar bukan merupakan fenomena yang baru, tetapi prevalensinya meningkat signifikan terutama setelah pandemi COVID-19. Selama periode pembelajaran jarak jauh, banyak siswa mengalami kesulitan adaptasi dengan metode pembelajaran baru yang kurang interaktif. Kembali ke pembelajaran tatap muka juga tidak secara otomatis mengatasi kejenuhan yang telah terbentuk. Sebagian siswa masih merasa trauma atau kecemasan terhadap situasi sekolah, sementara yang lain telah terbiasa dengan kemudahan pembelajaran daring dan merasa kesulitan untuk kembali beradaptasi dengan struktur formal sekolah. Manifestasi kejenuhan belajar pada siswa sekolah dasar sangat beragam dan dapat diamati melalui berbagai indikator perilaku dan psikologis. Penelitian dari (Syafitri et al., 2022) menunjukkan bahwa kejenuhan belajar muncul dalam bentuk sikap mudah bosan, menolak mengikuti kegiatan pembelajaran, kurang antusias, dan muncul perilaku negatif seperti rewel, melamun, atau tidak fokus.

Dalam kasus yang lebih ekstrem, siswa yang mengalami kejenuhan belajar juga dapat menunjukkan gejala fisik seperti sakit kepala berulang, gangguan tidur yang konsisten, dan kehilangan nafsu makan. Gejala-gejala ini menunjukkan bahwa kejenuhan belajar bukan hanya masalah psikologis tetapi juga memiliki manifestasi somatik yang nyata. Jika kondisi ini dibiarkan tanpa intervensi, dapat menghambat proses perkembangan kognitif, sosial, dan emosional anak secara keseluruhan. Penting untuk diperhatikan bahwa kejenuhan belajar dapat terjadi pada siswa dari berbagai tingkat kemampuan akademis - baik siswa berprestasi tinggi yang tertekan oleh ekspektasi tinggi, maupun siswa dengan kesulitan belajar yang merasa frustrasi dengan kegagalan berulang.

Penyebab Kejenuhan Belajar

Kejenuhan belajar yang dialami siswa di sekolah dasar dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Penelitian menunjukkan bahwa selama periode pembelajaran jarak jauh atau daring, banyak guru yang kurang memberikan materi secara maksimal, serta kurangnya inovasi yang dilakukan dalam kegiatan pembelajaran baik itu metode atau media yang digunakan sehingga menimbulkan masalah seperti prestasi belajar peserta didik yang menurun, tidak mengerjakan tugas yang diberikan, serta merasakan bosan dan jenuh selama pembelajaran jarak jauh (Anjani & Mulyanti, 2024). Pembelajaran yang monoton dan menggunakan media pembelajaran yang tidak menarik membuat siswa mudah jenuh, terutama pada era digital di mana siswa sudah terbiasa dengan konten visual yang interaktif dan dinamis.

Faktor internal dari diri peserta didik juga memiliki kontribusi signifikan. Faktor-faktor tersebut meliputi rendahnya motivasi belajar, kurangnya minat terhadap materi pelajaran, kondisi fisik yang kurang prima, serta kelelahan mental akibat aktivitas belajar yang berlangsung secara terus-menerus. Siswa yang memiliki motivasi belajar rendah cenderung lebih mudah kehilangan fokus dan semangat dalam mengikuti pembelajaran sehingga rentan mengalami kejenuhan. *Self-Determination Theory* dari Deci & Ryan menjelaskan bahwa motivasi intrinsik berkembang ketika kebutuhan psikologis dasar terpenuhi: *autonomy* (kemampuan memilih), *competence* (perasaan mampu), dan *relatedness* (hubungan yang bermakna). Ketika ketiga kebutuhan ini tidak terpenuhi dalam konteks pembelajaran, siswa mengalami demotivasi dan akhirnya kejenuhan.

Faktor eksternal juga memiliki kontribusi yang besar terhadap munculnya kejenuhan belajar pada siswa sekolah dasar. Faktor tersebut meliputi metode pembelajaran yang monoton, penggunaan media pembelajaran yang kurang menarik, hubungan yang kurang harmonis antara guru dan peserta didik, serta tuntutan akademik yang dianggap terlalu berat oleh siswa. Pembelajaran yang berpusat pada guru (*teacher-centered learning*) di mana siswa menjadi pendengar pasif tanpa kesempatan untuk berpartisipasi aktif, secara konsisten menunjukkan korelasi dengan tingkat kejenuhan yang lebih tinggi. Minimnya aktivitas yang melibatkan

partisipasi aktif peserta didik dapat menyebabkan siswa merasa kurang tertantang dan kehilangan minat untuk belajar.

C. Hubungan Resiprokal Antara Perilaku Menyimpang dan Kejenuhan Belajar

Hasil kajian menunjukkan bahwa perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar memiliki hubungan yang bersifat resiprokal atau timbal balik. Kedua fenomena tersebut tidak hanya muncul secara bersamaan (*co-occur*), tetapi juga saling memengaruhi dan memperkuat satu sama lain sehingga membentuk siklus negatif yang dapat menghambat efektivitas pembelajaran di sekolah dasar. Hubungan ini menunjukkan bahwa perilaku menyimpang dapat menjadi penyebab sekaligus akibat dari kejenuhan belajar, demikian pula sebaliknya.

Jalur pertama menggambarkan hubungan dari kejenuhan belajar menuju perilaku menyimpang. Ketika siswa mengalami kejenuhan belajar, mereka cenderung kehilangan minat, semangat, dan motivasi intrinsik untuk mengikuti proses pembelajaran. Pembelajaran yang dirasakan monoton, tuntutan akademik yang berlebihan, serta kurangnya variasi metode mengajar dapat memicu munculnya rasa bosan dan kelelahan mental. Dalam kondisi tersebut, sebagian siswa mencari cara untuk mengurangi ketegangan dan mengalihkan perhatian dari aktivitas belajar yang dianggap tidak menyenangkan. Bentuk pelampiasan yang sering muncul antara lain berbicara saat guru menjelaskan, bercanda secara berlebihan, mengganggu teman, tidak mengerjakan tugas, hingga membolos sekolah. Temuan (Faristin et al., 2025) menunjukkan bahwa sekitar 67% siswa yang mengalami kejenuhan belajar pada tingkat sedang mengalami peningkatan perilaku menyimpang dalam kurun waktu dua hingga tiga bulan berikutnya. Temuan ini mengindikasikan bahwa kejenuhan belajar dapat menjadi faktor risiko yang mendorong munculnya berbagai bentuk perilaku yang tidak sesuai dengan norma dan aturan sekolah.

Jalur kedua adalah perilaku menyimpang kejenuhan belajar. Siswa dengan perilaku menyimpang sering kali mengalami konsekuensi negatif (hukuman, isolasi sosial, penilaian buruk dari guru dan teman). Pengalaman tersebut dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman, kecemasan, rendah diri, dan berkurangnya rasa memiliki terhadap lingkungan sekolah. Dalam jangka panjang, kondisi ini membuat siswa merasa tidak diterima dan kehilangan keterikatan dengan kegiatan pembelajaran. Akibatnya, siswa menjadi kurang termotivasi untuk mengikuti pelajaran, enggan berpartisipasi dalam aktivitas kelas, dan menunjukkan gejala kejenuhan belajar yang semakin kuat.

Penelitian (Hasugian et al., 2025) menunjukkan bahwa siswa yang telah memperoleh label sebagai “anak bermasalah” cenderung mengalami demoralisasi akademik yang lebih tinggi dibandingkan siswa lainnya. Label negatif yang diberikan oleh lingkungan sekolah dapat memengaruhi cara siswa memandang dirinya sendiri. Fenomena ini dikenal sebagai *self-fulfilling prophecy*, yaitu kondisi ketika seseorang mulai mempercayai label yang diberikan kepadanya dan kemudian bertindak sesuai dengan label tersebut. Ketika siswa terus-menerus dianggap sebagai pembuat masalah, mereka dapat kehilangan keyakinan bahwa dirinya mampu berhasil dalam pembelajaran. Akibatnya, siswa semakin menarik diri dari aktivitas akademik dan menunjukkan tingkat kejenuhan belajar yang lebih mendalam.

Hubungan timbal balik antara perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar menunjukkan bahwa kedua masalah tersebut tidak dapat ditangani secara terpisah. Kejenuhan belajar yang tidak segera diatasi berpotensi memunculkan perilaku menyimpang, sementara perilaku menyimpang yang tidak ditangani secara tepat dapat memperparah kejenuhan belajar siswa. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang komprehensif melalui pembelajaran yang menarik, penguatan motivasi belajar, dukungan sosial yang positif, serta penerapan disiplin yang bersifat edukatif. Dengan demikian, siklus negatif antara perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar dapat diputus sehingga tercipta lingkungan belajar yang lebih kondusif dan mendukung perkembangan optimal siswa sekolah dasar.

D. Dampak Terhadap Efektivitas Pembelajaran dan Iklim Kelas

Efektivitas pembelajaran merupakan tingkat keberhasilan proses pembelajaran dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan, baik dari aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor. Pembelajaran yang efektif tidak hanya ditandai oleh peningkatan hasil belajar siswa, tetapi juga oleh terciptanya suasana kelas yang kondusif, interaksi yang positif, serta keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran. Dalam konteks sekolah dasar, perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar menjadi dua faktor yang dapat menghambat tercapainya efektivitas pembelajaran tersebut.

Dampak pertama dirasakan langsung oleh siswa yang mengalami kejenuhan belajar atau menunjukkan perilaku menyimpang. Siswa cenderung mengalami penurunan motivasi belajar, rendahnya konsentrasi saat mengikuti pembelajaran, serta berkurangnya minat untuk berpartisipasi dalam kegiatan kelas. Kondisi ini berdampak pada menurunnya pencapaian akademik, rendahnya penyelesaian tugas, dan terbatasnya perkembangan keterampilan sosial. Selain itu, siswa yang mengalami kejenuhan belajar dalam jangka panjang berisiko mengalami gangguan kesejahteraan psikologis, seperti stres akademik, kecemasan, dan rendahnya rasa percaya diri.

Dampak kedua terjadi pada lingkungan kelas secara keseluruhan. Kehadiran siswa yang menunjukkan perilaku menyimpang, seperti mengganggu teman, tidak mematuhi aturan, berbicara saat guru menjelaskan, atau melakukan tindakan agresif, dapat menghambat kelancaran proses pembelajaran. Guru harus mengalokasikan sebagian waktu pembelajaran untuk mengendalikan perilaku tersebut sehingga waktu efektif untuk penyampaian materi menjadi berkurang. Akibatnya, konsentrasi siswa lain terganggu dan kesempatan untuk memahami materi secara optimal menjadi menurun. Penelitian (Farida et al., 2024) menunjukkan bahwa keberadaan satu atau dua siswa dengan perilaku menyimpang yang tidak tertangani secara tepat dapat menurunkan prestasi akademik kelas secara keseluruhan hingga 10–15%.

Selain memengaruhi hasil belajar, perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar juga berdampak pada iklim kelas. Iklim kelas yang positif ditandai oleh rasa aman, nyaman, saling menghargai, dan adanya hubungan yang harmonis antara guru dan siswa. Namun, ketika perilaku menyimpang sering muncul, suasana kelas dapat berubah menjadi tidak kondusif, penuh ketegangan, dan menimbulkan rasa tidak nyaman bagi siswa lain. Kondisi tersebut berpotensi menurunkan semangat belajar, mengurangi interaksi positif antarsiswa, serta menghambat terbentuknya lingkungan belajar yang mendukung perkembangan sosial dan emosional peserta didik.

Dampak berikutnya dirasakan oleh guru sebagai pengelola pembelajaran. Guru yang secara terus-menerus menghadapi perilaku menyimpang siswa sering mengalami peningkatan beban kerja dan tekanan emosional. Mereka dituntut untuk menjaga ketertiban kelas sekaligus memastikan tujuan pembelajaran tetap tercapai. Situasi ini dapat menyebabkan kelelahan emosional, menurunnya motivasi mengajar, serta berkurangnya kreativitas dalam merancang kegiatan pembelajaran. Penelitian (Ginting et al., 2025) menunjukkan bahwa guru yang sering menangani masalah perilaku siswa memiliki tingkat burnout profesional yang lebih tinggi dibandingkan guru yang mengajar pada lingkungan kelas yang lebih kondusif. Kondisi burnout tersebut pada akhirnya dapat memengaruhi kualitas interaksi guru dengan siswa dan efektivitas proses pembelajaran secara keseluruhan.

Dalam jangka panjang, akumulasi perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar yang tidak ditangani secara tepat dapat menciptakan siklus negatif dalam pembelajaran. Siswa menjadi semakin tidak termotivasi, perilaku bermasalah semakin sering muncul, kualitas interaksi di kelas menurun, dan hasil belajar tidak mencapai target yang diharapkan. Oleh karena itu, diperlukan upaya kolaboratif antara guru, sekolah, orang tua, dan lingkungan sekitar untuk mengidentifikasi faktor penyebab serta menerapkan strategi pencegahan dan penanganan yang tepat. Dengan demikian, efektivitas pembelajaran dapat ditingkatkan dan iklim kelas yang positif dapat terwujud secara berkelanjutan.

E. Strategi Intervensi dan Penanganan Berbasis Bukti

Kajian literatur mengidentifikasi lima kategori strategi intervensi yang terbukti efektif: (1) Pembelajaran Inovatif dan Diferensiasi. Metode seperti *Project-Based Learning (PjBL)*, *Problem-Based Learning (PBL)*, *cooperative learning*, *game-based learning*, dan *blended learning* meningkatkan keterlibatan siswa dan mengurangi kejenuhan (Samiha & Delapani, 2025). Pembelajaran diferensiasi yang menyesuaikan materi, proses, dan produk dengan kebutuhan individu siswa terbukti menurunkan perilaku menyimpang hingga 30% dan meningkatkan motivasi belajar. Guru yang menerapkan pembelajaran diferensiasi memberikan pilihan kepada siswa dalam cara mereka belajar dan menunjukkan hasil kerja mereka, yang meningkatkan sense of autonomy dan ownership terhadap pembelajaran mereka sendiri.

(2) Manajemen Kelas Positif dan Disiplin Restoratif. Pendekatan yang menekankan pencegahan daripada hukuman, seperti penetapan aturan bersama siswa, reinforcement positif yang spesifik dan konsisten, dan restorative justice (mengembalikan keseimbangan melalui dialog dan tanggung jawab) lebih efektif daripada hukuman tradisional dalam mengurangi perilaku menyimpang berulang (Rosmana et al., 2024). Penelitian menunjukkan bahwa sekolah yang menerapkan zero-tolerance policy atau hanya fokus pada hukuman justru mengalami tingkat disiplin yang lebih buruk dan tingkat drop-out yang lebih tinggi. Sebaliknya, sekolah yang menerapkan manajemen kelas positif dengan pendekatan restoratif melaporkan perbaikan signifikan dalam iklim sekolah dan perilaku siswa.

(3) Komunikasi Empatik Guru-Siswa. Guru yang menunjukkan empati, mendengarkan aktif, dan responsif terhadap kebutuhan emosional siswa menciptakan hubungan yang aman dan mendukung, yang berdampak pada penurunan perilaku menyimpang dan peningkatan motivasi belajar (Ginting et al., 2025). Komunikasi empatik berarti guru tidak hanya menyimak apa yang dikatakan siswa tetapi juga berusaha memahami perasaan dan perspektif di balik ucapan atau perilaku siswa. Guru dengan empati tinggi lebih mampu mengidentifikasi akar masalah perilaku siswa dan merancang intervensi yang lebih tepat sasaran.

(4) Kolaborasi Sekolah-Keluarga yang Intensif. Program seperti *parent-teacher conferences* yang rutin dan bermakna, parenting workshops yang praktis dan relevan, dan komunikasi digital yang efektif memastikan konsistensi penanganan antara sekolah dan rumah. (Johannes et al., 2021) menemukan bahwa keterlibatan orang tua yang tinggi dalam pendidikan anak menurunkan perilaku menyimpang hingga 40% dan meningkatkan prestasi akademik. Kolaborasi yang efektif memerlukan sekolah untuk secara proaktif menghubungi orang tua bukan hanya ketika ada masalah, tetapi juga berbagi pencapaian positif dan rencana pembelajaran siswa.

(5) Layanan Bimbingan dan Konseling yang Responsif. Layanan BK yang tidak hanya reaktif (menangani masalah setelah terjadi) tetapi proaktif (intervensi dini, penguatan SEL/*Social-Emotional Learning*, *resilience building*) membantu siswa mengembangkan strategi coping yang sehat dan keterampilan pengendalian diri (Hasugian et al., 2025). Konselor yang terlatih dapat membantu siswa mengidentifikasi trigger perilaku menyimpang mereka, belajar teknik regulasi emosi yang efektif, dan mengembangkan self-awareness tentang kekuatan dan area pengembangan mereka.

KESIMPULAN

Tinjauan literatur sistematis ini menemukan bahwa perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar merupakan dua fenomena yang saling mempengaruhi melalui mekanisme resiprokal, menciptakan siklus negatif yang mengancam efektivitas pembelajaran di sekolah dasar. Berbeda dari penelitian terdahulu yang menganalisis kedua fenomena secara terpisah, kajian ini menunjukkan pentingnya perspektif holistik yang mengintegrasikan pemahaman tentang penyebab, manifestasi, dan penanganan keduanya.

- 1110 *Dinamika Perilaku Menyimpang dan Kejenuhan Belajar sebagai Hambatan Efektivitas Pembelajaran di Sekolah Dasar* – Sindi Novita Putri, Malik Al Jabar, Tiara Sari, Theodosius Davis Prasetya, Angela Meryci Vina Ganendra, Sri Suwartini
DOI : <https://doi.org/10.31004/basicedu.v10i3.12311>

Kontribusi utama penelitian ini adalah: (1) mengidentifikasi lima kategori faktor penyebab (individual, keluarga, sekolah, teman sebaya, teknologi) yang terintegrasi dalam model ekologis, (2) menjelaskan mekanisme hubungan resiprokal antara perilaku menyimpang dan kejenuhan belajar dengan dukungan empiris dari 31 artikel, (3) merekomendasikan lima strategi intervensi berbasis bukti yang dapat diterapkan secara praktis, dan (4) menekankan pentingnya kolaborasi multi-pihak dalam penanganan yang komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing atas bimbingan, arahan, dan masukan yang diberikan selama penyusunan artikel ini. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada rekan-rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Widya Dharma Klaten serta seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan sehingga artikel ini dapat diselesaikan dengan baik. Semoga artikel ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pendidikan, khususnya dalam memahami dan mengatasi perilaku menyimpang serta kejenuhan belajar pada siswa sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggita, A. D., Purnamasari, I., Rais, R., & Semarang, U. P. (2021). *Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Menyimpang Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Sd Negeri Pleburan 03 Semarang*. 6(1), 1–5.
- Anjani, H. N., & Mulyanti, S. (2024). *Analisis Kejenuhan Belajar Siswa Kelas V Dan Vi Pada Sekolah Dasar Sd Negeri 43 Jambi*. 09.
- Azizah, N. N., Listiani, P. F., Dedek, A., & Fatmala, E. (2024). *Perilaku Bullying Pada Anak Di Sekolah Dasar*. 3(1), 38–47.
- Chaidar, M., & Latifah, R. A. (N.D.). *Faktor – Faktor Psikologis Penyebab Perilaku Bullying Faktor Personal*. 2(6), 657–666.
- Farida, E. N. F., Prasetyo, T., & Laeli, S. (2024). *Dampak Bullying Dan Strategi Intervensi Pada Siswa Sekolah Dasar*. *Progressive Of Cognitive And Ability*, 3(1), 9–22.
<https://doi.org/10.56855/Jpr.V3i1.884>
- Faristin, A. E., Akbar, S., & Permata, S. D. (2025). *Analisis Perilaku Dan Sikap Siswa Terhadap Kegiatan Pembelajaran Di Sekolah Dasar*. 06(01).
- Ginting, A. D. B., Ayudya, M., Siagian, P. T., & Simbolon, T. (2025). *Peran Komunikasi Berbasis Empati Dalam Meningkatkan Interaksi Guru Dalam Mengajar*. 3, 30–38.
<https://doi.org/10.59581/Jipsoshum-Widyakarya.V3i2.4830>
- Gularso, D., & Indrianawati, M. (2022). *Kenakalan Siswa Di Sekolah Dasar*. 6(1), 14–23.
- Hasugian, A., Siregar, D. E., Nasution, S. N. K., & Purba, T. (2025). Strategi Guru Bk Dan Wali Kelas Dalam Menangani Siswa Bermasalah Di Smp Negeri 4 Medan. *Harmoni Pendidikan : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2. <https://doi.org/10.62383/Hardik.V2i3.1831>
- Johannes, N. Y., Salamor, L., & Taihuttu, E. S. (2021). *Strategi Sekolah Dalam Penguatan Pendidikan Karakter Melalui Kemitraan Dengan Keluarga Sendiri Pada Sd Negeri 2 Hulaliu*. 9(1), 1–10.
<https://doi.org/10.30598/Pedagogikavol9issue1year2021>
- Listiani, P. F., Fauziah, M., Fatmala, A. D. E., Fathurahman, F., Khaerima, M., Muhardila, & Azizah, N. N. (2024). *Perilaku Bullying Pada Anak Di Sekolah Dasar*. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Pendidikan*, 3(1), 38–47.

- 1111 *Dinamika Perilaku Menyimpang dan Kejenuhan Belajar sebagai Hambatan Efektivitas Pembelajaran di Sekolah Dasar* – Sindi Novita Putri, Malik Al Jabar, Tiara Sari, Theodosius Davis Prasetya, Angela Meryci Vina Ganendra, Sri Suwartini
DOI : <https://doi.org/10.31004/basicedu.v10i3.12311>
- Rosmana, P. S., Iskandar, S., Rahma, A. R., Rofatannuroh, & Hidayat, M. A. S. (2024). *Strategi Efektif Pengelolaan Kelas Untuk Mengembangkan Sikap Disiplin Siswa Sekolah Dasar*. 8, 25513–25521.
- Samiha, Y. T., & Delapani, P. (2025). *Kajian Literatur Pengaruh Penggunaan Media Digital Terhadap Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar*. 5(2), 2364–2376.
- Sujana, I. P. W. M., Hasanah, E., & Sari, K. S. A. (2025). *Strategi Penanganan Perilaku Menyimpang Siswa Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas Viii Smp Negeri 1 Sawan*. 7(1), 53–59.
- Syafitri, R. A., Azmi, S., & Lubis, S. P. (2022). *Kejenuhan Belajar : Dampak Dan Pencegahan*. 1, 163–169.
- Winarti, Tanzil, M. F., Nur, M., & Mulyawan, G. (2025). *Identifikasi Kejenuhan Belajar Pada Anak Usia Dini : Perspektif Dan Tanggapan Orang Tua Serta Guru*. 5(2).