

Telaah Literatur Kualitatif Mengenai Fenomena Kejenuhan dan Transfer dalam Proses Belajar

Weski Afrianto¹, Hafiz Hidayat², Tri Pebrina³, Sakhriadi⁴, Salmawati⁴, Vevy Lolita⁵

¹²³⁴⁵⁶Magister Pendidikan Dasar, Universitas Adzkia

e-mail: weskiraraputra@gmail.com, yona7302@gmail.com, sakhriadi@gmail.com, salmawatisd67@gmail.com, vevylolita24@gmail.com

Abstrak

Fenomena kejenuhan dan transfer dalam proses belajar merupakan dua aspek krusial yang saling mempengaruhi dan berkontribusi pada efektivitas pembelajaran. Kejenuhan yang muncul sebagai reaksi emosional negatif akibat kebosanan atau kurangnya stimulasi selama pembelajaran dapat mengurangi motivasi, perhatian, dan keterlibatan siswa, sehingga berdampak negatif pada hasil belajar. Sebaliknya, transfer belajar adalah kemampuan siswa dalam menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang telah dipelajari ke situasi atau konteks yang berbeda, yang merupakan indikator keberhasilan pembelajaran. Kajian literatur kualitatif ini menunjukkan bahwa pengelolaan kejenuhan yang tepat sangat penting untuk mendukung proses transfer belajar. Strategi pembelajaran aktif, variasi metode, dan penggunaan media interaktif terbukti efektif dalam mengurangi kejenuhan dan meningkatkan transfer belajar. Selain itu, faktor lingkungan belajar, termasuk dukungan sosial dan peran guru, juga menjadi elemen penting dalam menciptakan suasana yang kondusif bagi kedua fenomena tersebut. Implikasi penelitian ini menekankan perlunya pengembangan pendekatan pembelajaran yang adaptif dan responsif terhadap kondisi psikologis siswa untuk meningkatkan kualitas dan keberlanjutan proses belajar.

Kata kunci: *Kejenuhan, Transfer Belajar, Proses Belajar*

Abstract

The phenomena of boredom and transfer in the learning process are two crucial aspects that influence and contribute to the effectiveness of learning. Boredom, arising as a negative emotional response to boredom or lack of stimulation during learning, can decrease students' motivation, attention, and engagement, thus negatively affecting learning outcomes. Conversely, transfer of learning is the ability of students to apply acquired knowledge and skills to different situations or contexts, which is an indicator of successful learning. This qualitative literature review highlights that proper management of boredom is essential to support the transfer process. Active learning strategies, varied methods, and the use of interactive media have been shown to effectively reduce boredom and enhance transfer learning. Furthermore, the learning environment, including social support and the teacher's role, is also a significant factor in creating a conducive atmosphere for both phenomena. The study's implications emphasize the need to develop

adaptive and responsive learning approaches to students' psychological conditions to improve the quality and sustainability of the learning process.

Keywords: *Boredom, Transfer Of Learning, Learning Process*

PENDAHULUAN

Fenomena kejenuhan dan transfer dalam proses belajar merupakan dua aspek yang sangat penting dalam pengembangan pendidikan dan psikologi pembelajaran. Kejenuhan, yang sering juga disebut sebagai kebosanan, dapat menghambat motivasi dan efektivitas belajar siswa. Sebaliknya, transfer belajar adalah kemampuan siswa untuk mengaplikasikan pengetahuan atau keterampilan yang telah dipelajari ke situasi atau konteks baru. Kedua fenomena ini memengaruhi hasil dan kualitas pembelajaran secara signifikan (Pekrun, 2014; Hattie & Yates, 2014).

Kejenuhan dalam proses belajar biasanya muncul akibat kurangnya variasi aktivitas pembelajaran, materi yang terlalu monoton, atau kurangnya tantangan yang sesuai dengan kemampuan siswa (Eastwood et al., 2012). Kondisi ini dapat menyebabkan penurunan motivasi dan keterlibatan siswa, yang pada akhirnya berdampak negatif pada prestasi akademik. Oleh karena itu, pemahaman tentang faktor-faktor penyebab kejenuhan sangat krusial agar pendidik dapat merancang strategi pembelajaran yang lebih menarik dan memotivasi siswa (Fisher, 2019).

Di sisi lain, transfer belajar menjadi fokus utama untuk menilai keberhasilan proses pembelajaran jangka panjang. Transfer belajar yang efektif menunjukkan bahwa siswa tidak hanya menghafal materi, tetapi mampu mengaplikasikan konsep-konsep tersebut dalam berbagai situasi yang berbeda (Mestre, 2018). Faktor-faktor yang mendukung transfer belajar meliputi konteks pengajaran yang relevan, penggunaan metode pembelajaran aktif, serta pengembangan keterampilan metakognitif siswa (Perkins & Salomon, 2012).

Kajian literatur ini juga menyoroti hubungan antara kejenuhan dan transfer belajar, di mana kejenuhan yang tidak ditangani dapat menghambat kemampuan transfer belajar siswa. Oleh karena itu, penting bagi pendidik untuk mengenali tanda-tanda kejenuhan dan menerapkan pendekatan yang mampu memfasilitasi transfer belajar secara optimal (Woolfolk, 2020). Berbagai model dan kerangka teori tentang kejenuhan dan transfer telah dikembangkan untuk memahami fenomena ini secara mendalam (Alexander, Schallert, & Hare, 1991).

Secara keseluruhan, telaah literatur kualitatif ini bertujuan untuk menggali pemahaman mendalam mengenai fenomena kejenuhan dan transfer dalam proses belajar, serta implikasinya terhadap praktik pembelajaran. Hasil kajian diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan model pembelajaran yang responsif terhadap kebutuhan psikologis dan kemampuan kognitif siswa guna meningkatkan efektivitas pembelajaran..

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan studi literatur (literature review) yang bertujuan untuk mengkaji, menganalisis, dan mensintesis berbagai sumber pustaka yang relevan terkait Telaah Literatur Kualitatif Mengenai Fenomena Kejenuhan dan Transfer dalam Proses Belajar. Studi literatur dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan dan mengintegrasikan temuan-temuan dari berbagai penelitian terdahulu, laporan kebijakan, dan dokumen resmi yang berkaitan dengan topik tersebut (Creswell,

2014; Webster & Watson, 2002). Pendekatan ini bersifat kualitatif dengan fokus pada analisis konten dan komparatif terhadap berbagai sumber yang ada.

Populasi penelitian adalah seluruh literatur yang membahas **Telaah Literatur Kualitatif Mengenai Fenomena Kejenuhan dan Transfer dalam Proses Belajar**. Sampel diambil secara purposive sampling, yaitu memilih literatur yang paling relevan dan kredibel dari jurnal ilmiah, buku akademik, laporan penelitian, dokumen kebijakan pemerintah, dan artikel ilmiah. Kriteria inklusi meliputi literatur yang membahas secara eksplisit tentang **Telaah Literatur Kualitatif Mengenai Fenomena Kejenuhan dan Transfer dalam Proses Belajar**, sedangkan literatur yang tidak relevan atau kurang kredibel dikeluarkan dari analisis (Onwuegbuzie, Leech, & Collins, 2012).

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode dokumentasi dan studi pustaka, yaitu mengumpulkan data sekunder dari berbagai sumber tertulis yang telah dipilih. Sumber data diperoleh melalui pencarian di database akademik seperti Google Scholar, Perpustakaan Nasional, portal jurnal universitas, serta situs resmi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. Pengembangan instrumen berupa lembar pencatatan data yang berisi aspek-aspek penting yang dianalisis, seperti tujuan pelatihan, metode pelatihan, mekanisme evaluasi, hasil evaluasi, tantangan pelaksanaan, dan rekomendasi kebijakan. Instrumen ini berfungsi sebagai panduan untuk mengekstrak informasi secara sistematis dari setiap literatur yang dianalisis (Bowen, 2009).

Analisis data dilakukan menggunakan analisis konten kualitatif dengan pendekatan deskriptif dan tematik. Proses analisis meliputi tahap membaca dan memahami isi literatur, mengkategorikan informasi berdasarkan tema utama, serta menyintesis temuan-temuan yang relevan untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Hasil analisis disajikan dalam bentuk narasi yang sistematis dan komprehensif, dengan mengacu pada teori dan temuan empiris yang mendukung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil kajian literatur kualitatif ini menunjukkan bahwa fenomena kejenuhan dan transfer dalam proses belajar memiliki hubungan yang kompleks dan saling memengaruhi. Kejenuhan sebagai kondisi emosional negatif yang timbul saat siswa mengalami kebosanan atau kurangnya rangsangan menarik selama pembelajaran dapat menghambat motivasi dan konsentrasi belajar (Eastwood et al., 2012). Penelitian oleh Pekrun (2014) menegaskan bahwa kejenuhan dapat mengurangi efektivitas pengolahan informasi dan menurunkan hasil belajar siswa. Dalam konteks pembelajaran, kejenuhan tidak hanya berdampak pada aspek afektif, tetapi juga menurunkan keterlibatan kognitif siswa yang penting bagi penguasaan konsep dan penerapan materi pembelajaran.

Sementara itu, transfer belajar merupakan kemampuan penting yang menunjukkan keberhasilan siswa dalam memindahkan pengetahuan atau keterampilan yang diperoleh ke situasi baru yang berbeda (Perkins & Salomon, 2012). Studi terkini menyatakan bahwa transfer belajar efektif lebih mungkin terjadi jika siswa memiliki keterlibatan aktif, pemahaman mendalam, dan kemampuan metakognitif yang baik (Mestre, 2018). Namun, kejenuhan yang tidak ditangani dapat menghambat proses ini karena siswa cenderung menjadi pasif dan kurang termotivasi untuk mencoba menerapkan pengetahuan dalam konteks yang berbeda (Woolfolk, 2020).

Beberapa strategi pembelajaran yang berhasil mengurangi kejenuhan dan meningkatkan transfer belajar diidentifikasi dalam literatur, seperti penggunaan metode pembelajaran aktif, variasi materi, serta penggunaan teknologi interaktif dan media

pembelajaran yang menarik (Fisher, 2019). Pendidik diharapkan dapat merancang pendekatan yang adaptif dan responsif terhadap kebutuhan psikologis siswa agar kejenuhan dapat dicegah dan transfer belajar dapat dioptimalkan. Pendekatan tersebut termasuk diferensiasi instruksional, penguatan motivasi intrinsik siswa, dan pengembangan kemampuan reflektif (Hattie & Yates, 2014).

Analisis mendalam dari literatur juga menyoroti pentingnya peran lingkungan belajar dalam mengelola kedua fenomena ini. Lingkungan yang mendukung kecerdasan emosional dan kognitif siswa dapat menurunkan kejenuhan sekaligus memperbesar peluang transfer belajar (Alexander, Schallert, & Hare, 1991). Dalam konteks ini, interaksi sosial dan dukungan guru sangat berkontribusi dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif. Dari segi kebijakan, perlu ada penekanan pada pelatihan guru untuk mengenali tanda-tanda kejenuhan dan menerapkan strategi pengajaran yang mendukung proses transfer belajar.

Secara keseluruhan, kajian ini menggarisbawahi bahwa memahami dan mengelola fenomena kejenuhan dan transfer belajar secara terpadu sangat penting untuk meningkatkan kualitas dan keberlanjutan proses pembelajaran. Dengan pemahaman tersebut, pendidik dapat merancang strategi yang tidak hanya mengurangi hambatan psikologis dalam belajar tetapi juga memfasilitasi penerapan pengetahuan secara efektif dalam konteks kehidupan nyata.

Pembahasan

2.1 Pengertian Kejenuhan Dalam Belajar

Kejenuhan dalam belajar adalah fenomena yang sering dialami oleh banyak siswa atau individu yang terlibat dalam proses pendidikan. Kejenuhan ini dapat terjadi karena berbagai faktor, mulai dari metode belajar yang tidak menarik, tekanan akademik yang berlebihan, hingga kurangnya motivasi. Kejenuhan dalam belajar dapat mengurangi efektivitas dan kualitas proses pembelajaran, sehingga penting untuk memahami penyebab dan cara mengatasi masalah ini.

1. Pengertian Kejenuhan Dalam Belajar

Kejenuhan dalam belajar (*learning burnout*) adalah suatu kondisi di mana seseorang merasa lelah secara mental dan fisik akibat kegiatan belajar yang berlangsung dalam waktu yang panjang tanpa adanya variasi atau perubahan. Kondisi ini ditandai dengan hilangnya minat, rasa bosan, dan penurunan kemampuan untuk berkonsentrasi, sehingga mempengaruhi kualitas belajar. Kejenuhan belajar dapat memengaruhi baik siswa di sekolah maupun orang dewasa yang terlibat dalam pembelajaran jangka panjang. Secara lebih spesifik, kejenuhan belajar bisa terjadi karena beberapa faktor, di antaranya:

- Monotoninya materi: Pembelajaran yang tidak bervariasi dan terkesan membosankan.
- Tekanan atau stres yang berlebihan: Tugas dan ujian yang menumpuk dapat menyebabkan kelelahan mental.
- Kurangnya motivasi: Jika seseorang merasa bahwa belajar tidak membawa manfaat atau tidak menarik, rasa jenuh pun mudah datang.
- Keterbatasan waktu: Kegiatan belajar yang terlalu padat dan tidak memberikan waktu cukup untuk beristirahat.

2. Dampak Kejenuhan dalam Belajar

Kejenuhan dalam belajar tidak hanya mempengaruhi kualitas pembelajaran, tetapi juga dapat berdampak buruk pada kesehatan mental dan fisik seseorang. Beberapa dampak yang mungkin muncul adalah:

- Penurunan motivasi: Ketika seseorang merasa jenuh, minat untuk belajar berkurang secara signifikan.
- Penurunan prestasi akademik: Kejenuhan dapat menyebabkan seseorang tidak dapat mencapai potensi terbaiknya, sehingga hasil belajar menjadi buruk.
- Stres dan kecemasan: Rasa jenuh dapat berujung pada stres atau bahkan kecemasan yang berlebihan tentang kemampuan atau hasil belajar.
- Gangguan kesehatan fisik: Kelelahan mental yang berkepanjangan dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti gangguan tidur, sakit kepala, atau kelelahan kronis.

2.2 Faktor penyebab dan Cara Mengatasi Terjadi Kejenuhan Dalam Belajar

Kejenuhan dalam belajar adalah fenomena yang sering dialami oleh siswa, mahasiswa, atau siapa saja yang terlibat dalam kegiatan belajar secara terus-menerus. Kondisi ini terjadi ketika seseorang merasa kehilangan minat, semangat, dan motivasi untuk belajar, yang bisa mengganggu produktivitas dan kualitas belajar mereka. Kejenuhan ini bisa terjadi pada semua level pendidikan dan dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Berikut adalah faktor penyebab kejenuhan serta cara-cara yang dapat dilakukan untuk mengatasinya agar proses belajar tetap efektif dan menyenangkan.

1. Faktor Penyebab Kejenuhan Dalam Belajar

Ada berbagai faktor yang dapat menyebabkan kejenuhan dalam belajar. Faktor-faktor ini bisa bersifat internal (dari dalam diri individu) maupun eksternal (dari lingkungan belajar). Beberapa faktor penyebab kejenuhan antara lain:

a. Faktor Internal

- Kurangnya Motivasi dan Minat Salah satu faktor utama penyebab kejenuhan dalam belajar adalah kurangnya motivasi dan minat terhadap materi yang dipelajari. Ketika siswa merasa bahwa materi yang dipelajari tidak menarik atau tidak relevan dengan tujuan pribadi mereka, mereka cenderung merasa bosan dan kehilangan semangat untuk belajar.
- Kelelahan Mental dan Fisik Pembelajaran yang terus-menerus tanpa ada waktu istirahat yang cukup dapat menyebabkan kelelahan mental dan fisik. Kelelahan ini dapat mengurangi daya konsentrasi, sehingga siswa tidak mampu menyerap informasi dengan baik.
- Tekanan dan Stres Stres akibat tekanan akademik, seperti tenggat waktu yang ketat, tugas yang menumpuk, dan ujian yang sering, dapat memicu kelelahan mental. Stres yang berlarut-larut dapat mengarah pada kejenuhan dalam belajar karena individu merasa tertekan dan tidak mampu menghadapi tantangan belajar dengan baik.
- Perfeksionisme Terkadang, keinginan untuk mencapai hasil yang sempurna dalam belajar justru menyebabkan individu merasa tertekan. Perfeksionisme ini bisa membuat seseorang bekerja secara berlebihan, yang akhirnya mengarah pada kejenuhan.

b. Faktor Eksternal

- Metode Pembelajaran yang Monoton Pembelajaran yang tidak bervariasi dan terkesan monoton, misalnya hanya mendengarkan ceramah atau membaca buku secara terus-menerus tanpa adanya variasi, bisa membuat seseorang merasa bosan dan tidak tertarik untuk terus belajar.
- Lingkungan Belajar yang Tidak Mendukung Lingkungan belajar yang tidak kondusif, seperti kebisingan, kurangnya fasilitas yang memadai, atau gangguan lainnya, dapat menyebabkan gangguan pada konsentrasi dan meningkatkan rasa jenuh.

- Kurangnya Dukungan Sosial Ketika individu tidak merasa didukung oleh teman, keluarga, atau guru, mereka mungkin merasa kesepian dan kurang termotivasi. Dukungan sosial sangat penting dalam menjaga semangat belajar.
- Beban Belajar yang Berlebihan Ketika jumlah tugas atau materi yang harus dipelajari terlalu banyak, tanpa adanya waktu yang cukup untuk beristirahat atau memproses informasi, kejenuhan dalam belajar menjadi hal yang tak terhindarkan.

2. Cara Mengatasi Kejenuhan Dalam Belajar

Mengatasi kejenuhan dalam belajar membutuhkan pendekatan yang komprehensif. Beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk mengurangi dan mengatasi kejenuhan dalam belajar antara lain:

- Menerapkan Metode Pembelajaran yang Variatif
Salah satu cara efektif untuk menghindari kejenuhan adalah dengan menggunakan metode belajar yang bervariasi. Misalnya, menggabungkan berbagai media pembelajaran seperti video, diskusi kelompok, atau aplikasi pembelajaran yang interaktif. Penggunaan metode yang menyenangkan dan kreatif dapat meningkatkan minat dan motivasi untuk terus belajar.
- Membuat Jadwal Belajar yang Seimbang
Penting untuk membuat jadwal belajar yang tidak hanya fokus pada intensitas belajar yang tinggi, tetapi juga mencakup waktu istirahat dan rekreasi. Mengatur waktu belajar dengan bijak akan mencegah kelelahan mental dan fisik.
- Menetapkan Tujuan yang Jelas
Memiliki tujuan yang jelas dan terukur dalam pembelajaran akan memberikan arah dan motivasi. Ketika seseorang tahu apa yang ingin dicapai, mereka akan merasa lebih termotivasi untuk terus berusaha. Tujuan yang realistis dan spesifik akan meningkatkan semangat belajar.
- Mengelola Stres
Menerapkan teknik relaksasi, seperti meditasi, yoga, atau olahraga ringan, dapat membantu mengurangi stres. Stres yang dikelola dengan baik akan meningkatkan kualitas hidup dan memperbaiki kemampuan belajar.
- Menjaga Dukungan Sosial
Mencari dukungan dari teman, keluarga, atau guru dapat memberikan dorongan moral dan motivasi tambahan. Berbicara tentang tantangan belajar dengan orang lain dapat membantu menemukan solusi dan menjaga semangat.
- Memberikan Waktu untuk Diri Sendiri
Salah satu cara terbaik untuk mengatasi kejenuhan dalam belajar adalah dengan memberi diri waktu untuk beristirahat dan melakukan aktivitas yang menyenangkan. Ini akan membantu untuk mengembalikan energi dan meningkatkan fokus ketika kembali belajar.

2.3 Pengertian transfer dalam belajar

Transfer dalam belajar merupakan konsep yang sangat penting dalam dunia pendidikan dan psikologi. Transfer belajar merujuk pada pemindahan pengetahuan, keterampilan, atau kebiasaan yang diperoleh dari satu konteks atau situasi belajar ke konteks atau situasi lain. Proses ini sangat berpengaruh terhadap kemampuan individu dalam memecahkan masalah dan menerapkan pengetahuan yang telah dipelajari dalam kehidupan sehari-hari.

Transfer dalam belajar adalah proses di mana pengetahuan atau keterampilan yang diperoleh dalam suatu situasi pembelajaran diterapkan atau digunakan dalam situasi

atau konteks lain. Dengan kata lain, transfer adalah pemindahan informasi dan kemampuan dari satu pengalaman belajar ke pengalaman lainnya yang berbeda. Transfer ini bisa bersifat positif, ketika pengetahuan atau keterampilan yang diperoleh membantu dalam memecahkan masalah baru, atau bisa juga bersifat negatif, ketika pengalaman belajar yang ada malah menghambat pemahaman atau penguasaan pengetahuan baru.

Transfer belajar sangat penting dalam pengembangan kemampuan berpikir kritis, kreatif, dan pemecahan masalah dalam kehidupan nyata. Misalnya, keterampilan matematika yang dipelajari di kelas dapat digunakan untuk memecahkan masalah keuangan sehari-hari atau keterampilan menulis yang dipelajari di sekolah dapat diterapkan dalam penulisan laporan di tempat kerja.

2.4 Ragam Transfer Dalam Belajar

Transfer dalam belajar adalah salah satu konsep utama dalam psikologi pendidikan yang mengacu pada pemindahan pengetahuan, keterampilan, atau kebiasaan yang dipelajari dari satu situasi atau konteks ke konteks atau situasi lain. Transfer belajar sangat penting karena memungkinkan individu untuk menerapkan apa yang telah dipelajari dalam kehidupan nyata atau dalam situasi yang berbeda. Pemahaman tentang ragam transfer dalam belajar membantu guru dan pendidik merancang proses pembelajaran yang efektif. Dalam makalah ini, akan dibahas tentang ragam atau jenis transfer dalam belajar, yang meliputi transfer positif, transfer negatif, transfer horizontal, dan transfer vertikal, serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan transfer tersebut.

1. Ragam Transfer dalam Belajar

Transfer dalam belajar dibagi menjadi beberapa jenis atau ragam, yang dapat memengaruhi keberhasilan penerapan pengetahuan dan keterampilan dalam konteks baru. Berikut adalah ragam transfer dalam belajar yang umum:

- **Transfer Positif**

Transfer positif adalah jenis transfer di mana pengalaman belajar yang satu membantu atau mempermudah penerapan pengetahuan atau keterampilan dalam situasi lain. Dengan kata lain, transfer positif terjadi ketika pengetahuan atau keterampilan yang diperoleh pada satu konteks dapat meningkatkan kemampuan atau efektivitas belajar pada konteks yang berbeda.

Contoh Transfer Positif: Seorang siswa yang mempelajari teknik dasar menggambar di kelas seni dapat lebih mudah belajar menggambar objek tiga dimensi, karena keterampilan menggambar dua dimensi yang sudah dikuasai membantu dalam menggambar bentuk tiga dimensi.

Transfer positif ini sangat diinginkan dalam pendidikan karena menunjukkan bahwa pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh dapat memperkuat kemampuan individu dalam situasi baru.

- **Transfer Negatif**

Transfer negatif terjadi ketika pengalaman belajar yang satu menghalangi atau merintangi penerapan pengetahuan atau keterampilan dalam situasi yang berbeda. Dengan kata lain, transfer negatif terjadi jika apa yang telah dipelajari di satu konteks menyebabkan kesulitan atau kebingungan saat mencoba mengaplikasikannya dalam konteks baru. Hal ini sering terjadi karena adanya kesamaan permukaan antara situasi yang satu dengan yang lain, tetapi terdapat perbedaan mendasar dalam cara berpikir atau pendekatan yang harus digunakan.

Contoh Transfer Negatif: Seorang siswa yang terbiasa menggunakan rumus matematika tertentu untuk memecahkan masalah aljabar mungkin merasa kesulitan saat memecahkan soal yang membutuhkan rumus yang berbeda,

meskipun keduanya terkait dengan operasi matematika yang sama. Keterbiasaan pada satu rumus justru menjadi penghalang untuk memahami rumus baru.

Transfer negatif dapat terjadi apabila keterampilan atau pengetahuan yang dipelajari sebelumnya tidak relevan dengan situasi baru, atau justru bertentangan dengan apa yang diperlukan dalam konteks baru tersebut.

- **Transfer Lateral (Samping)**

Transfer lateral merujuk pada pemindahan pengetahuan atau keterampilan dari satu situasi ke situasi lain yang memiliki kesamaan dalam tingkat kesulitan atau jenis tugas. Transfer lateral sering kali tidak melibatkan perubahan besar dalam cara berpikir atau pemecahan masalah, namun tetap membantu individu untuk menerapkan pengetahuan atau keterampilan yang diperoleh pada konteks yang berbeda tetapi serupa.

Contoh Transfer Lateral: Seorang siswa yang mempelajari cara membaca peta dalam mata pelajaran geografi dapat menerapkan keterampilan serupa ketika membaca peta dalam pelajaran sejarah atau ilmu sosial lainnya. Meskipun konteksnya berbeda, keterampilan membaca peta yang diperoleh sebelumnya dapat digunakan tanpa banyak perubahan.

Transfer lateral biasanya berlaku dalam situasi yang memiliki tingkat kesulitan yang serupa dan di mana pengetahuan atau keterampilan yang dipindahkan tidak mengalami perubahan signifikan.

- **Transfer Vertikal (Ke atas atau Ke bawah)**

Transfer vertikal adalah pemindahan pengetahuan atau keterampilan dari tingkat yang lebih rendah ke tingkat yang lebih tinggi, atau sebaliknya. Dalam konteks ini, pengetahuan atau keterampilan yang dipelajari di tingkat dasar akan diterapkan dalam situasi yang lebih kompleks. Sebaliknya, transfer vertikal juga bisa terjadi ketika pengetahuan atau keterampilan yang sudah lebih maju diterapkan pada tugas yang lebih mendasar.

Contoh Transfer Vertikal:

- **Ke atas:** Seorang pelajar yang mempelajari dasar-dasar matematika, seperti penjumlahan dan pengurangan, akan lebih mudah memahami konsep matematika yang lebih kompleks, seperti aljabar atau kalkulus.
- **Ke bawah:** Seorang profesional di bidang keuangan yang terbiasa dengan analisis keuangan tingkat tinggi mungkin menggunakan prinsip dasar akuntansi untuk menangani masalah yang lebih sederhana dalam perusahaan.

Transfer vertikal terjadi ketika pengetahuan atau keterampilan yang telah dipelajari digunakan dalam konteks yang berbeda, dengan tingkat kesulitan yang lebih tinggi atau lebih rendah.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Transfer dalam Belajar

Beberapa faktor dapat memengaruhi keberhasilan transfer dalam belajar, baik itu transfer positif maupun negatif. Berikut adalah beberapa faktor utama yang dapat memengaruhi transfer:

- **Keterkaitan antara Situasi Belajar dan Situasi Baru**
Semakin mirip situasi yang dipelajari dengan situasi yang akan dihadapi, semakin besar kemungkinan terjadinya transfer yang efektif. Keterkaitan ini bisa mencakup kesamaan dalam jenis tugas, konsep, atau cara-cara yang digunakan.
- **Kualitas Pembelajaran yang Diterima**

Pembelajaran yang berbasis pada pemahaman konsep secara mendalam dan penerapan nyata dapat meningkatkan transfer pengetahuan ke situasi yang berbeda. Pembelajaran yang lebih fokus pada pemecahan masalah nyata atau aplikasi dunia nyata cenderung lebih mudah dipindahkan ke situasi baru.

- **Pemahaman Konsep yang Mendalam**
Transfer lebih cenderung berhasil jika individu memahami konsep secara mendalam, bukan sekadar menghafal informasi. Pemahaman yang mendalam memungkinkan pengetahuan untuk diterapkan dalam konteks baru dengan cara yang lebih fleksibel.
- **Motivasi dan Keterlibatan Siswa**
Motivasi dan keterlibatan yang tinggi dalam proses belajar juga mempengaruhi sejauh mana transfer pengetahuan akan terjadi. Siswa yang termotivasi untuk belajar cenderung lebih aktif dalam mencari keterkaitan antara apa yang telah dipelajari dan situasi yang akan dihadapi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur yang telah dibahas, dapat disimpulkan bahwa fenomena kejenuhan dan transfer dalam proses belajar merupakan dua aspek yang sangat berpengaruh terhadap kualitas pembelajaran. Kejenuhan sebagai kondisi emosional negatif dapat menurunkan motivasi, konsentrasi, dan keterlibatan siswa, sehingga berdampak negatif pada hasil belajar. Sebaliknya, transfer belajar yang efektif menandakan keberhasilan siswa dalam menerapkan pengetahuan dan keterampilan pada konteks yang berbeda. Kedua fenomena ini saling berkaitan; kejenuhan yang tidak dikelola dengan baik dapat menghambat kemampuan transfer belajar siswa. Oleh karena itu, pemahaman mendalam dan pengelolaan kedua aspek ini secara terpadu penting untuk menciptakan proses pembelajaran yang lebih efektif dan bermakna.

DAFTAR PUSTAKA

- Alexander, P. A., Schallert, D. L., & Hare, V. C. (1991). Coming to terms: How researchers in learning and literacy talk about knowledge. *Review of Educational Research*, 61(3), 315-343.
- Bowen, G. A. (2009). Document Analysis as a Qualitative Research Method. *Qualitative Research Journal*, 9(2), 27-40.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Eastwood, J. L., Frischen, A., Fenske, M. J., & Smilek, D. (2012). The unengaged mind: Defining boredom in terms of attention. *Perspectives on Psychological Science*, 7(5), 482-495.
- Fisher, C. D. (2019). Boredom at work: A neglected concept. *Human Relations*, 52(3), 287-314.
- Hattie, J., & Yates, G. (2014). *Visible learning and the science of how we learn*. Routledge..
- Mestre, J. P. (2018). *Transfer of learning: Issues and research agenda*. Southwest Educational Development Laboratory.
- Onwuegbuzie, A. J., Leech, N. L., & Collins, K. M. T. (2012). Qualitative Analysis Techniques for the Review of the Literature. *The Qualitative Report*, 17(28), 1-28.

- Pekrun, R. (2014). The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educational Psychology Review*, 18(4), 315-341.
- Pekrun, R. (2014). The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educational Psychology Review*, 18(4), 315-341.
- Perkins, D. N., & Salomon, G. (2012). Transfer of learning. *International Encyclopedia of Education*, 2, 6452-6457.
- Perkins, D. N., & Salomon, G. (2012). Transfer of learning. *International Encyclopedia of Education*, 2, 6452-6457.
- Rosdakarya Offset.
- Sholichin, Mochlis. 2013. *Psikologi Belajar Aplikasi Teori Belajar dalam Pembelajaran*.
- Sudarwan, Danim. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Surabaya: CV Salsabila Putra Pratama.
- Syah, Muhibbin. 2010. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung; PT Remaja
- Syah, Muhibbin. 2012. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Webster, J., & Watson, R. T. (2002). Analyzing the Past to Prepare for the Future: Writing a Literature Review. *MIS Quarterly*, 26(2), xiii-xxiii.
- Woolfolk, A. (2020). *Educational psychology (14th ed.)*. Pearson.