

EKSPLORASI STRATEGI ACTIVE LEARNING DALAM MENGATASI KEJENUHAN BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN SEJARAH

Habib Yahya

Jurusan Pendidikan Sejarah
Fakultas Ilmu Sosial dan Politik
Universitas Negeri Surabaya
Email: habib23154@mhs.unesa.ac.id

Ahmad Fikri Hasan

Program Studi Ekonomi Syariah
Fakultas Keislaman
Universitas Trunodjoyo Madura
Email: 220721100080@student.trunojoyo.ac.id

Abstrak

Kejenuhan belajar kini menjadi persoalan krusial dalam proses pembelajaran sejarah di sekolah. Fenomena ini sering muncul ketika kegiatan pembelajaran masih didominasi oleh metode ceramah satu arah, tuntutan hafalan kronologi secara mekanis, serta minimnya ruang partisipasi aktif bagi para siswa. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan strategi *active learning* yang secara praktis dapat digunakan untuk mengatasi masalah kejenuhan belajar siswa pada mata pelajaran sejarah. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi literatur. Pengumpulan data diperoleh dari artikel jurnal ilmiah internasional maupun nasional terakreditasi yang terbit pada periode 2020-2026. Data ini turut dilengkapi oleh rujukan teoretis klasik mengenai konsep *active learning*, keterlibatan kognitif, serta emosi akademik. Analisis data dilakukan melalui pendekatan sintesis tematik dengan tahapan identifikasi, seleksi, pengodean, kategorisasi, hingga interpretasi. Hasil kajian menunjukkan bahwa kejenuhan belajar sejarah terutama dipicu oleh rendahnya nilai personal materi bagi siswa, minimnya kontrol belajar, monotonnya metode pengajaran, serta lemahnya koneksi antara peristiwa masa lalu dengan pengalaman hidup sehari-hari. Penerapan *active learning* terbukti efektif ketika dirancang melalui aktivitas *inquiry*, diskusi berbasis sumber primer, *role playing*, *gallery walk*, *problem-based learning*, gamifikasi, *flipped classroom*, hingga proyek sejarah lokal. Kesimpulannya, *active learning* bukan sekadar teknik membuat kelas ramai, melainkan strategi pedagogis komprehensif untuk mengubah siswa dari penerima narasi menjadi penafsir sejarah yang aktif, kritis, reflektif, dan kolaboratif.

Kata Kunci : active learning, kejenuhan belajar, pembelajaran sejarah, keterlibatan siswa, studi literature

Abstract

Learning boredom has become a crucial issue in the history teaching process in schools. This phenomenon often arises when learning activities are still dominated by one-way lecture methods, demands for mechanical memorization of chronologies, and minimal space for active participation for students. This study aims to describe active learning strategies that can be practically used to address the problem of student learning boredom in history subjects. The study used a qualitative approach with a literature study design. Data collection was obtained from accredited international and national scientific journal articles published between 2020 and 2026. This data was also supplemented by classical theoretical references regarding the concepts of active learning, cognitive engagement, and academic emotions. Data analysis was conducted using a thematic synthesis approach with stages of identification, selection, coding, categorization, and interpretation. The study results indicate that history learning boredom is primarily triggered by the low personal value of the material for students, minimal control over learning, monotonous teaching methods, and weak connections between past events and daily life experiences. The application of active learning has proven effective when designed through inquiry activities, primary source-based discussions, role-playing, gallery walks, problem-based learning, gamification, flipped classrooms, and local history projects. In conclusion, active learning is not simply a technique for creating lively classrooms, but rather a comprehensive pedagogical strategy for transforming students from recipients of narratives into active, critical, reflective, and collaborative interpreters of history..

Keywords : active learning, learning boredom, history education, student engagement, literature review

PENDAHULUAN

Pembelajaran sejarah memiliki posisi strategis dalam pendidikan karena tidak hanya menyampaikan pengetahuan tentang masa lampau, tetapi juga membentuk kesadaran historis, kemampuan membaca perubahan, kepekaan kebangsaan, dan sikap kritis terhadap persoalan sosial. Akan tetapi, dalam praktik kelas, mata pelajaran sejarah masih sering dipersepsikan sebagai pelajaran yang padat hafalan, penuh tanggal, dan jauh dari pengalaman hidup siswa. Persepsi tersebut tidak lahir semata-mata dari karakter materi sejarah, melainkan dari cara pembelajaran yang sering menempatkan siswa sebagai pendengar pasif. Ketika proses belajar hanya berlangsung dalam bentuk ceramah panjang, penyalinan catatan, dan latihan mengingat fakta, siswa cenderung kehilangan rasa memiliki terhadap materi. Dalam kondisi demikian, kejenuhan belajar tidak dapat dipahami sebagai masalah individual siswa saja, melainkan sebagai gejala pedagogis yang berhubungan dengan desain pembelajaran.

Kejenuhan belajar atau *academic boredom* merupakan emosi akademik negatif yang muncul ketika siswa merasa aktivitas belajar tidak bernilai, tidak menantang, terlalu berulang, atau tidak memberi ruang kendali terhadap proses belajar. Dalam perspektif *control-value theory*, emosi akademik terbentuk dari penilaian siswa terhadap nilai tugas dan kontrol yang mereka miliki atas tugas tersebut.¹ Jika siswa menilai materi sejarah tidak relevan dengan hidupnya, sementara kegiatan belajar hanya menuntut kepatuhan pada alur guru, maka peluang munculnya kejenuhan semakin besar. Kejenuhan juga berkaitan dengan rendahnya keterlibatan kognitif, emosional, dan perilaku. Siswa tampak hadir secara fisik di kelas, tetapi pikirannya tidak terlibat dalam proses menafsirkan peristiwa, membaca sumber, atau membangun argumen sejarah. Inilah yang membuat pembelajaran sejarah sering kehilangan daya transformatifnya.

Masalah kejenuhan belajar sejarah menjadi penting untuk diteliti karena berdampak langsung pada mutu pemahaman sejarah. Siswa yang jenuh tidak hanya kurang aktif bertanya atau berdiskusi, tetapi juga cenderung memandang sejarah sebagai kumpulan informasi yang selesai dan tidak perlu dipersoalkan. Padahal pembelajaran sejarah idealnya mengembangkan *historical thinking*, yakni kemampuan memahami konteks, menganalisis sebab-akibat, menguji bukti, melihat multiperspektivitas, dan menyusun interpretasi.

Keterampilan tersebut tidak mungkin tumbuh melalui pembelajaran yang terlalu pasif.

Oleh karena itu, strategi *active learning* menjadi relevan karena menempatkan siswa sebagai subjek yang membaca, menanya, membandingkan, menafsirkan, menyajikan, dan merefleksikan pengetahuan sejarah. *Active learning* dalam kajian pedagogi mutakhir tidak lagi dipahami secara sempit sebagai kegiatan yang membuat siswa bergerak atau bekerja kelompok. *Active learning* merupakan pendekatan pembelajaran yang menuntut siswa terlibat secara mental dalam konstruksi makna melalui aktivitas berpikir tingkat tinggi, interaksi sosial, pemecahan masalah, dan refleksi. Kerangka ICAP membedakan partisipasi belajar menjadi empat tingkat, yaitu *passive*, *active*, *constructive*, dan *interactive*.² Pembelajaran sejarah akan lebih bermakna ketika siswa tidak berhenti pada mendengar atau menandai informasi, tetapi menghasilkan pertanyaan, membangun penjelasan, membandingkan sumber, dan bernegosiasi makna dengan teman.³ Dengan demikian, *active learning* tidak cukup diukur dari banyaknya aktivitas, tetapi dari kedalaman proses kognitif yang terjadi selama aktivitas tersebut.

Penelitian-penelitian mutakhir menunjukkan bahwa pembelajaran aktif memiliki kontribusi terhadap peningkatan keterlibatan, motivasi, dan capaian belajar. Kajian Theobald et al. menunjukkan bahwa *active learning* dapat mempersempit kesenjangan capaian belajar pada konteks pendidikan tinggi karena memberi kesempatan yang lebih setara bagi mahasiswa untuk berpartisipasi dan memperoleh umpan balik.⁴ Dalam konteks pembelajaran sejarah, Tirado-Olivares et al. menemukan bahwa *inquiry-based learning* yang dipadukan dengan *student response system* mampu meningkatkan pencapaian akademik calon guru sejarah.⁵ Candel et al. juga menunjukkan bahwa *flipped classroom* dan *gamifikasi* dalam pembelajaran sejarah daring memberi dampak positif terhadap persepsi mahasiswa calon guru tentang keterlibatan dan penguasaan kompetensi.⁶ Temuan-temuan ini menguatkan argumentasi bahwa *active learning* bukan sekadar alternatif metodologis, tetapi jalan untuk memulihkan pengalaman belajar yang bermakna.

Di Indonesia, isu kejenuhan belajar sejarah juga mulai mendapat perhatian, terutama pada pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam dan sejarah di sekolah menengah. Siddik dan Mahariah menunjukkan bahwa variasi metode dan media digital dapat mereduksi kejenuhan belajar sejarah karena pembelajaran menjadi

¹ R. Pekrun, "Control-value theory: From achievement emotion to a general theory of human emotions," *Educational Psychology Review* 36 (2024): 83.

² Doolittle, P. E., Wojdak, K., & Walters, A. (2023). Defining active learning: A restricted systematic review. *Teaching & Learning Inquiry*, 11. <https://doi.org/10.20343/teachlearninqu.11.25>

³ M. T. H. Chi dan R. Wylie, "The ICAP framework: Linking cognitive engagement to active learning outcomes," *Educational Psychologist* 49, no. 4 (2014): 219-243.

⁴ E. J. Theobald et al., "Active learning narrows achievement gaps for underrepresented students in undergraduate science,

technology, engineering, and math," *Proceedings of the National Academy of Sciences* 117, no. 12 (2020): 6476-6483.

⁵ S. Tirado-Olivares et al., "Active learning in history teaching in higher education: The effect of inquiry-based learning and a student response system-based formative assessment in teacher training," *Australasian Journal of Educational Technology* 37, no. 5 (2021): 61-76.

⁶ E. C. Candel et al., "Pre-service teachers' perception of active learning methodologies in history: Flipped classroom and gamification in an e-learning environment," *Education and Information Technologies* 29 (2024): 3365-3387.

lebih menarik, fleksibel, dan kontekstual.⁷ Mahardika menegaskan bahwa strategi pembelajaran sejarah perlu diarahkan pada student active learning karena dominasi ceramah membuat siswa sulit mengembangkan kemandirian belajar.⁸ Penelitian tentang gallery walk, inquiring minds want to know, penggunaan multimedia interaktif, AR, role playing, dan sumber sejarah digital menunjukkan kecenderungan yang sama: siswa lebih mudah terlibat ketika materi sejarah diproses melalui aktivitas eksploratif, dialogis, dan berbasis pengalaman.

Meskipun demikian, terdapat celah kajian yang perlu diperhatikan. Banyak penelitian terdahulu memeriksa efektivitas satu model atau satu media secara terpisah, misalnya gallery walk, gamifikasi, media digital, atau inquiry. Sebagian besar penelitian berorientasi pada peningkatan hasil belajar, motivasi, atau keaktifan, tetapi belum banyak menyatukan temuan tersebut dalam kerangka konseptual tentang bagaimana active learning bekerja untuk mengurangi kejenuhan belajar sejarah. Selain itu, beberapa artikel cenderung memandang kejenuhan sebagai akibat dari kurangnya variasi metode, padahal kejenuhan juga terkait dengan makna, kontrol, identitas, relasi sosial, dan kualitas tantangan kognitif. Atas dasar itu, artikel ini tidak sekadar mengumpulkan daftar strategi, tetapi mengeksplorasi mekanisme pedagogis active learning dalam mengubah pengalaman belajar sejarah.

Rumusan masalah penelitian ini adalah: bagaimana strategi active learning dieksplorasi dan dikonstruksi sebagai pendekatan untuk mengatasi kejenuhan belajar siswa pada mata pelajaran sejarah? Pertanyaan tersebut dijabarkan ke dalam tiga fokus: pertama, faktor apa saja yang menyebabkan kejenuhan belajar sejarah menurut literatur mutakhir; kedua, bentuk strategi active learning apa yang paling relevan dalam pembelajaran sejarah; dan ketiga, bagaimana mekanisme active learning dapat mengurangi kejenuhan melalui peningkatan keterlibatan kognitif, emosional, sosial, dan reflektif siswa.

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan secara analitis strategi active learning dalam mengatasi kejenuhan belajar siswa pada mata pelajaran sejarah melalui studi literatur kualitatif. Karena penelitian ini bersifat eksploratif dan kualitatif, artikel ini tidak mengajukan hipotesis statistik. Posisi teoretik yang digunakan adalah perpaduan antara active learning, ICAP framework, control-value theory, dan konsep historical thinking. Keempat konsep tersebut digunakan untuk membaca active learning sebagai strategi yang menghubungkan aktivitas kelas dengan proses pembentukan makna historis. Kontribusi artikel ini terletak pada penyusunan kerangka sintesis yang dapat membantu guru sejarah memilih strategi pembelajaran

aktif berdasarkan jenis kejenuhan yang muncul, bukan sekadar berdasarkan popularitas model pembelajaran.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi literatur. Studi literatur dipilih karena tujuan penelitian bukan mengukur pengaruh satu perlakuan di kelas tertentu, melainkan menyintesis temuan-temuan ilmiah tentang active learning, kejenuhan belajar, dan pembelajaran sejarah. Studi literatur memungkinkan peneliti membaca pola, perbedaan, dan kecenderungan konseptual dari berbagai penelitian yang tersebar pada konteks pendidikan yang berbeda. Dengan desain ini, data penelitian berupa artikel ilmiah, bukan responden manusia. Objek kajian adalah strategi active learning dan mekanismenya dalam mengatasi kejenuhan belajar sejarah. Sumber data diperoleh dari artikel jurnal internasional dan nasional terakreditasi yang diterbitkan dalam rentang 2020-2026. Rentang waktu tersebut dipilih untuk memperoleh perkembangan mutakhir setelah transformasi pembelajaran digital, pembelajaran pascapandemi, dan meningkatnya perhatian terhadap student engagement. Beberapa sumber teoretis klasik di luar rentang tahun tersebut tetap digunakan secara terbatas karena menjadi landasan konseptual yang masih dominan, terutama ICAP framework dan meta-analisis active learning. Pencarian literatur dilakukan melalui Google Scholar, ERIC, SpringerLink, Taylor & Francis, PNAS, SINTA, Garuda, dan portal jurnal nasional. Pedoman PRISMA 2020 digunakan secara adaptif untuk menjaga transparansi proses identifikasi, seleksi, dan pelaporan literatur.⁹

Kata kunci pencarian meliputi active learning, history education, history learning, academic boredom, student boredom, student engagement, historical thinking, inquiry-based learning, gallery walk, flipped classroom, gamification, role playing, dan kejenuhan belajar sejarah. Pada sumber berbahasa Indonesia digunakan kata kunci pembelajaran aktif sejarah, kejenuhan belajar siswa, metode pembelajaran sejarah, media digital sejarah, dan keaktifan belajar sejarah. Artikel dipilih dengan kriteria: (1) membahas active learning atau strategi pembelajaran berpusat pada siswa; (2) membahas kejenuhan, motivasi, engagement, atau keaktifan belajar; (3) relevan dengan pembelajaran sejarah atau dapat ditransfer secara konseptual ke pembelajaran sejarah; (4) diterbitkan dalam jurnal ilmiah; dan (5) memiliki informasi bibliografis yang dapat dilacak. Kriteria eksklusi meliputi: artikel populer tanpa proses akademik, tulisan tanpa data atau argumentasi metodologis, artikel yang hanya membahas teknologi tanpa relevansi pedagogis, serta sumber yang

⁷ Siddik, M. F., & Mahariah, M. (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>

⁸ Mahardika, M. D. G. (2021). Pertimbangan pemilihan strategi pembelajaran sejarah dengan orientasi student active learning di SMA. *Jurnal Pendidikan Sejarah Indonesia*.

⁹ Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., et al. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

tidak memiliki hubungan dengan kejenuhan, keterlibatan, atau active learning.

Dari penelusuran awal, literatur kemudian disaring berdasarkan judul, abstrak, kata kunci, relevansi isi, dan kualitas argumen. Artikel yang lolos seleksi dibaca secara intensif untuk menemukan tema, konsep kunci, temuan utama, dan implikasi bagi pembelajaran sejarah. Proses ini menghasilkan korpus literatur inti yang mencakup artikel tentang teori active learning, emosi akademik, student engagement, historical thinking, dan strategi pembelajaran sejarah. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui dokumentasi bibliografis. Setiap artikel dicatat dalam matriks yang memuat nama penulis, tahun, fokus kajian, metode, konteks, strategi pembelajaran, temuan utama, dan relevansi terhadap kejenuhan belajar sejarah. Matriks ini membantu peneliti membedakan artikel yang hanya menyebut active learning secara umum dengan artikel yang benar-benar menjelaskan mekanisme keterlibatan siswa. Karena penelitian ini tidak melibatkan responden, tidak ada prosedur wawancara atau observasi langsung. Namun, kredibilitas kajian dijaga melalui triangulasi sumber, yakni membandingkan temuan dari jurnal internasional, jurnal nasional terakreditasi, dan kajian teoritik.

Analisis data menggunakan sintesis tematik. Tahap pertama adalah familiarisasi dengan membaca artikel secara berulang. Tahap kedua adalah pemberian kode awal, seperti monotoninya ceramah, rendahnya relevansi, keterlibatan kognitif, diskusi sumber, peran guru sebagai fasilitator, umpan balik, dan pembelajaran kontekstual. Tahap ketiga adalah pengelompokan kode menjadi tema yang lebih besar. Tahap keempat adalah interpretasi tema dengan menggunakan kerangka active learning, ICAP, control-value theory, dan historical thinking. Prinsip thematic analysis digunakan untuk menghasilkan tema yang tidak hanya merangkum isi artikel, tetapi juga memberi penjelasan konseptual atas hubungan antarfenomena.¹⁰

Tabel 1. Metode Penelitian

Aspek	Uraian Metodologis
Pendekatan	Kualitatif dengan desain studi literatur
Unit analisis	Artikel ilmiah tentang active learning, kejenuhan belajar, engagement, dan pembelajaran sejarah
Rentang sumber	Utama 2020-2026, dilengkapi rujukan teoretis klasik yang relevan
Basis data	Google Scholar, ERIC, SpringerLink, Taylor & Francis, PNAS, SINTA,

¹⁰ Braun, V., & Clarke, V. (2022). Toward good practice in thematic analysis: Avoiding common problems and being a knowing researcher. *International Journal of Transgender Health*, 24(1), 1-6. <https://doi.org/10.1080/26895269.2022.2129597>

¹¹ Sharp, J. G., Zhu, X., & Sharp, J. C. (2021). The Academic Boredom Survey Instrument (ABSI): A measure of trait, state and other characteristic attributes for the exploratory study of student engagement.

	Garuda, portal jurnal nasional
Teknik analisis	Sintesis tematik: pengodean, kategorisasi, interpretasi, dan konstruksi kerangka temuan

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Peta Masalah Kejenuhan Belajar dalam Pembelajaran Sejarah

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa kejenuhan belajar sejarah tidak dapat dijelaskan hanya sebagai akibat dari sifat materi yang banyak. Kejenuhan muncul ketika siswa tidak menemukan nilai personal dari materi, tidak memiliki kontrol dalam proses belajar, tidak memperoleh tantangan yang sesuai, dan tidak diberi kesempatan mengolah informasi menjadi pemahaman. Dalam pembelajaran sejarah, kondisi ini sering terlihat ketika guru menyampaikan rangkaian peristiwa secara kronologis tanpa memberi masalah sejarah yang perlu diselidiki. Siswa mengetahui apa yang terjadi, tetapi tidak diajak memahami mengapa peristiwa terjadi, bagaimana bukti disusun, atau mengapa satu peristiwa dapat ditafsirkan berbeda. Akibatnya, pembelajaran sejarah berubah menjadi rutinitas mendengar dan mengingat.

Kejenuhan juga berkaitan dengan jarak antara materi sejarah dan pengalaman sosial siswa. Banyak siswa merasa peristiwa masa lampau berada terlalu jauh dari kehidupan mereka. Jika guru tidak membangun jembatan antara materi dengan isu kontemporer, sejarah lokal, memori keluarga, ruang kota, atau problem sosial sekitar, materi sejarah menjadi sekadar pengetahuan eksternal. Pada titik ini, control-value theory membantu menjelaskan mengapa siswa jenuh. Nilai tugas rendah karena siswa tidak melihat manfaat atau relevansi, sedangkan kontrol belajar rendah karena siswa hanya mengikuti penjelasan guru. Ketika dua kondisi tersebut bertemu, kejenuhan menjadi respons emosi yang masuk akal.

Literatur tentang academic boredom menunjukkan bahwa kebosanan di kelas tidak selalu berarti siswa tidak mampu belajar.¹¹ Sering kali siswa jenuh karena tugas terlalu mudah, terlalu berulang, terlalu sulit tanpa dukungan, atau tidak memberi ruang pilihan. Sharp et al. mengembangkan instrumen kebosanan akademik untuk membedakan kebosanan sebagai kecenderungan personal dan kebosanan sebagai respons terhadap situasi kelas.¹² Nerantzaki juga membedakan boredom terkait sifat, kelas, dan aktivitas belajar, sehingga penanganannya

Journal of Further and Higher Education. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2021.1947998>

¹² J. G. Sharp et al., "The Academic Boredom Survey Instrument (ABSI): A measure of trait, state and other characteristic attributes for the exploratory study of student engagement," *Journal of Further and Higher Education* (2021).

perlu menyesuaikan sumber kejenuhan.¹³ Dalam pembelajaran sejarah, perbedaan ini penting. Siswa yang jenuh karena materi terasa jauh memerlukan kontekstualisasi; siswa yang jenuh karena ceramah panjang memerlukan variasi aktivitas; siswa yang jenuh karena tidak percaya diri membaca sumber memerlukan scaffolding.

Kajian nasional memperlihatkan bahwa kejenuhan belajar sejarah sering dipicu oleh dominasi metode ceramah, media yang kurang variatif, dan rendahnya partisipasi siswa. Pada pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam, variasi metode dan media digital terbukti membantu mereduksi kejenuhan karena siswa memperoleh cara baru untuk mengakses narasi sejarah. Pada konteks sejarah umum, penelitian tentang Inquiring Minds Want to Know diawali dari problem bahwa pembelajaran sejarah masih konvensional, membuat siswa cepat bosan dan kurang aktif.¹⁴ Ini menunjukkan adanya pola yang konsisten: kejenuhan bukan hanya masalah motivasi, melainkan gejala dari desain kelas yang belum memberi ruang kerja intelektual kepada siswa.

Namun, penting dicatat bahwa solusi terhadap kejenuhan tidak cukup dengan menambah media digital. Teknologi dapat membuat pembelajaran tampak modern, tetapi tidak otomatis mengubah posisi siswa. Jika media hanya digunakan untuk menayangkan informasi dalam format yang lebih menarik, siswa tetap berada pada posisi pasif. Kejenuhan mungkin berkurang sementara karena tampilan baru, tetapi tidak selalu menghasilkan keterlibatan mendalam. Oleh sebab itu, artikel ini memandang active learning sebagai rancangan pedagogis yang lebih luas daripada penggunaan media. Media, permainan, video, atau aplikasi digital baru bermakna jika digunakan untuk membuat siswa menanya, memilih bukti, menafsirkan, berdiskusi, dan merefleksikan.

B. Active Learning sebagai Pergeseran Peran Siswa

Temuan literatur menegaskan bahwa inti active learning adalah pergeseran peran siswa dari penerima informasi menjadi pengolah pengetahuan. Dalam pembelajaran sejarah, pergeseran ini sangat penting karena sejarah bukan kumpulan fakta mati, melainkan konstruksi pengetahuan yang disusun dari sumber, perspektif, dan interpretasi. Ketika siswa hanya mendengar penjelasan guru, mereka mungkin mengetahui kronologi, tetapi belum tentu memahami bagaimana pengetahuan sejarah dibangun. Active learning membuka ruang agar siswa mengalami proses berpikir sejarawan dalam bentuk yang sesuai dengan jenjang sekolah:

mengamati sumber, membuat pertanyaan, menguji klaim, menyusun argumen, dan menyampaikan interpretasi.

Kerangka ICAP membantu menilai kualitas active learning. Aktivitas seperti menggarisbawahi teks atau menjawab pertanyaan tertutup dapat disebut aktif pada tingkat rendah, tetapi belum tentu konstruktif. Aktivitas menjadi konstruktif ketika siswa menghasilkan ide baru, seperti membuat peta sebab-akibat peristiwa, membandingkan dua sumber, atau menulis interpretasi. Aktivitas menjadi interaktif ketika siswa berdialog, mempertahankan argumen, menanggapi perspektif berbeda, dan merevisi pemahamannya. Dengan cara ini, active learning dalam sejarah seharusnya diarahkan ke level constructive dan interactive, bukan berhenti pada aktivitas permukaan.¹⁵

Mahardika menekankan bahwa strategi pembelajaran sejarah berorientasi student active learning memerlukan pertimbangan karakteristik materi, kesiapan siswa, tujuan pembelajaran, dan lingkungan belajar. Temuan ini penting karena tidak semua strategi cocok untuk semua materi. Materi tentang proses proklamasi dapat dikembangkan melalui analisis sumber primer dan simulasi sidang. Materi tentang pergerakan nasional dapat dikembangkan melalui debat multiperspektif. Materi tentang sejarah lokal dapat dikembangkan melalui proyek eksplorasi lingkungan. Dengan demikian, active learning bukan paket metode yang dipilih secara acak, melainkan keputusan pedagogis yang berangkat dari tujuan historis.

Penelitian Tirado-Olivares et al.¹⁶ memberikan bukti bahwa active learning dalam sejarah efektif ketika inquiry-based learning dikombinasikan dengan asesmen formatif berbasis student response system. Siswa tidak hanya menerima informasi, tetapi menjawab pertanyaan, memperoleh umpan balik, dan memperbaiki pemahaman. Mekanisme ini relevan untuk mengatasi kejenuhan karena siswa merasa proses belajar bergerak, menantang, dan memberi informasi tentang kemajuan dirinya. Dengan kata lain, active learning mengatasi kejenuhan bukan karena membuat kelas lebih ramai, melainkan karena membuat siswa merasakan kontrol, makna, dan kemajuan.

Candel et al.¹⁷ menunjukkan bahwa flipped classroom dan gamifikasi dalam pembelajaran sejarah daring dapat meningkatkan persepsi positif calon guru karena pembelajaran memberi ruang persiapan mandiri, aktivitas permainan, dan penguatan kompetensi. Temuan ini memberi pelajaran penting bagi pembelajaran sejarah sekolah. Pertama, siswa perlu diberi akses awal terhadap materi agar waktu kelas dapat digunakan untuk diskusi dan pemecahan masalah. Kedua, unsur permainan dapat digunakan untuk membangun tantangan dan umpan balik,

¹³ K. Nerantzaki, "Differentiating trait-, class-, and study-related academic boredom and their associations with learning outcomes," *Education Sciences* 16, no. 1 (2026): 18.

¹⁴ Faizah, I. N., & Riyadi. (2023). Pengaruh strategi Inquiring Minds Want to Know terhadap pembelajaran sejarah. AVATARA: e-Journal Pendidikan Sejarah.

¹⁵ Doolittle et al. (2023) menekankan bahwa active learning bukan sekadar variasi aktivitas, melainkan rancangan aktivitas berpikir tingkat tinggi yang menuntut respons kognitif, sosial, dan reflektif dari peserta didik.

¹⁶ S. Tirado-Olivares et al., "Active learning in history teaching in higher education: The effect of inquiry-based learning and a student response system-based formative assessment in teacher training," *Australasian Journal of Educational Technology* 37, no. 5 (2021): 61-76.

¹⁷ E. C. Candel et al., "Pre-service teachers' perception of active learning methodologies in history: Flipped classroom and gamification in an e-learning environment," *Education and Information Technologies* 29 (2024): 3365-3387.

tetapi harus tetap menjaga substansi historis. Ketiga, guru perlu memastikan bahwa gamifikasi tidak mereduksi sejarah menjadi kompetisi cepat menjawab, melainkan mendukung pemahaman naratif, kronologis, dan kausal.

C. Strategi Inquiry dan Analisis Sumber untuk Menghidupkan Historical Thinking

Strategi inquiry merupakan bentuk active learning yang paling dekat dengan karakter epistemologis sejarah. Inquiry menempatkan siswa pada pertanyaan sejarah, bukan sekadar topik sejarah. Misalnya, bukan hanya mempelajari 'Peristiwa Rengasdengklok', tetapi bertanya: mengapa golongan muda mendesak percepatan proklamasi, bagaimana perbedaan strategi antargenerasi terbentuk, dan sumber apa yang dapat digunakan untuk memahami ketegangan tersebut? Pertanyaan seperti ini mengubah pembelajaran dari penyampaian cerita menjadi penyelidikan. Siswa tidak hanya mengingat tokoh, tetapi memahami alasan, konteks, dan konsekuensi.

Sariyatun et al. menunjukkan bahwa bahan ajar digital berbasis inquiry dan sumber primer dapat meningkatkan historical thinking dan higher order thinking skills siswa SMA.¹⁸ Temuan ini memperkuat argumentasi bahwa siswa perlu berhadapan dengan sumber sejarah, bukan hanya ringkasan buku teks. Sumber primer seperti foto, surat, arsip, pidato, peta, koran, atau benda sejarah memberi pengalaman belajar yang lebih otentik. Ketika siswa membaca sumber, mereka belajar bahwa sejarah tidak selalu hadir sebagai jawaban tunggal. Mereka perlu menilai siapa pembuat sumber, kapan dibuat, untuk tujuan apa, dan bagaimana sumber tersebut dapat dipercaya.

Penggunaan sumber primer dapat mengurangi kejenuhan karena siswa mengalami unsur penemuan. Kejenuhan sering muncul ketika semua jawaban sudah tersedia di buku dan tugas siswa hanya menyalin. Dalam inquiry berbasis sumber, jawaban tidak sepenuhnya diberikan; siswa harus menyusun penjelasan. Proses ini memberi tantangan kognitif yang sehat. Akan tetapi, tantangan harus disertai scaffolding. Guru dapat memberi lembar analisis sumber dengan pertanyaan bertahap: identifikasi sumber, konteks produksi, informasi eksplisit, informasi implisit, bias, dan hubungan dengan sumber lain. Dengan bantuan seperti itu, siswa tidak tenggelam dalam kesulitan, tetapi bergerak dari kebingungan menuju pemahaman.

Dalam kerangka control-value theory, inquiry mengurangi kejenuhan dengan meningkatkan nilai dan kontrol. Nilai meningkat karena siswa melihat bahwa sejarah dapat ditelusuri melalui bukti yang nyata. Kontrol meningkat karena siswa diberi kesempatan memilih argumen dan menyusun interpretasi. Jika siswa merasa pendapatnya dapat dibangun dari bukti, maka

pembelajaran sejarah menjadi ruang intelektual, bukan sekadar ujian hafalan. Pada saat yang sama, inquiry menuntut guru mengelola kelas dengan hati-hati. Aktivitas sumber yang terlalu sulit atau terlalu banyak dapat menimbulkan kelelahan kognitif. Karena itu, pemilihan sumber perlu mempertimbangkan usia siswa, kemampuan literasi, dan tujuan pembelajaran.

Strategi inquiry juga membuka peluang pembelajaran sejarah lokal. Siswa dapat meneliti bangunan bersejarah, nama jalan, monumen, tradisi keluarga, arsip desa, atau memori masyarakat. Sejarah lokal membuat materi lebih dekat dengan ruang hidup siswa. Ketika siswa menyadari bahwa lingkungan sekitarnya memiliki jejak masa lalu, sejarah tidak lagi terasa jauh. Kegiatan seperti mini-research, wawancara sejarah lisan, peta memori, atau katalog cagar budaya dapat mengubah kejenuhan menjadi rasa ingin tahu. Namun, guru tetap perlu mengaitkan sejarah lokal dengan konsep yang lebih luas agar pembelajaran tidak berhenti pada deskripsi tempat, tetapi bergerak ke analisis perubahan sosial, identitas, dan relasi kuasa.

D. Diskusi, Role Playing, dan Simulasi sebagai Aktivasi Emosi Historis

Strategi active learning dalam sejarah tidak hanya bekerja pada ranah kognitif, tetapi juga emosi. Kejenuhan sering muncul karena siswa tidak merasa terhubung secara emosional dengan materi. Role playing, simulasi, dan diskusi multiperspektif dapat membantu siswa memasuki dilema sejarah secara lebih hidup. Misalnya, dalam pembelajaran tentang perumusan dasar negara, siswa dapat memerankan kelompok tokoh dengan kepentingan dan argumen berbeda. Dalam pembelajaran tentang kolonialisme, siswa dapat menganalisis posisi petani, pejabat kolonial, pedagang, elite lokal, dan aktivis pergerakan. Aktivitas ini tidak dimaksudkan untuk teatrikal semata, tetapi untuk memahami kompleksitas pilihan manusia dalam konteks sejarah.

Fahrudin et al. menunjukkan bahwa metode interaktif seperti diskusi kelompok, role playing, dan simulasi dapat meningkatkan engagement dan literasi sejarah dibanding pembelajaran tradisional.¹⁹ Temuan ini relevan karena role playing mengubah materi sejarah menjadi pengalaman sosial. Siswa tidak hanya menjawab pertanyaan guru, tetapi harus memahami sudut pandang, menyusun alasan, dan merespons argumen kelompok lain. Aktivitas ini menumbuhkan empati historis, yaitu kemampuan memahami tindakan masa lalu berdasarkan konteks zamannya, bukan berdasarkan penilaian masa kini yang terlalu cepat.

Simulasi dan role playing perlu dirancang dengan etika historis. Guru harus menghindari permainan yang menyederhanakan penderitaan, konflik, atau kekerasan

¹⁸ S. Sariyatun et al., "Enhancing historical thinking and HOTS through digital learning materials: An inquiry-based approach using primary sources for high school students," *Journal of Curriculum Studies Research* 7, no. 2 (2025): 228-248.

¹⁹ F. Fahrudin et al., "Transforming history education: Enhancing student engagement and literacy through interactive methods," *SAR Journal* 7, no. 4 (2024): 396-403.

sejarah. Topik sensitif seperti genosida, perang, diskriminasi, dan kekerasan politik tidak boleh dijadikan permainan kompetitif yang dangkal. Active learning harus tetap menghormati kompleksitas dan martabat korban. Oleh karena itu, role playing lebih tepat digunakan untuk menganalisis perdebatan kebijakan, proses diplomasi, sidang, musyawarah, atau konflik gagasan, bukan merekonstruksi kekerasan secara sensasional.

Diskusi multiperspektif juga efektif untuk mengatasi kejenuhan karena siswa diberi ruang suara. Dalam kelas ceramah, siswa sering hanya menerima satu alur narasi. Dalam diskusi, siswa belajar bahwa sejarah dapat ditinjau dari banyak posisi. Namun, diskusi tidak otomatis aktif jika hanya meminta siswa berbicara tanpa struktur. Guru perlu menyiapkan pertanyaan pemantik, pembagian peran, sumber pendukung, aturan diskusi, dan mekanisme refleksi. Diskusi yang baik memberi siswa pengalaman menyampaikan pendapat berdasarkan bukti, bukan hanya opini. Di sinilah pembelajaran sejarah dapat membangun literasi argumentatif.

E. Gallery Walk, Inquiring Minds, dan Kolaborasi Visual

Gallery walk merupakan strategi active learning yang menggabungkan gerak fisik, kerja kelompok, produksi visual, dan diskusi. Dalam pembelajaran sejarah, gallery walk dapat digunakan untuk menganalisis rangkaian peristiwa, tokoh, sumber visual, propaganda, peta konflik, atau perkembangan kebijakan. Siswa membuat poster, infografis, peta konsep, atau panel sumber, kemudian kelompok lain berkeliling, memberi komentar, mengajukan pertanyaan, dan membandingkan temuan. Strategi ini relevan untuk mengatasi kejenuhan karena memecah pola duduk diam, memberi variasi interaksi, dan membuat siswa bertanggung jawab atas produk pengetahuan yang dapat dilihat teman.

Penelitian Aulia dan Suprijono tentang gallery walk pada pembelajaran sejarah menunjukkan peningkatan keaktifan siswa secara signifikan, termasuk melalui aktivitas eksplorasi, diskusi kelompok, dan refleksi terhadap materi.²⁰ Temuan ini menunjukkan bahwa keaktifan tidak hanya terjadi karena siswa bergerak, tetapi karena mereka memiliki tugas untuk mengamati, menanggapi, dan memperbaiki pemahaman. Gallery walk juga membantu siswa yang kurang percaya diri berbicara di depan kelas karena mereka dapat berpartisipasi melalui catatan komentar, pertanyaan tertulis, atau diskusi kelompok kecil.

Strategi Inquiring Minds Want to Know juga relevan karena diawali dengan pertanyaan siswa. Dalam pembelajaran sejarah, guru dapat memulai dengan gambar, kutipan sumber, konflik narasi, atau teka-teki sejarah, lalu meminta siswa menuliskan apa yang ingin mereka ketahui. Dari sini, kelas bergerak dari rasa ingin tahu menuju penyelidikan. Penelitian Faizah dan Riyadi

menempatkan strategi ini sebagai respons terhadap pembelajaran sejarah konvensional yang membuat siswa cepat bosan dan kurang aktif. Secara pedagogis, strategi ini penting karena kejenuhan sering muncul ketika pertanyaan selalu datang dari guru, sedangkan siswa hanya menjawab. Ketika siswa membuat pertanyaan, mereka mulai memiliki kontrol terhadap arah belajar.

Kolaborasi visual juga dapat dikembangkan melalui timeline interaktif, mind map kausalitas, peta migrasi, bagan tokoh, atau komik sejarah. Namun, guru perlu menjaga agar produk visual tidak hanya menjadi dekorasi. Produk harus menunjukkan analisis: hubungan sebab-akibat, perubahan dan keberlanjutan, multiperspektivitas, serta bukti pendukung. Misalnya, poster tentang Perang Diponegoro tidak cukup memuat gambar tokoh dan tanggal, tetapi perlu menunjukkan faktor ekonomi, politik, budaya, dan agama yang saling berkaitan. Dengan cara ini, aktivitas visual mendukung historical thinking, bukan sekadar estetika.

F. Flipped Classroom, Gamifikasi, dan Media Digital

Transformasi digital membuka peluang baru untuk active learning dalam pembelajaran sejarah. Flipped classroom memungkinkan siswa mempelajari materi dasar sebelum kelas melalui video pendek, modul, podcast, atau bacaan ringkas. Waktu tatap muka kemudian digunakan untuk diskusi sumber, studi kasus, debat, atau pemecahan masalah. Strategi ini dapat mengurangi kejenuhan karena kelas tidak habis untuk penjelasan satu arah. Akan tetapi, flipped classroom membutuhkan desain yang realistis. Materi prakelas harus singkat, terstruktur, dan disertai pertanyaan panduan. Jika guru hanya memindahkan ceramah panjang ke video, siswa tetap berpotensi jenuh.

Gamifikasi dapat meningkatkan tantangan, umpan balik, dan rasa pencapaian. Dalam sejarah, gamifikasi dapat berbentuk kuis berbasis skenario, misi analisis sumber, escape room sejarah, kartu peristiwa, atau permainan keputusan historis. Namun, gamifikasi perlu dibedakan dari sekadar kuis cepat. Jika permainan hanya menekankan kecepatan mengingat tanggal, ia justru memperkuat citra sejarah sebagai hafalan. Gamifikasi yang baik menuntut siswa membuat keputusan berdasarkan bukti, memahami konsekuensi, dan merefleksikan pilihan. Penelitian tentang persepsi calon guru terhadap gamifikasi sejarah menunjukkan bahwa strategi ini dapat membuat siswa menjadi protagonis aktif dalam pembelajaran.

Media digital seperti augmented reality, liveworksheet, arsip digital, museum virtual, dan peta interaktif juga dapat mendukung active learning. Namun, efektivitasnya bergantung pada tugas belajar. Sariyatun et al. menunjukkan bahwa bahan ajar digital berbasis sumber primer dapat mendukung historical thinking dan HOTS

²⁰ D. T. Aulia dan A. Suprijono, "Pengaruh metode gallery walk terhadap keaktifan belajar peserta didik pada mata pelajaran sejarah," *AVATARA: e-Journal Pendidikan Sejarah* (2025).

karena siswa tidak hanya melihat tampilan digital, tetapi melakukan inquiry. Penelitian lain tentang AR berbasis narasi sejarah di Indonesia juga menunjukkan bahwa media imersif dapat digunakan untuk mengatasi rendahnya motivasi belajar sejarah jika dikaitkan dengan aktivitas kolaboratif. Artinya, digitalisasi pembelajaran sejarah harus diarahkan pada interaksi bermakna, bukan sekadar penggunaan perangkat.

Dalam konteks kejenuhan, teknologi dapat bekerja melalui tiga mekanisme. Pertama, teknologi memperluas akses terhadap sumber sejarah yang sulit dihadirkan di kelas. Kedua, teknologi memberi variasi representasi melalui gambar, audio, video, peta, dan simulasi. Ketiga, teknologi memungkinkan umpan balik cepat. Namun, teknologi juga dapat memunculkan kejenuhan baru jika terlalu banyak aplikasi, terlalu banyak instruksi, atau tugas digital yang tidak jelas. Oleh karena itu, guru perlu menerapkan prinsip kesederhanaan, relevansi, dan integrasi. Satu media yang digunakan secara mendalam lebih baik daripada banyak aplikasi yang hanya menghasilkan aktivitas dangkal.

G. Mekanisme Active Learning dalam Mengurangi Kejenuhan

Berdasarkan sintesis literatur, active learning mengurangi kejenuhan belajar sejarah melalui empat mekanisme utama: peningkatan makna, peningkatan kontrol, peningkatan interaksi, dan peningkatan refleksi. Pertama, active learning meningkatkan makna karena siswa menghubungkan materi sejarah dengan sumber, masalah, ruang lokal, dan isu kontemporer. Ketika siswa memahami bahwa sejarah membantu membaca identitas, konflik, perubahan sosial, dan kehidupan sehari-hari, nilai belajar meningkat. Kedua, active learning meningkatkan kontrol karena siswa diberi kesempatan bertanya, memilih sumber, menentukan argumen, dan menyajikan temuan. Kontrol ini penting karena siswa yang merasa memiliki peran dalam proses belajar cenderung lebih terlibat.

Ketiga, active learning meningkatkan interaksi. Pembelajaran sejarah yang jenuh sering bersifat satu arah. Melalui diskusi, gallery walk, role playing, proyek, dan peer teaching, siswa berinteraksi dengan teman, sumber, guru, dan ide. Interaksi menciptakan energi sosial yang dapat mengurangi rasa monoton. Namun, interaksi harus tetap diarahkan oleh tujuan akademik. Interaksi tanpa fokus dapat membuat kelas ramai tetapi tidak mendalam. Keempat, active learning meningkatkan refleksi. Refleksi membantu siswa menyadari apa yang dipelajari, bagaimana mereka belajar, dan mengapa materi penting. Refleksi dapat berbentuk jurnal belajar, exit ticket, pertanyaan metakognitif, atau diskusi penutup.

Kerangka ICAP memperjelas bahwa mekanisme active learning paling kuat muncul ketika aktivitas mencapai level constructive dan interactive.²¹ Kegiatan menjawab kuis dapat meningkatkan perhatian, tetapi

belum tentu mengubah pemahaman. Kegiatan menyusun interpretasi dari sumber dan mempertahankannya dalam diskusi memberi peluang lebih besar untuk pembelajaran mendalam. Meski demikian, kajian terbaru juga mengingatkan bahwa asumsi ICAP perlu diterapkan secara hati-hati karena tidak semua aktivitas yang tampak interaktif otomatis menghasilkan belajar lebih baik.²² Kualitas instruksi, kejelasan tujuan, scaffolding, dan umpan balik tetap menentukan keberhasilan.

Umpan balik merupakan elemen penting yang sering terlupakan dalam active learning. Jika siswa aktif tetapi tidak memperoleh umpan balik, mereka dapat mengulang kesalahan atau merasa aktivitas tidak bermakna. Pollard et al. menekankan bahwa umpan balik perlu menjadi bagian integral dari kerangka ICAP, terutama dalam pembelajaran daring dan asinkron.²³ Dalam pembelajaran sejarah, umpan balik dapat diberikan pada kualitas pertanyaan, ketepatan penggunaan sumber, kekuatan argumen, dan kemampuan melihat perspektif. Umpan balik yang baik tidak hanya menyatakan benar atau salah, tetapi mengarahkan siswa untuk memperbaiki penalaran historis.

H. Kerangka Strategis Pemilihan Active Learning untuk Guru Sejarah

Sintesis penelitian ini menghasilkan kerangka pemilihan strategi active learning berdasarkan jenis kejenuhan. Jika kejenuhan muncul karena ceramah monoton, guru dapat menggunakan gallery walk, think-pair-share, diskusi sumber, atau peer instruction. Jika kejenuhan muncul karena materi terasa jauh dari kehidupan siswa, guru dapat menggunakan sejarah lokal, proyek berbasis lingkungan, wawancara sejarah lisan, atau studi kasus kontemporer. Jika kejenuhan muncul karena siswa tidak memahami alur peristiwa, guru dapat menggunakan timeline kolaboratif, peta konsep kausalitas, atau simulasi keputusan. Jika kejenuhan muncul karena siswa pasif dan takut berpendapat, guru dapat memulai dengan pertanyaan tertulis, diskusi berpasangan, atau komentar anonim pada media digital. Kerangka tersebut menunjukkan bahwa guru perlu mendiagnosis sumber kejenuhan sebelum memilih metode. Kesalahan umum dalam inovasi pembelajaran adalah memilih metode karena sedang populer, bukan karena sesuai dengan masalah belajar. Misalnya, gamifikasi tidak selalu tepat untuk materi yang membutuhkan refleksi mendalam jika dirancang terlalu kompetitif. Role playing tidak selalu tepat untuk topik sensitif jika tidak disertai etika dan debriefing. Inquiry tidak efektif jika siswa belum memiliki kemampuan membaca sumber dasar. Oleh sebab itu, active learning membutuhkan profesionalitas guru dalam merancang tingkat tantangan, dukungan, dan evaluasi.

Guru sejarah juga perlu memperhatikan durasi dan ritme pembelajaran. Active learning tidak berarti seluruh

²¹ M. T. H. Chi dan R. Wylie, "The ICAP framework," 219-243.

²² Thurn, C. M., et al. (2023). Questioning central assumptions of the ICAP framework. *npj Science of Learning*, 8, Article 49. <https://doi.org/10.1038/s41539-023-00197-4>

²³ Pollard, V., Armatas, C., & Pepe, A. (2025). Feedback is integral: Using a revised ICAP framework to achieve active learning in an asynchronous online course. *Online Learning Journal*, 29(3).

jam pelajaran harus diisi aktivitas kelompok. Ada saat ketika penjelasan guru tetap diperlukan untuk memberi konteks, meluruskan miskonsepsi, dan memperkaya narasi. Perbedaannya, penjelasan guru tidak menjadi satu-satunya pusat pembelajaran. Model yang lebih seimbang adalah siklus singkat: orientasi masalah, eksplorasi sumber, diskusi, penjelasan penguatan, produksi pemahaman, dan refleksi. Siklus ini menjaga agar siswa tidak kehilangan arah, tetapi tetap aktif membangun pengetahuan.

Asesmen juga harus selaras dengan active learning. Jika pembelajaran menuntut analisis sumber dan argumentasi, tetapi ujian hanya mengukur hafalan, siswa akan kembali memandangi sejarah sebagai mata pelajaran mengingat. Asesmen dapat berupa esai argumentatif, portofolio sumber, proyek sejarah lokal, presentasi berbasis bukti, atau rubrik diskusi. Asesmen formatif sederhana seperti exit ticket, polling konseptual, dan pertanyaan reflektif dapat membantu guru memantau kejenuhan dan pemahaman siswa. Dengan asesmen yang selaras, active learning tidak menjadi sisipan, tetapi bagian dari sistem pembelajaran.

I. Kontribusi Teoretis dan Praktis

Kontribusi teoretis artikel ini adalah menempatkan kejenuhan belajar sejarah sebagai masalah relasional antara emosi akademik, desain pembelajaran, dan karakter epistemologis sejarah. Kejenuhan tidak dipahami hanya sebagai rendahnya motivasi siswa, melainkan sebagai tanda bahwa pembelajaran belum memberi nilai, kontrol, tantangan, dan interaksi yang memadai. Dengan menggabungkan active learning, ICAP, control-value theory, dan historical thinking, artikel ini menawarkan cara membaca active learning sebagai mekanisme pengurangan kejenuhan. Active learning bekerja ketika aktivitas siswa memperkuat nilai materi, memperluas kontrol belajar, meningkatkan keterlibatan sosial, dan menuntun refleksi historis.

Kontribusi praktisnya adalah kerangka pemilihan strategi yang dapat digunakan guru sejarah. Guru tidak perlu menerapkan semua model sekaligus. Yang dibutuhkan adalah memilih strategi sesuai tujuan dan masalah kelas. Untuk materi berbasis kontroversi, diskusi multiperspektif dan debat berbasis sumber lebih tepat. Untuk materi kronologis, timeline kolaboratif dan peta sebab-akibat dapat membantu. Untuk materi sejarah lokal, proyek dan eksplorasi lingkungan lebih relevan. Untuk kelas yang cenderung pasif, strategi pertanyaan awal, think-pair-share, dan gallery walk dapat menjadi pintu masuk. Dengan pendekatan ini, active learning menjadi respons diagnostik terhadap kejenuhan, bukan sekadar variasi metode.

Artikel ini juga menegaskan bahwa active learning dalam sejarah harus menjaga keseimbangan antara kesenangan dan kedalaman. Upaya mengatasi kejenuhan tidak boleh mereduksi pembelajaran sejarah menjadi hiburan. Kelas yang menyenangkan tetap harus menuntut ketelitian membaca sumber, kejujuran terhadap bukti, dan kemampuan menyusun argumen. Sebaliknya, kelas yang akademik tidak harus kaku dan membosankan. Tantangan

guru adalah menciptakan pengalaman belajar yang hidup sekaligus disiplin secara intelektual. Di sinilah active learning memiliki nilai strategis bagi pendidikan sejarah.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi literatur, strategi active learning dapat mengatasi kejenuhan belajar siswa pada mata pelajaran sejarah ketika dirancang untuk meningkatkan makna, kontrol, interaksi, dan refleksi dalam proses belajar. Kejenuhan belajar sejarah terutama muncul karena pembelajaran terlalu berpusat pada guru, materi terasa jauh dari pengalaman siswa, aktivitas bersifat monoton, dan siswa tidak diberi ruang untuk menafsirkan pengetahuan sejarah. Active learning menjawab masalah tersebut dengan mengubah siswa dari pendengar pasif menjadi penanya, peneliti sumber, penyusun argumen, kolaborator, dan reflektor.

Strategi yang paling relevan meliputi inquiry berbasis sumber, diskusi multiperspektif, role playing, simulasi, gallery walk, Inquiring Minds Want to Know, flipped classroom, gamifikasi, proyek sejarah lokal, dan pemanfaatan media digital berbasis tugas analitis. Strategi-strategi tersebut efektif bukan karena sekadar membuat kelas lebih ramai, melainkan karena mengaktifkan keterlibatan kognitif, emosional, sosial, dan reflektif siswa. Dengan demikian, active learning perlu dipahami sebagai desain pedagogis yang terhubung dengan tujuan historical thinking. Guru sejarah perlu mendiagnosis sumber kejenuhan, memilih strategi yang sesuai, memberi scaffolding, menyediakan umpan balik, dan menyelaraskan asesmen dengan aktivitas belajar. Artikel ini merekomendasikan penelitian lanjutan berbasis kelas untuk menguji kerangka sintesis ini pada berbagai jenjang, materi, dan konteks sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

A. Buku

Goetz, T., Frenzel, A. C., Hall, N. C., Nett, U. E., & Lipnevich, A. A. (2024). Academic boredom. In *Handbook of achievement emotions and learning*.

B. Jurnal Ilmiah

Affandi, G. R. 2025. . The mediating-moderating role in the relationship between self-efficacy and academic boredom: A meta-analytic approach. *Journal of Innovation in Educational and Cultural Research*.

Amiruddin, A., Hanif, M., dan Supriadi, S. 2023. . May student-centered principles affect active learning and students' engagement? *SAGE Open*. Vol. 13, No. 4.

Aulia, D. T., dan Suprijono, A. 2025. . Pengaruh metode gallery walk terhadap keaktifan belajar peserta didik pada mata pelajaran sejarah. *AVATARA: e-Journal Pendidikan Sejarah*.

Basri, I., Fatimah, S., dan Hastuti, H. 2024. . Learning history with DeepThink: A model to train critical thinking skills. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*. Vol. 16, No. 2.

- Bhardwaj, V. 2025. . Redefining learning: Student-centered strategies for academic and personal growth. *Frontiers in Education*.
- Braun, V., dan Clarke, V. 2021. . One size fits all? What counts as quality practice in reflexive thematic analysis? *Qualitative Research in Psychology*. Vol. 18, No. 3.
- Braun, V., dan Clarke, V. 2021. . One size fits all? What counts as quality practice in reflexive thematic analysis? *Qualitative Research in Psychology*. Vol. 18, No. 3.
- Candel, E. C., de-la-Pena, C., dan Chaves-Yuste, B. 2024. . Pre-service teachers' perception of active learning methodologies in history: Flipped classroom and gamification in an e-learning environment. *Education and Information Technologies*, 29, 3365-3387.
- Carless, D. 2022. . From teacher transmission of information to student feedback literacy: Activating the learner role in feedback processes. *Active Learning in Higher Education*. Vol. 23, No. 2.
- Chi, M. T. H., dan Wylie, R. 2014. . The ICAP framework: Linking cognitive engagement to active learning outcomes. *Educational Psychologist*. Vol. 49, No. 4.
- Deslauriers, L., McCarty, L. S., Miller, K., Callaghan, K., dan Kestin, G. 2019. . Measuring actual learning versus feeling of learning in response to being actively engaged in the classroom. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. Vol. 116, No. 39.
- Doolittle, P. E., Wojdak, K., dan Walters, A. 2023. . Defining active learning: A restricted systematic review. *Teaching & Learning Inquiry*. Vol. 11.
- Faizah, I. N., dan Riyadi. 2023. . Pengaruh strategi Inquiring Minds Want to Know terhadap pembelajaran sejarah. *AVATARA: e-Journal Pendidikan Sejarah*.
- Fahrudin, F., Rosidi, M. I., Fitroh, I., Darsono, D., dan Saefudin, A. 2024. . Transforming history education: Enhancing student engagement and literacy through interactive methods. *SAR Journal*. Vol. 7, No. 4.
- Ferdiansah, D. 2024. . Academic boredom among secondary and high school students: Measurement and pedagogical implications. *Premise: Journal of English Education and Applied Linguistics*.
- Firmansyah, H. 2025. . Implementation of experiential learning to enhance students' historical thinking skills. *Qalamuna: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama*.
- Freeman, S., Eddy, S. L., McDonough, M., Smith, M. K., Okoroafor, N., Jordt, H., dan Wenderoth, M. P. 2014. . Active learning increases student performance in science, engineering, and mathematics. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. Vol. 111, No. 23.
- Hadi Mogavi, R., Zhao, Y., Haq, E. U., Hui, P., dan Ma, X. 2021. . Student barriers to active learning in synchronous online classes: Characterization, reflections, and suggestions. *arXiv*.
- Kushnir, I. 2025. . Thematic analysis in the area of education: A practical guide. *Cogent Education*. Vol. 12, No. 1.
- Li, J., Xue, E., dan Li, H. 2023. . Meta-analysis of student engagement and its influencing factors. *Frontiers in Psychology*. Vol. 14.
- Mahardika, M. D. G. 2021. . Pertimbangan pemilihan strategi pembelajaran sejarah dengan orientasi student active learning di SMA. *Jurnal Pendidikan Sejarah Indonesia*.
- Nerantzaki, K. 2026. . Differentiating trait-, class-, and study-related academic boredom and their associations with learning outcomes. *Education Sciences*. Vol. 16, No. 1.
- Ofianto, O., Aman, A., Ningsih, T. Z., dan Abidin, N. F. 2022. . The development of historical thinking assessment to examine students' skills in analyzing the causality of historical events. *European Journal of Educational Research*. Vol. 11, No. 2.
- Ofianto, O., Rahmi, U., Syafrini, D., dan Ningsih, T. Z. 2024. . Assessing historical thinking skills in high school history education: A Padlet-based approach. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*. Vol. 18, No. 3.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., et al. 2021. . The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71.
- Pekrun, R. 2024. . Control-value theory: From achievement emotion to a general theory of human emotions. *Educational Psychology Review*, 36, Article 83.
- Pekrun, R., dan Goetz, T. 2024. . Boredom: A control-value approach. *Educational Psychology Review*.
- Pollard, V., Armatas, C., dan Pepe, A. 2025. . Feedback is integral: Using a revised ICAP framework to achieve active learning in an asynchronous online course. *Online Learning Journal*. Vol. 29, No. 3.
- Pratiwi, E. D., et al. 2021. . Active learning strategy on higher education biology learning: A systematic review. *Tadris: Jurnal Keguruan dan Ilmu Tarbiyah*.
- Rezaiee, M., et al. (2025). A short form of the Achievement Emotions Questionnaire. *Psihologija*.
- Santana-Monagas, E. 2024. . Boredom in the classroom: Sentiment analysis on teaching and learning. *Education Inquiry*.
- Sariyatun, S., Sutimin, L., dan Abidin, N. F. 2025. . Enhancing historical thinking and HOTS through digital learning materials: An inquiry-based approach using primary sources for high school students. *Journal of Curriculum Studies Research*. Vol. 7, No. 2.
- Sharp, J. G., Zhu, X., dan Sharp, J. C. 2021. . The Academic Boredom Survey Instrument (ABSI): A measure of trait. Vol. state and other characteristic attributes for the exploratory study of student engagement. *Journal of Further and Higher Education*.
- Siddik, M. F., dan Mahariah, M. 2023. . Reduksi kejenuhan belajar Sejarah Kebudayaan Islam:

Analisis variasi metode dan media pembelajaran berbasis digital. *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*. Vol. 4, No. 3.

Sinha, T., dan Kapur, M. 2021. . When problem solving followed by instruction works: Evidence for productive failure. *Review of Educational Research*. Vol. 91, No. 5.

Theobald, E. J., Hill, M. J., Tran, E., Agrawal, S., Arroyo, E. N., Behling, S., et al. 2020. . Active learning narrows achievement gaps for underrepresented students in undergraduate science, technology, engineering, and math. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. Vol. 117, No. 12.

Thurn, C. M., et al. 2023. . Questioning central assumptions of the ICAP framework. *npj Science of Learning*, 8, Article 49.

Tirado-Olivares, S., Cozar-Gutierrez, R., Garcia-Olivares, R., dan Gonzalez-Calero, J. A. 2021. . Active learning in history teaching in higher education: The effect of inquiry-based learning and a student response system-based formative assessment in teacher training. *Australasian Journal of Educational Technology*. Vol. 37, No. 5.

Utami, I. W. P. 2020. . Pemanfaatan digital history untuk pembelajaran sejarah lokal. *Jurnal Pendidikan Sejarah Indonesia*. Vol. 3, No. 1.

