

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu proses yang mempengaruhi peserta didik untuk menyesuaikan diri semaksimal mungkin dengan lingkungannya, yang menimbulkan perbedaan dalam dirinya sehingga dapat berfungsi untuk kehidupan masyarakat. Jadi pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam menaikkan sumber daya manusia (SDM), dan sekolah yang menyampaikan pendidikan yang bermutu tinggi. sehingga pada sisi lain, sekolah yang berkualitas juga membentuk bakat yang berkualitas

Pendidikan juga adalah kunci individu untuk menuju kesuksesan serta kemandirian negara. menggunakan program pendidikan yang terus diperbarui dan bermutu tentu bisa membangun sumber daya manusia (SDM) yang bermutu. untuk menaikkan kualitas serta sumber daya manusia (SDM) mampu dilakukan dengan cara menaikkan mutu pendidikan. Pendidikan juga menjadi salah satu upaya untuk membentuk kualitas sumber daya manusia (SDM) yang bermanfaat bagi bangsa dan negara. (Abu Ahmadi, 2016 : 17)

Pendidikan itu sendiri diselenggarakan pada sistem pendidikan, baik sistem pendidikan formal dan juga pendidikan non formal, sistem pendidikan formal itu sendiri merupakan suatu sistem yang disusun secara berbasis dan sesuai dengan jenjang pendidikan, khususnya perguruan tinggi dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas, hingga universitas. Untuk sistem pendidikan non formal itu sendiri, perangkat sekolah diadakan tanpa gelar positif.

Menurut Darlis, (2017 : 85) Pendidikan nasional, baik umum ataupun agama, yang diatur dengan undang-undang dan peraturan menteri. Kedua program tersebut dijadikan solusi atas permasalahan yang ada di negeri ini, baik resmi maupun informal dan nonformal dan diatur dalam UU Pendidikan Nasional. Yang sudah beberapa kali diubah. Dalam hal ini.

Undang-Undang Sisdiknas Nomor 20 Tahun 2003 mengatur Ketiga kategori pendidikan tersebut adalah pendidikan formal, informal, dan nonformal yang dapat bersifat komprehensif dan menyeluruh. Di Indonesia, terdapat beberapa lembaga pendidikan. Ketiga pendidikan tersebut sebenarnya berjalan sesuai dengan sistem masing-masing. Kata "jalan" dalam undang-undang merupakan sarana bagi peserta didik dalam mengembangkan potensi dalam menempuh pendidikan.

Ada dua jenis sistem pendidikan di Indonesia tergantung pada waktu yang dihabiskan untuk belajar di sekolah. Sistem yang dimaksud adalah sistem setengah hari dan sistem sehari penuh. Menurut Rizky (2015:45), *full day school* didefinisikan sebagai sekolah dengan satu hari penuh setiap minggunya. Sekolah penuh waktu mirip dengan sekolah reguler, tetapi mereka juga memiliki kurikulum sendiri. Karena itu, kondisi siswa di bidang akademik pada umumnya lebih buruk daripada di bidang non-akademik. Sekolah sehari penuh direkomendasikan sebagai solusi yang tepat untuk mengatasi ketegangan antara pendidikan dasar (dipisahkan dari kognitif) dan pendidikan agama yang berbeda secara fundamental. Dengan sistem ini, sekolah sehari penuh adalah komponen yang telah dirancang agar sesuai untuk membina pengembangan manusia melalui pengajaran dan pelatihan sambil memanfaatkan hari sekolah yang lebih lama daripada jenis sekolah lainnya.

Untuk memastikan bahwa siswa dipersiapkan secara memadai untuk memahami hakikat dunia yang sebenarnya, lembaga pendidikan harus melaksanakan pesatnya kemajuan dunia secara serius. Oleh karena itu, terobosan-terobosan progresif diperlukan untuk meningkatkan kualitas lembaga pendidikan. Dalam situasi ini, sekolah dengan keterbatasan waktu memberikan posisi sebagai solusi alternatif untuk menaikkan standar pendidikan ke tingkat yang setinggi-tingginya guna menghasilkan masa depan yang sejahtera bagi bangsa yang bersangkutan. (Jamal Ma'mur Asmani, 2017 : 17).

Dalam surat al-mujadallah ayat 11 yang berbunyi:

أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَاَنْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ – ١١

Artinya :” Wahai orang-orang yang beriman! Apabila dikatakan kepadamu, “Berilah kelapangan di dalam majelis-majelis,” maka lapangkanlah, niscaya Allah SWT memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan, “Berdirilah kamu,” maka berdirilah, niscaya Allah SWT akan mengangkat (derajat) orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Dan Allah mahateliti apa yang kamu kerjakan.” (Q.S Al-Mujadallah : 11).

Dalam kaitannya dengan *Full Day School*, bahwa ayat di atas menjelaskan bahwa orang yang berilmu dan orang yang tidak berilmu itu berbeda. Dan ada perbedaan antara orang yang berilmu dan tidak berilmu, Allah SWT akan memberikan kelapangan terhadap orang yang menuntut ilmu yang didalamnya terdapat orang yang berlomba-lomba dalam mencari ilmu sehingga Allah SWT akan mengangkat derajat orang yang beriman dan mencari ilmu.

Untuk itu, *Full Day School* dianggap sebagai sekolah terbaik untuk mengembangkan karakter siswa. Hal ini karena *Full Day School* adalah sekolah yang penuh dengan ruang kelas dan seorang guru dengan pengalaman mengajar yang penting. Hal ini diperkuat menurut Istiqomah et al., (2020 : 22) Dalam program *full day school*, siswa perlu menghabiskan lebih banyak waktu belajar di sekolah, yang memakan waktu sekitar 9-10 jam. Selain itu, siswa yang berpartisipasi aktif dalam program *full day school* terutama diadakan di sekolah seperti membaca, Belajar, bermain, beribadah dan istirahat. Di sekolah *full day school* atau sekolah penuh waktu, sebagian besar siswa terbiasa belajar dan berlatih dalam kehidupan sehari-hari, sehingga menghasilkan pengetahuan yang lebih lengkap.

Kegiatan dan tugas sekolah yang menekankan bahwa siswa menghabiskan sebagian besar waktu luang siswa digunakan untuk belajar, belajar bersama kelompok atau teman, serta memanfaatkan sumber belajar yang diterapkan dengan cara yang berbeda-beda. Siswa dengan sekolah *fullday school* menikmati banyak manfaat akademis, dan adalah salah satu

dari aspek pengalaman anak. Menurut sebuah penelitian, siswa sekolah penuh waktu memiliki banyak manfaat akademis dan sosial

Namun kekhawatiran ini juga dirasakan oleh sebagian orang tua yang tidak mendukung sekolah *full day school*, yang membuat orang tua masih berpikir tentang sekolah penuh akan membuat anak stres seperti beberapa studi dalam Baharun & Alawiyah (2018 : 2) yang menemukan bahwa ada beberapa sekolah yang mengadakan *full day school* untuk dapat mempersiapkan anak baik fisik ataupun mental. Jika siswa tidak siap, maka siswa akan bosan atau bahkan membuat beban yang sangat besar (stress).

Ada beberapa program-program *full day school* yang berada di sekolah MI Al-Washliyah Perbutulan Kabupaten Sumber yaitu program yang menerapkan 4A (Akidah, Akhlak, Al-Qir'an, Ahli ibadah) dimana program *full day school* diterapkan. Untuk itu orang tua yang menitipkan anaknya ke Pendidikan yang menggunakan program *full day school* sebagian membutuhkan kepercayaan sehingga anak yang sekolah dapat belajar dengan baik tanpa adanya beban ataupun stress pada saat belajar sekolah. Menurut Slamet dalam Agatha Kristi Pramudika Sari, (2018 : 142) stress adalah suatu Sebanding dengan kemampuan seseorang untuk mengatasi beban tersebut. Stress biasanya dialami oleh para pekerja, ibu, ayah, ataupun kelompok usia yang berbeda, bahkan seringkali anak sekolah. Berbagai faktor penyebab stress. Misalnya, Tuntutan terhadap lingkungan lebih tinggi dari kemampuan individu, atau sebaliknya, dan tuntutan individu lebih tinggi dari kondisi lingkungan. Bahkan di lingkungan sekolah, yaitu stress selama belajar merupakan bentuk interaksi antara individu dengan lingkungan dan stress melebihi kemampuan untuk lebih mudah dalam pembelajaran atau aktivitas sekolah.

Peneliti memahami bahwa stres ialah keadaan yang dialami siswa yang tidak seimbang dengan kemampuannya sehingga faktor dari stres yaitu seperti tuntutan dari lingkungan, ataupun tuntutan dari tempat siswa tinggal. Bahkan di lingkungan sekolah seperti stres siswa yang dilakukan oleh individu dengan lingkungan. Dan diperkuat menurut Wahyuni, (2021 : 2) Stress adalah reaksi terhadap perubahan lingkungan. Penyakit mental dapat

mengganggu metabolisme dan sirkulasi darah, sehingga mendapat tekanan yang menyebabkan rasa sakit. Stress memberikan kenyamanan dan ketidaknyamanan. rasa nyaman yang datang ketika stress dipandang sebagai motivasi untuk terus maju. Kondisi stress yang menyebabkan ketidaknyamanan bisa disebut dengan stress akut atau kronis. Stress akut dapat menyebabkan banyak penyakit dan kecemasan, stress kronis adalah ketidaknyamanan fisik serta mental, sehingga menyebabkan kebosanan dan itu adalah bahaya dan menyebabkan kematian. Stress menyebabkan perubahan pada psikologis dan emosional. Tubuh akan memberikan respon yang spontan menjadi ancaman (Musradinur, 2016 : 185).

Menurut Alvin dalam (Priskila & Savira, 2019:2) proses pendidikan dan pembelajaran yang perlu diperhatikan dalam kemampuan atau dampak buruk yaitu bukan disebabkan karena siswa dan guru. Guru dituntut benar antara jalur mengajar dengan pemahaman dan kemampuan siswa untuk menciptakan lingkungan belajar. Karena stress guru dan stress akademik siswa mempengaruhi siswa dalam mencapai hasil belajar. Faktor penyebab stress akademik bisa muncul dari dalam ataupun dari luar diri individu. Bukan hanya faktor dari diri siswa saja melainkan stres siswa dapat diakibatkan oleh faktor lingkungan untuk itu stres sendiri menurut ibung dalam Hesti Mahmudah, (2019 : 34) stress yaitu dampak Suatu peristiwa atau rangkaian pengalaman pribadi yang ditafsirkan secara negatif dan membuat individu tidak mungkin menghadapinya. Adanya perbedaan dan harapan pada fenomena yang terjadi mengarah pada kenyataan bahwa situasi tersebut menimbulkan stres bagi individu. Stres dalam lingkungan pendidikan disebut stres akademik. Stres akademik adalah ketegangan emosional yang dirasakan siswa ketika menghadapi tuntutan sekolah dan mempengaruhi kesehatan fisik dan mentalnya Sedangkan menurut Aryani dalam Soeli et al., (2021 : 8) dalam teori stress akademik, yaitu ketika siswa stress akademik, maka siswa akan mempengaruhi kondisi baik gejala secara fisik yaitu siswa akan mengalami kelelahan dan gejala perilaku atau psikis yaitu siswa mengalami mudah lupa. Untuk itu stress akademik merupakan tekanan atau tuntutan akademik yang berdampak pada Kesehatan mental

ataupun fisik individu. Sehingga akan mempengaruhi kondisi baik gejala-gejala dari diri siswa sendiri.

Sekolah yang menggunakan sistem *full day school* cenderung siswa mengalami stress di sekolah karena terbukti dari perilaku siswa sendiri. Siswa yang sekolah dengan sistem *full day school* apabila masuk kelas dari jam 12.00 siang, siswa akan mengalami bosan dan tidak konsentrasi dalam belajar. Sehingga bisa saja mengalami gelisah dan grogi. Menurut jurnal (Aryani Safithry & Sari Dewi, 2020 : 3) Stres memiliki beberapa bentuk stres fisik dan stres psikologis, dan ketika stres mempengaruhi kondisi fisik memburuk, dan jika stres merasakan sakit pada organ seperti sakit kepala dan gangguan pencernaan, memori buruk, stres mental, stres mental seperti depresi, penundaan pekerjaan. Hal ini dipengaruhi oleh tingkat keparahan atau penghilangan stres. Tingkat keparahan atau beratnya stres yang dialami seseorang dapat dilihat baik di dalam maupun di luar diri orang yang melakukan kegiatan akademik di sekolah. (Zikri, 2019:56). Sekolah yang menerapkan *Full Day School* cenderung akan mengalami stress disekolah baik di pelajaran ataupun di lingkungan sekolah, sehingga dapat dilihat dari beberapa gejala-gejala yang diperlihatkan oleh diri individu, baik dari reaksi fisik, reaksi emosional reaksi perilaku ataupun reaksi proses berpikir yang dapat mempengaruhi tingkat stress belajar siswa.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan di sekolah MI Al-Washliyah Perbutulan terdapat sistem pembelajaran dengan memiliki ciri-ciri yaitu dimulai pada pukul 07.00 WIB sampai dengan 15.30 WIB. Hal itu terlihat dari proses pembelajaran yang memuat 1 jam pelajaran dengan dua mata pembelajaran. Selain itu, dalam sistem pembiasaan terdapat dua kali, yaitu pada pukul 07.00 WIB dan pukul 12.00 WIB. Pembiasaan tersebut membuat siswa *full day school* kurang jam istirahat siang. Oleh karena itu, pembelajaran yang padat membuat anak kurang fokus dan sulit konsentrasi, sulit mengingat pelajaran sehingga berdampak kelelahan fisik, serta membuat anak cepat bosan dan jenuh dalam belajar.

Berdasarkan permasalahan yang peneliti temukan, maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul "**Pengaruh Program Full Day**

School Terhadap Tingkat Stres Siswa Kelas 5 MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon" untuk mengetahui seberapa besar pengaruh program *full day school* terhadap tingkat stress akademik kelas 5 MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber kabupaten Cirebon.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, maka didapatkan identifikasi dari masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya jam istirahat untuk merefleksikan pikiran serta tenaga siswa *full day school*
2. Siswa dalam belajar cepat bosan dan cenderung ingin bermain.
3. Siswa kurang konsentrasi dan mudah jenuh dalam belajar dikelas.

C. Batasan Masalah

1. Berfokus kepada program *full day school* Kelas 5 MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon.
2. Berfokus pada tingkat stress siswa *full day school* MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon.
3. Pada semua mata pelajaran siswa kelas 5 *full day school* MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon
4. Peneliti dilakukan pada siswa kelas 5 MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon.
5. Pengaruh program *full day school* terhadap tingkat stress siswa kelas 5 MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan Identifikasi Masalah yang telah dipaparkan diatas maka rumusan masalahnya sebagai berikut:

1. Bagaimana program *full day school* di kelas 5 MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon?
2. Bagaimana tingkat stress siswa di kelas 5 MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon?

3. Seberapa besar pengaruh program *full day school* terhadap tingkat stress siswa di kelas 5 MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk memperoleh data program *full day school* MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon.
2. Untuk memperoleh data tingkat stress siswa di kelas 5 MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon.
3. Untuk memperoleh data seberapa besar pengaruh program *full day school* terhadap tingkat stress siswa kelas 5 MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon.

F. Manfaat Penelitian

- 1) Manfaat teoritis
Sebagai sarana memperluas pengetahuan peneliti khususnya dan orang yang berinteraksi langsung dengan pendidikan pada umumnya tentang program *full day school* karena sistem *full day school* menuntut siswa untuk belajar dengan kata lain harus mampu menguasai materi pelajaran yang diberikan oleh guru.
- 2) Manfaat praktis
Sebagai bahan pertimbangan bagi berbagai pihak yang terlibat atas penelitian yang dilakukan di MI Al-Washliyah Perbutulan Sumber Kabupaten Cirebon.
 - a. Bagi Siswa, memahami tingkat stress yang bersekolah dengan sistem *full day school*.
 - b. Bagi Orangtua, sebagai sarana memperluas pemahaman dalam mendidik anak-anaknya.
 - c. Bagi Guru. Sebagai sarana memperluas wawasan terkait tingkat stress pada siswa di kelas 5 *full day school*.

- d. Bagi Sekolah, sebagai sarana referensi bagi pihak lembaga atau instansi yang membutuhkannya.

