

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Full Day School

1. Pengertian Full Day School

Adapun istilah *full day school* (FDS) merupakan saduran dari bahasa Inggris, dimana *full* artinya penuh, *day* artinya hari dan *school* artinya sekolah.⁵⁷ Jadi, *full day school* (FDS) dapat diartikan dengan sekolah sepanjang hari (satu hari penuh), atau kegiatan belajar mengajar di sekolah yang dimulai dari jam 07.00 –16.00, dengan diselingi istirahat setiap beberapa jam sekali. *Full day school* adalah program sekolah di mana proses pembelajarannya dilaksanakan sehari penuh di sekolah. Dengan kebijakan seperti ini, maka waktu dan kesibukan anak-anak lebih banyak dihabiskan di lingkungan sekolah dari pada di rumah. Anak-anak dapat berada di rumah lagi setelah menjelang sore.⁵⁸

Full day school (FDS) adalah sekolah sepanjang hari penuh atau bisa disebut dengan proses kegiatan belajar mengajar (KBM) yang dilaksanakan sejak pukul 06.45-15.00 WIB. Pemberlakuan jam pelajaran yang cukup lama dibanding proses lainnya, maka program *full day school* dinilai lebih sempurna melayani kepentingan

⁵⁷ John M. Echols. 2017. *Kamus Inggris Indonesia*. (Jakarta : Gramedia Pustaka Utama), hlm. 325. 630.

⁵⁸ Sahari. 2014. "Full day School dalam Sorotan Ilmu Sosiologi, Psikologi, dan Ekonomi." *Jurnal Pendidikan Islam IQRA' Vol. 11. Nomor 1*. Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK) IAIN Manado hlm. 3.

pembelajaran anak. Jam belajar yang cukup panjang juga akan memaksimal pengawasan sekolah terhadap anak didik.⁵⁹

Selain itu, sekolah *full day school* (FDS) merupakan model sekolah umum yang memadukan sistem pengajaran Islam secara intensif yaitu dengan memberi tambahan waktu khusus untuk pendalaman agama siswa. Biasanya jam tambahan tersebut dialokasikan pada jam setelah sholat dzuhur sampai sholat 'Ashar sehingga sekolah model ini masuk pukul 07:00 WIB dan pulang pada pukul 15 : 15 WIB, sementara pada sekolah-sekolah umum, anak biasanya sekolah sampai pukul 13.00 WIB.⁶⁰

Jadi sekolah *full day school* (FDS) adalah sistem model sekolah yang menerapkan pembelajaran siswa dari pagi sampai sore dari pukul 07.00 WIB sampai pukul 15.15 WIB bahkan bisa sampai 16.00 lebih. Model seperti ini maka waktu dan kesibukan anak-anak lebih banyak dihabiskan dilingkungan sekolah daripada di rumah. Anak-anak dapat berada di rumah lagi setelah menjelang sore. Selain itu, lebih maksimal untuk melayani kepentingan pembelajaran anak dan memaksimal pengawasan sekolah terhadap anak didik tanpa memperhatikan aspek-aspek lain yang juga perlu menjadi perhatian.

⁵⁹ Zaitur Rahem. 2017. "Dampak Sosial Pemberlakuan Full Day School (Menimbang Mafsadat-MaslahatPermendikbud 23/2017 dan Perpres 87/2017)." *Al-Murabbi: Jurnal Pendidikan Agama Islam. Volume 3, Nomor 1*. Program Studi Pendidikan Agama Islam UYP, Pasuruan.

⁶⁰ Hanif Mufti Wirawan. 2016. "Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani di Sekolah Full Day dan Sekolah Reguler (Studi pada siswa kelas IV Sekolah Dasar The Naff dan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Balonggabus di Kabupaten Sidoarjo)." *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 04 Nomor 01*. Universitas Negeri Surabaya, hlm. 194-199.

2. Sejarah Singkat Full Day School (FDS)

Sejarah munculnya *Full day School* pada awalnya program ini lahir pada awal tahun 1980 di Amerika Serikat yang diterapkan untuk sekolah taman kanak-kanak, yang akhirnya melebar ke jenjang sekolah dasar hingga menengah atas. Menurut ringkasan penelitian, ketertarikan kebanyakan masyarakat AS terhadap *full day school* dilatarbelakangi oleh beberapa hal sebagai berikut:

1. Meningkatnya jumlah orang tua, terutama ibu yang bekerja dan memiliki anak di bawah 6 tahun.
2. Meningkatnya jumlah anak-anak usia prasekolah yang ditampung di sekolah-sekolah milik publik/masyarakat umum.
3. Meningkatnya pengaruh televisi dan kesibukan (mobilitas) orang tua.
4. Kemajuan dan kemodernan yang saat itu mulai berkembang di segala aspek kehidupan.

Maka dari hal itu, sebagian masyarakat Amerika berbondong-bondong untuk menyekolahkan anaknya di *full day school*. Keinginan itu tidak lepas untuk memperbaiki nilai akademik buah hatinya agar kelak sukses menghadapi jenjang yang lebih tinggi. Dengan adanya *Full day school*, semua masalah di atas diharapkan dapat diatasi dengan baik. Berdasarkan penelitian sebelumnya menyebutkan; sebagian pelajar yang mengambil *full day school* menunjukkan keunggulan akademik lebih baik. Penelitian ini juga menyebutkan bahwa pelajar yang

mengambil *full day school* memiliki performa lebih baik pada setiap kali mengikuti pelajaran tanpa efek merugikan yang signifikan.⁶¹

Sedangkan sejarah munculnya *full day school* di Indonesia yaitu Pada pertengahan tahun 1990 di Indonesia mulai muncul istilah sekolah unggulan (*excellent schools*) yang tumbuh bagaikan jamur. Perkembangan ini pada awalnya dirintis oleh sekolah-sekolah swasta termasuk sekolah-sekolah Islam dengan ditandai biaya yang tinggi, fasilitas yang serba luks, elitis, eksklusif, dan dikelola oleh tenaga-tenaga yang diasumsikan profesional. Padahal sebenarnya sekolah-sekolah yang berorientasi elitis-ekklusif ini pada dasarnya belum teruji keprofesionalannya. Indikasinya, terbukti dari adanya temuan penelitian Steenbrink (1986), seorang pastur dari Belanda yang sering mengkaji pendidikan Islam di Timur, tentang munculnya Madrasah Ibtidaiyah (MI) yang bermutu tinggi di sejumlah kota besar di Indonesia yang mampu bersaing dengan sekolah dasar umum yang dikelola oleh Departemen Pendidikan Nasional.

Gerakan keterunggulan (*excellence movement*) ini kemudian dikembangkan pengelola pendidikan di tingkat satuan pendidikan (*sekolah*) dalam bentukbentuk sekolah yang mempunyai *trademark* di masyarakat, yang corak dan ragamnya kini sedang berkembang dan menjamur. Misalnya; sekolah plus, sekolah unggulan, sekolah alam, sekolah terpadu, sekolah eksperimen (*laboratorium*), sekolah full day,

⁶¹Jamal Ma'mur Asmani. 2017. *Full Day School Konsep Manajemen & Quality Control*.(Yogyakarta : Ar.Ruzz Media), hlm. 16-17.

dan label -label lain yang melekat pada sekolah yang diasumsikan dengan “sekolah unggulan”.⁶²

Sedangkan Menurut Syafrida Siregar (2017) yang membelakangi munculnya tuntutan *full day school* di Indonesia antara lain: Pertama, minimnya waktu orang tua di rumah berinteraksi dengan anak dikarenakan kesibukan dari tuntutan pekerjaan. Kedua, meningkatnya single parents dan banyaknya aktivitas orang tua yang kurang memberikan perhatian pengawasan dan keamanan, serta kenyamanan terhadap segala tuntutan kebutuhan anak, terutama bagi anak usia dini. Ketiga, perlunya formulasi jam tambahan keagamaan bagi anak dikarenakan minimnya waktu orang tua bersama anak. Keempat, peningkatan kualitas pendidikan sebagai sebuah alternatif solusi terhadap berbagai permasalahan kemerosotan bangsa, terutama akhlak. Kelima, semakin canggihnya dunia komunikasi, membuat dunia seolah-olah tanpa batas (*borderless world*) yang dapat mempengaruhi perilaku anak jika tidak mendapat pengawasan dari orang dewasa.⁶³

3. Tujuan Full Day School

Berbicara masalah tujuan *full day school* (FDS) tidak lepas dari tujuan pendidikan itu sendiri yaitu pendidikan merupakan hasil akhir yang diharapkan oleh suatu tindakan mendidik. Mendidik merupakan

⁶², M. Zainuddin Alanshori. 2016. “Efektifitas Pembelajaran Full Day School Terhadap Prestasi Belajar Siswa.” *Jurnal Akademika, Volume 10, Nomor 1, Juni*. Fakultas Agama Islam Universitas Islam Lamongan, hlm. 138.

⁶³Lis Yulianti Syafrida Siregar. 2017.” Full Day School Sebagai Penguatan Pendidikan Karakter (Perspektif Psikologi Pendidikan Islam).” *Fikrotuna: Jurnal Pendidikan dan Manajemen Islam. Volume. 05, No. 02 Juli*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, hlm. 308

tindakan sengaja untuk mencapai tujuan pendidikan. Sedangkan tujuan di dalam pendidikan merupakan suatu hal yang sangat urgen sebab pendidikan tanpa sebuah tujuan bukanlah dikatakan sebagai pendidikan.

Di dalam suatu organisasi pendidikan, tujuan pendidikan telah terumuskan dalam berbagai tingkat tujuan, yaitu:

1. Tujuan Pendidikan Nasional
2. Tujuan Institusional
3. Tujuan kurikulum
4. Tujuan Instruksional (pengajaran)

Semua tujuan tersebut di atas merupakan suatu urutan yang hirarki yang saling mendukung antara tujuan yang satu dengan yang lainnya, serta tujuan nasional sebagai *ending*, sehingga semua rumusan tujuan pendidikan dari tingkat dasar sampai tingkat perguruan tinggi harus berpijak dan berdasar kepada tujuan pendidikan nasional.⁶⁴

Sedangkan tujuan sistem pendidikan *full day school* adalah untuk memberikan dasar yang kuat untuk mengembangkan dan meningkatkan kecerdasan/*Inteligensi Quotient (IQ)*, *Emotional Quotient (EQ)*, *Spiritual Quotient (SQ)* dengan berbagai inovasi yang efektif dan aktual. Kurikulumnya didesain untuk menjangkau masing-masing bagian dari perkembangan ini yakni untuk mengembangkan kreatifitas yang

⁶⁴ M. Zainuddin Alanshori. 2016. “Efektifitas Pembelajaran Full Day School Terhadap Prestasi Belajar Siswa.” hlm. 138.

mencakup integritas dan kondisi tiga ranah (ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik).

Adapun proses inti sistem pembelajaran *full day school* antara lain: *Pertama*, Proses pembelajaran yang berlangsung secara aktif, kreatif, transformatif sekaligus intensif. Sistem persekolahan dengan pola *full day school* mengindikasikan proses pembelajaran yang aktif dalam artian mengoptimalkan seluruh potensi untuk mencapai tujuan pembelajaran secara optimal baik dalam pemanfaatan sarana dan prasarana di lembaga dan mewujudkan proses pembelajaran yang kondusif demi pengembangan potensi siswa yang seimbang. *Kedua*, Proses pembelajaran yang dilakukan selama aktif sehari penuh tidak memforsir siswa pada pengkajian, penelaahan yang terlalu menjenuhkan. Akan tetapi, yang difokuskan adalah sistem relaksasinya yang santai dan lepas dari jadwal yang membosankan. Dalam sistem ini, diterapkan juga format game (bermain), dengan tujuan agar proses belajar mengajar penuh dengan kegembiraan, penuh dengan permainan-permainan yang menarik bagi siswa untuk belajar.⁶⁵

Adapun konsep pembelajaran sistem *full day school* pada dasarnya menggunakan sistem *integrated curriculum dan integrated activity* yang merupakan bentuk pembelajaran yang diharapkan dapat membentuk seorang anak (siswa) yang berintelektual tinggi yang dapat memadukan aspek keterampilan dan pengetahuan dengan sikap yang baik dan

⁶⁵ Tristiyo Hendro Yuwono. 2017. "Full Day School : Realisasi Pembentukan Karakter Anak." *Jurnal Pigur Volum 01, Nomor 01, Januari*. hlm .75-76.

Islami. Dengan adanya garis-garis besar program dalam sistem *full day school*, sekolah yang melaksanakan program ini diharapkan dapat mencapai target tujuan yang ingin dicapai oleh lembaga pendidikan yang melaksanakan sistem *full day school*.⁶⁶

Jadi yang dimaksud dengan tujuan program *full day school* di sini adalah hasil akhir yang diharapkan oleh lembaga pendidikan tertentu atas usaha intensifikasi faktor pendidikan dalam proses belajar mengajar di sekolah. *Full day school* merupakan suatu sistem pembelajaran yang dilaksanakan secara penuh, di mana aktivitas anak banyak dilakukan di sekolah daripada di rumah. Konsep dasar dari *full day school* adalah *integrated curriculum dan integrated activity* yang merupakan bentuk pembelajaran yang diharapkan dapat membentuk seorang anak (siswa) yang berintelektual tinggi yang dapat memadukan aspek keterampilan dan pengetahuan dengan sikap yang baik.⁶⁷ Dengan adanya garis-garis besar program dalam sistem *full day school*, sekolah yang melaksanakan program ini diharapkan dapat mencapai target tujuan yang ingin dicapai oleh lembaga pendidikan yang melaksanakan sistem *full day school*.⁶⁸

Full day school selain bertujuan mengembangkan mutu pendidikan yang paling utama adalah *full day school* bertujuan sebagai salah satu upaya pembentukan akidah dan akhlak siswa dan

⁶⁶ M. Zainuddin Alanshori. 2016. “Efektifitas Pembelajaran Full Day School Terhadap Prestasi Belajar Siswa.” hlm. 138.

⁶⁷ Lis Yulianti Syafrida Siregar. 2017. “Full Day School Sebagai Penguatan Pendidikan Karakter (Perspektif Psikologi Pendidikan Islam).” *Fikrotuna: Jurnal Pendidikan dan Manajemen Islam*. Volume. 05, No. 02 Juli. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

⁶⁸ M. Zainuddin Alanshori. 2016 “Efektifitas Pembelajaran Full Day School terhadap Prestasi Belajar Siswa.” hlm. 138.

menanamkan nilai-nilai positif. *Full day school* merupakan manifestasi belajar tanpa batas. Hal ini sangat relevan dengan Pendidikan Islam yang berlandaskan Al Qur'an dan Hadist.⁶⁹

Adapun garis-garis besar program *full day school* adalah sebagai berikut:

a. Pembentuk sikap yang Islami

1. Pengetahuan dasar tentang Iman, Islam dan Ihsan
2. Pengetahuan dasar tentang akhlak terpuji dan tercela
3. Kecintaan Kepada Allah dan Rosulnya
4. Kebanggaan terhadap Islam dan semangat memperjuangkan.

b. Pembiasaan Berbudaya Islam

- 2) Gemar beribadah
- 3) Gemar belajar
- 4) Disiplin
- 5) Kreatif
- 6) Mandiri
- 7) Hidup bersih dan sehat
- 8) Adab-adab Islam

c. Penguasaan Pengetahuan dan Keterampilan

- 1) Pengetahuan materi-materi pokok program pendidikan
- 2) Mengetahui dan terampil dalam beribadah sehari-hari.
- 3) Mengetahui dan terampil baca dan tulis Al-Qur'an

⁶⁹ Prosiding Seminar Nasional Pendidikan . 2017 “Penerapan Full Day School dalam Multi Perspektif (*Manajemen, Karakter, Religi, Kultural, dan Sosial*)” yang diselenggarakan oleh Program Studi Manajemen Pendidikan Pascasarjana Universitas Negeri Malang.

4) Memahami secara sederhana ia kandungan amaliyah sehari-hari.

4. Keunggulan dan Kelemahan Full Day School

Sebagai sebuah terobosan progresif dalam dunia pendidikan. *Full day school* menarik banyak orang tua yang mempunyai mobilitas tinggi atau orang tua yang menyadari tantangan zaman yang semakin berat di mana peran orang tua sudah tidak dominan lagi dalam pendidikan anak. Daya tarik *full day school* tidak lepas dari berbagai keunggulan dan keistimewaannya, yakni:

1. Optimalisasi pemanfaatan waktu
2. Intensif menggali dan mengembangkan bakat
3. Menanamkan pentingnya proses
4. Fokus dalam belajar
5. Memaksimalkan potensi
6. Mengembangkan kreatifitas
7. Anak terkontrol dengan baik⁷⁰

Lebih lanjut Alanshori,⁷¹ menambahkan keunggulan dan keistimewaan Sistem *full day school* (FDS) sebagai berikut:

1. Sistem *full day school* lebih memungkinkan terwujudnya pendidikan utuh. Benyamin S. Blom menyatakan bahwa sasaran pendidikan meliputi tiga bidang yakni kognitif, afektif dan psikomotorik. Karena melalui sistem asrama dan pola *full day school* tendensi ke arah

⁷⁰ Jamal Ma'mur Asmani. 2017. *Full Day School Konsep Manajemen & Quality Control*.... hlm.31-45.

⁷¹ M. Zainuddin Alanshori. 2016. *Efektifitas Pembelajaran Full Day School terhadap Prestasi Belajar Siswa*.... hlm. 140.

penguatan pada sisi kognitif saja dapat lebih dihindarkan, dalam arti aspek afektif siswa dapat lebih diarahkan demikian juga pada aspek psikomotoriknya.

2. Sistem *full day school* lebih memungkinkan terwujudnya efektivitas proses edukasi. Karena dalam *full day school* segala proses pendidikannya lebih mudah dipantau.
3. Sistem *full day school* merupakan lembaga yang terbukti efektif dalam mengaplikasikan kemampuan siswa dalam segala hal, seperti aplikasi bahasa asing yang mencakup semua ranah naik *kognitif*, afektif maupun *psikomotorik*.
4. Sistem *full day school* merupakan sistem pendidikan yang terbukti efektif dalam mengaplikasikan kemampuan siswa dalam segala hal, seperti aplikasi Pendidikan Agama Islam (PAI) yang mencakup semua aspek baik itu ranah kognitif, afektif, dan psikomotor.⁷²

Selain itu. Asmani (2017) menambahkan manfaat *full day school*, yakni, Pertama, anak-anak jelas akan mendapatkan metode pembelajaran yang bervariasi dan lain daripada sekolah dengan program reguler. Kedua, orang tua tidak akan merasa khawatir karena anak-anak akan berada seharian di sekolah yang artinya sebagian besar waktu anak adalah untuk belajar. Ketiga, orang tua tidak akan takut anak akan terkena pengaruh negatif karena untuk masuk ke sekolah tersebut biasanya dilakukan tes (segala macam tes) untuk menyaring anak-anak dengan kriteria khusus IQ

⁷² Prosiding Seminar Nasional Pendidikan . 2017. “Penerapan Full Day School dalam Multi Perspektif (Manajemen, Karakter, Religi, Kultural, dan Sosial)”.

yang memadai, kepribadian yang baik, dan motivasi belajar yang tinggi. Keempat, tentu saja akan meningkatkan gengsi orangtua yang memiliki orientasi terhadap hal-hal yang sifatnya prestisius. Kelima, obsesi orangtua akan keberhasilan pendidikan anak (karena mereka berpikir jika anak mau pandai harus dicarikan sekolah yang bagus, dan sekolah bagus itu adalah yang mahal) memiliki peluang besar untuk tercapai.⁷³

Namun demikian, ada kelemahan *full day school* (FDS) antara lain:

1. Sistem *full day school* menimbulkan rasa bosan pada siswa, maka sistem pembelajaran dengan pola *full day school* membutuhkan kesiapan baik, fisik, psikologis, maupun intelektual yang bagus. Jadwal kegiatan pembelajaran yang padat dan penerapan sanksi yang konsisten dalam batas tertentu akan menyebabkan siswa menjadi jenuh.
2. Sistem *full day school* memerlukan perhatian dan kesungguhan manajemen untuk lebih menciptakan inovasi-inovasi yang baru dan beda.⁷⁴
3. Hendaknya tenaga pengajar (pendidik) profesional, dan kompeten di bidangnya.⁷⁵

Asmani (2017) menambahkan bahwa sistem *full day school* mempunyai kelemahan, yakni;

1. Minimnya sosialisasi dan kebebasan

⁷³ Asmani. 2017. *Full Day School Konsep Manajemen & Quality Control*...hlm.23-24.

⁷⁴ M. Zainuddin Alanshori. 2016. "Efektifitas Pembelajaran Full Day School terhadap Prestasi Belajar Siswa..... hlm. 140.

⁷⁵ Prosiding Seminar Nasional Pendidikan. 2017. "Penerapan Full Day School dalam Multi Perspektif (*Manajemen, Karakter, Religi, Kultural, dan Sosial*)". hlm. 288.

2. Minimnya kebebasan

3. Egoisme.⁷⁶

Lebih dari pada itu, dari kacamata anak-anak, melihat hanya hebat yang kuat dengan stimulus sekolah yang beragam mendominasi waktu mereka sehari-hari. Mereka rela kehilangan waktu bermain dan mengeksplorasi hal-hal lain liar tanpa dibatasi aturan-aturan formal yang sering kali menjemukan bagi anak. Sistem pendidikan tersebut (*full day school*) memang seolah-olah menyesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak, tetapi penerapan *full day* sendiri sudah tidak adaptif lagi dengan karakteristik perkembangan anak-anak.

Hal yang lain, anak-anak akan banyak kehilangan waktu di rumah dan belajar tentang hidup bersama keluarganya. Sore hari anak-anak akan pulang dalam keadaan lelah dan mungkin tidak berminat lagi untuk bercengkaraman dengan keluarga. Padahal, sesungguhnya sekolah terbaik itu ada di dalam rumah dan pada keluarga.⁷⁷

B. Kelelahan Belajar

1. Pengertian Kelelahan Belajar

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia (KBBI), pengertian kelelahan yaitu perihal (keadaan) lelah, kepenatan, kepayahan. Lelah pada setiap orang akan memiliki arti tersendiri dan tentu saja subyektif sifatnya. Lelah pada umumnya diartikan dengan menurunnya efisiensi dan berkurangnya ketahanan dalam bekerja. Kadangkala istilah ini

⁷⁶ Asmani. 2017. *Full Day School Konsep Manajemen & Quality Control*....hlm. 49-51.

⁷⁷ Asmani. 2017. *Full Day School Konsep Manajemen & Quality Control*....hlm. 24.

digunakan untuk menunjukkan rasa payah dan letih yang menunjukkan menurunnya *output* dan menunjuk pada kondisi fisiologis kelelahan sebagai akibat dari aktifitas yang terus-menerus.⁷⁸

Menurut Tarwaka dkk. (2004:93) kelelahan merupakan suatu mekanisme perlindungan agar terhindar dari kerusakan lebih lanjut, sehingga dengan demikian terjadilah pemulihan setelah istirahat. Kelelahan (*fatigue*) merupakan suatu perasaan yang subyektif. Kelelahan kerja adalah suatu kondisi yang disertai penurunan efisiensi dan kebutuhan dalam bekerja.

Menurut Suma'mur (2009), kata lelah (*fatigue*) menunjukkan keadaan fisik dan mental yang berbeda, akan tetapi tidak semuanya berakibat pada turunnya daya kerja dan berkurangnya ketahanan tubuh untuk bekerja.⁷⁹

Kelelahan merupakan masalah yang dapat mengancam kualitas hidup, karena kelelahan dapat menyebabkan konsentrasi menurun pada saat bekerja yang nantinya akan mengakibatkan kecelakaan kerja terjadi (Aisbett and Nichols, 2007).⁸⁰

Berdasarkan penjelasan di atas, bahwa kelelahan adalah kehilangan efisiensi, penurunan kapasitas kerja, ketahanan tubuh dan semangat. Dalam

⁷⁸ Jamaluddin. 2015. "Pengaruh Kelelahan Kerja Dan Emosional Terhadap Kinerja Pustakawan Di UPT Perpustakaan Universitas Hasanuddin." *Jurnal JUPITER Vol. XIV No.1*. Universitas Hasanuddin hlm. 44.

⁷⁹Shintia Yunita Arini dan Endang Dwiyaniti. 2015. 'Analisis Faktor Yang Berhubungan terjadinya Kelelahan Kerja Pada Pengumpul Tol Di Perusahaan Pengembang Jalan Tol Surabaya.' *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health, Vol. 4, No. 2* .hlm. 113–122.

⁸⁰ Agustina Zahrotun Nisa', Tri Martiana. 2013. " Faktor Mempengaruhi Keluhan Kelelahan Pada Teknisi Gigi Di Laboratorium Gigi Surabaya." *jurnal The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health, Vol. 2, No. 1 Jan-Jun*. Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga. hlm. 62.

kondisi lelah perasaan subjektif mengenai kelelahan menjadi dominan. Perasaan lelah sebenarnya merupakan perlindungan dari keterbatasan kemampuan fisik untuk menghindari kerusakan fisik, ketegangan, dan gangguan-gangguan psikologis lebih lanjut, dan sekaligus, memberikan peringatan untuk istirahat, agar fisik mempunyai kesempatan untuk memulihkan energi. Dalam belajar-pun merupakan satu di antara yang menentukan kualitas belajar siswa dalam proses belajar mengajar.

2. Macam-Macam Kelelahan

Agustina Zahrotun Nisa', Tri⁸¹ membedakan Kelelahan menjadi dua yaitu kelelahan mental dan kelelahan fisik. Kelelahan mental biasa disebut kelelahan umum sedangkan kelelahan fisik biasa disebut kelelahan otot. Kelelahan umum biasanya ditandai dengan rasa malas untuk melakukan suatu pekerjaan sedangkan kelelahan otot biasa ditandai dengan nyeri otot atau tegang pada otot (Hallowell, 2010).

Sedangkan, Ulfiani Rahman dan Rini alriani⁸² membagi kelelahan menjadi dua: Pertama Kelelahan Fisik. Kelelahan fisik merupakan suatu mekanisme lindungan agar tubuh terhindar dari kerusakan lebih lanjut, sehingga akan terjadi pemulihan. Adapun kelelahan secara umum adalah keadaan tenaga kerja yang ditandai oleh adanya perasaan kelelahan dan penurunan kesigapan kerja, bersifat kronis serta

⁸¹ Agustina Zahrotun Nisa', Tri Martiana " Faktor Mempengaruhi Keluhan Kelelahan Pada Teknisi Gigi Di Laboratorium Gigi Surabaya."... hlm. 62.

⁸² Ulfiani Rahman dan Rini alriani. 2013. "Penagaruh Kelelahan Fisik Dan Kelelahan Psikis terhadap Hasil Belajar Fisika Dasar I Mahasiswa Pendidikan Fisika UIN Alaudin Makasar Angkatan 2010-2013." *Jurnal Pendidikan Fisika Vol. 3 No. 1 ISSN 2407-6031*. Jurusan Pendidikan Fisika, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, UIN Alaudin Makasar. hlm. 74.

merupakan suatu fenomenan psikososial. Kelelahan kerja menyebabkan penurunan kinerja yang dapat berakibat pada peningkatan kesalahan kerja, ketidakhadiran, keluar kerja, kecelakaan kerja dan berpengaruh perilaku kerja (Ikhran, 2012). Penyebab tanda-tanda kelelahan fisik yaitu hambatan terhadap fungsi-fungsi kesadaran otak dan perubahan-perubahan pada organ di luar kesadaran serta proses pemulihan. Orang-orang menunjukkan penurunan perhatian, perhambatan dan perlambatan persepsi, lambat dan sukar berfikir, penurunan kemampuan atau dorongan untuk bekerja dan kurangnya efesiensi kegiatan fisik dan mental (Ikhran, 2012).

Kedua, Kelelahan Psikis. Kelelahan psikis adalah kelelahan yang terjadi karena mereka sukar bekerja keras, merasa bersalah, merasa tidak berdaya, merasa tidak ada harapan, kesedihan mendalam, merasa malu dan membentuk lingkaran dan menghasilkan perasaan lelah yang tidak nyaman yang pada gilirannya meningkatkan rasa kesal (Yuni, 2013).

Lebih lanjut, Alanshori⁸³ membagikan kelelahan menjadi 2, yaitu kelelahan jasmani dan rohani. Adapaun Kelelahan jasmani terlihat dengan lemah lunglainnya tubuh dan timbul kecenderungan untuk memberingkan tubuh. Kelelahan jasmani terjadi karena kekacauan substansi sisa pembakaran didalam tubuh, sehingga darah kurang lancar pada bagian tertentu. Sedangkan kelelahan rohani dapat dilihat dengan

⁸³ M. Zainuddin Alanshori. 2016. “ Efektifitas Pembelajaran Full Day School terhadap Prestasi Belajar Siswa.”... hlm. 140.

adanya kelesuhan dan kebosanan, sehingga minat dan dorongan untuk menghasilkan sesuatu hilang. Hal ini akan mempengaruhi belajar

Ada 3 aspek kelelahan, yaitu: kelelahan fisiologis (*physiological fatigue*) berupa penurunan kapasitas fisik; kelelahan objektif (*objective fatigue*) yang ditandai dengan penurunan kinerja; dan kelelahan subjektif (*subjective fatigue*) berupa perasaan letih. Setiap respon dari tingkatan kelelahan mempunyai metode evaluasi tersendiri (Åhsberg, 1998).⁸⁴

3. Faktor-Faktor Penyebab Kelelahan

Setyawati (2010), menjelaskan faktor penyebab kelelahan antara lain faktor individu, faktor pekerjaan, faktor lingkungan dan faktor psikologis.⁸⁵

Secara fisik indikator kelelahan antara lain;

1. Umur. kapasitas fisik seperti penglihatan, pendengaran, dan kecepatan reaksi menurun setelah berumur 40 tahun. Semakin tua seseorang tingkat kesegaran jasmaninya semakin berkurang karena kondisi fisik menurun sehingga menyebabkan lebih cepat terjadi kelelahan dibandingkan tenaga kerja yang lebih mudah.
2. Beban Kerja. Beban kerja adalah volume pekerjaan yang dibebankan kepada tenaga kerja baik berupa fisik maupun mental dan menjadi

⁸⁴ Gurdani Yogisutanti. 2016. Pengembangan Instrumen Kelelahan Kerja Fisik dan Psikologis pada Dosen Program Studi S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat. " *Immanuel Jurnal Ilmu Kesehatan Volume 10, Nomor 1, Juni*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Immanuel Bandung,

⁸⁵ Shintia Yunita Arini dan Endang Dwiyaniti. 2015. " *Analisis Faktor Yang Berhubungan Terjadinya Kelelahan Kerja Pada Pengumpul Tol Di Perusahaan Pengembang Jalan Tol Surabaya.....* hlm. 113–122.

tanggung jawabnya. Dalam hal ini harus ada keseimbangan antara beban kerja dengan kemampuan individu agar tidak terjadi hambatan ataupun kegagalan dalam pelaksanaan pekerjaan. Seorang tenaga kerja mempunyai kemampuan tersendiri dalam hubungannya dengan beban kerja, mungkin di antara pekerjaan ada yang cocok untuk beban fisik, mental atau sosial.

3. Stres. Stres merupakan suatu keadaan di mana seseorang mengalami ketegangan karena adanya kondisi yang mempengaruhi dirinya, kondisi-kondisi tersebut dapat diperoleh dari dalam maupun dari dalam diri seseorang. Stres mempunyai potensi untuk mendorong atau mengganggu pelaksanaan kerja, tergantung seberapa besar tingkat stress. Bila tidak ada stres, tantangan-tantangan kerja juga tidak ada, dan prestasi kerja cenderung rendah. Sejalan dengan meningkatnya stres, prestasi kerja cenderung naik, karena stres membantu karyawan untuk mengerahkan segala sumber daya. Bila stres terlalu besar, prestasi kerja akan mulai menurun, karena stres mengganggu pelaksanaan pekerjaan. Karyawan akan mulai kehilangan kemampuannya untuk mengendalikannya dan menjadi tidak mampu mengambil keputusan. Akibatnya adalah prestasi kerja menjadi nol, dan karyawan mengalami gangguan, menjadi sakit dan tidak kuat lagi bekerja (mengalami kelelahan kerja).
4. Lama Kerja. Lama kerja sehari dianggap ideal 8 jam sehari atau 40 jam seminggu. Memperpanjang waktu kerja lebih dari kemampuan

biasanya tidak disertai efisiensi yang tinggi bahkan biasanya terjadi penurunan produktivitas⁸⁶

Lebih lanjut, Houkes (dalam Putri: 2012)⁸⁷ menguraikan faktor-faktor yang menyebabkan kelelahan emosional yaitu:

- a. Beban kerja (*workload*), yaitu tekanan yang timbul dari pekerjaan yang dikerjakan seseorang.
- b. Tekanan waktu (*Time Pressure*), yaitu timbul dari ketegangan yang dihadapi oleh seseorang dalam menyelesaikan pekerjaannya, di mana ketegangan itu dapat timbul dari sebuah tuntutan penyelesaian pekerjaan (*deadline*).
- c. Kurangnya dukungan sosial (*Lack of Social Support*) yaitu keadaan di mana terjadi kekurangan terhadap dukungan dari orang-orang di sekitarnya untuk melakukan pekerjaan.
- d. Stress karena peran (*Role Stress*), diartikan bahwa seseorang mengalami sebuah ambiguitas terhadap pekerjaannya dan tengah menghadapi konflik dalam pekerjaannya.

C. Fase Perkembangan Usia Anak Sekolah Dasar

1. Pengertian perkembangan

Perkembangan adalah bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dari kemajuan yang

⁸⁶Jamaluddin. 2015. "Pengaruh Kelelahan Kerja Dan Emosional Terhadap Kinerja Pustakawan."... hlm. 46.

⁸⁷Meilantifa. 2018. "Pengaruh Kelelahan Emosional Dan Motivasi Belajar Siswa terhadap Hasil Belajar Matematika." *jurnal INOVASI, Volume XX, Nomor 1, Januari*. Program Studi Pendidikan Matematika Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. hlm. 27.

sederhana ke keterampilan yang lebih kompleks melalui proses belajar. Abdul Hamid al-Shaid al-Bantani (1993:50) dalam buku *Usus al-Tarbiyah al-Islamiyah fi Sunnah Nabawiyah*, menyebutkan istilah perkembangan (*al-numuw*) menurut bahasa (etimologis) bermakna *al-ziyadah* (bertambah), *al-katsrah* (bertambah banyak), *al-irtifa'* (*bertambah tinggi*), sehingga dikatakan perkembangan, yakni bertambah banyak, dan makin tinggi. Sedangkan dalam pengertian terminologis, perkembangan adalah bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks, dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan. Perkembangan menyakutkan adanya diferensiasi dari sel-sel tubuh, jaringan tubuh, organ-organ dan sistem organ berkembang sedemikian rupa, sehingga masing-masing dapat memenuhi fungsinya. Jadi tidak saja meliputi aspek yang bersifat konkret tetapi juga meliputi aspek yang bersifat abstrak seperti pikiran dan pengetahuan.⁸⁸

Menurut, Seilfert & Hoffnung (1994) mendefinisikan perkembangan sebagai “*long-term changes in person’s growth, feelings, patterns of thinking, social relationships, and motor skills.*” Sementara itu, Chalin (2002) mengartikan perkembangan sebagai : (1) perubahan yang berkesinambungan dan progresif dalam organisme, dari lahir sampai mati, (2) pertumbuhan, (3) perubahan dalam integrasi dari bagian-bagian jasmaniah ke dalam bentuk dan dalam fungsional, (4)

⁸⁸ Herri Gunawan. 2014. *Pendidikan Islam ; kajian teori dan pemikiran tokoh.* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya), hlm.223-224.

kedewasaan dan kemunculan pola-pola asasi dari tingkah laku yang tidak dipelajari.⁸⁹

Menurut Reni Akbar Hawadi (2001), “Perkembangan secara luas menunjukkan pada keseluruhan proses perubahan dari potensi yang dimiliki individu dan tampil dalam kualitas kemampuan, sifat dan ciri-ciri yang baru. Di dalam istilah perkembangan juga tercakup konsep usia, yang diawali dari saat pembuahan dan berakhir dengan kematian.”⁹⁰

Menurut F.J. Monks, dkk., (2001), pengertian perkembangan menunjukkan pada “Suatu proses ke arah yang lebih sempurna dan tidak begitu saja dapat diulang kembali. Perkembangan menunjukkan pada perubahan yang bersifat tetap dan tidak dapat diputar kembali.” Perkembangan juga dapat diartikan sebagai “proses yang kekal dan tetap yang menuju ke arah suatu organisasi pada tingkat integrasi yang lebih tinggi, berdasarkan pertumbuhan, pemasakan, dan belajar.”

Santrock (1996), menjelaskan pengertian perkembangan sebagai berikut: *Development is the pattern of change that begins at conception and continues through the life span. Most development involves growth, although it includes decay (as in death and dying). The pattern of movement is complex because it is product of several processes – biological, cognitive, and socioemotional.*⁹¹

⁸⁹ Desmita, 2017. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. (Bandung: Remaja Rosdakarya), cet ke-7, hlm. 8.

⁹⁰ Noer Rohmah. 2015. *Psikologi Pendidikan*. (Yogyakarta : Kalimedia), hlm. 50.

⁹¹ Desmita.2017. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*hlm.9.

Menurut Syah (2014), menjelaskan perkembangan (*development*) adalah peros atau tahapan pertumbuhan ke arah yang lebih maju.⁹² Pada sisi lain Wasty S, mengatakan bahwa perkembangan yaitu perubahan kualitatif dari setiap fungsi kepribadian akibat dari pertumbuhan dan belajar.⁹³

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa perkembangan tidaklah terbatas pada pengertian pertumbuhan yang semakin membesar, di dalamnya juga terkandung serangkaian perubahan yang berlangsung secara terus menerus dan bersifat tetap dari fungsi-fungsi jasmaniah dan rohaniah yang dimiliki individu menuju ke tahap kematangan melalui pertumbuhan, pemaksaan, dan belajar, secara sistematis, progresif, dan berkesinambungan. Begitu juga anak usia sekolah dasar juga mengalami perkembangan atau perubahan sebagai guru sebaik mengetahui dan memahami perkembangan terhadap peserta didiknya sehingga mampu memberi pelayanan pendidikan sesuai dengan tingkatan perkembangan peserta didik yang dihadapinya.

Berkaitan perkembangan peserta didik secara umum dapat dikelompokkan menjadi tiga aspek perkembangan, yaitu

⁹² Muhibbin Syah. 2014. *Psikologi Pendidikan dengan pendekatan baru*.(Bandung: PT Remaja Rosdakarya), hlm.40.

⁹³ Noer Rohmah. 2015. *Psikologi Pendidikan...* hlm. 50.

1. Perkembangan aspek fisik

Perkembangan fisik atau yang disebut juga pertumbuhan biologis (*biological growth*) meliputi perubahan-perubahan dalam tubuh (seperti: pertumbuhan otak, sistem saraf, organ-organ indrawi, penambahan tinggi dan berat, hormone, dll), dan perubahan-perubahan dalam cara individu dalam menggunakan tubuhnya (seperti: perkembangan keterampilan motorik dan perkembangan seksual), serta perubahan dalam kemampuan fisik (seperti : penurunan fungsi jantung, penglihatan dan sebagainya).

2. Perkembangan aspek kognitif

Perkembangan kognitif adalah salah satu aspek perkembangan peserta didik yang berkaitan dengan pengertian (pengetahuan), yaitu semua proses psikologis yang berkaitan dengan bagaimana individu mempelajari dan memikirkan lingkungannya. Perkembangan kognitif ini meliputi perubahan pada aktivitas mental yang berhubungan dengan persepsi, pemikiran, ingatan, keterampilan berbahasa dan pengolahan informasi yang memungkinkan seseorang memperoleh pengetahuan, memecahkan masalah, dan merencanakan masa depan, atau semua proses psikologis yang berkaitan dengan bagaimana individu mempelajari, memperhatikan, mengamati, membayangkan, memperkirakan, menilai dan memikirkan lingkungannya.

3. Perkembangan aspek psikososial

Perkembangan aspek psikososial adalah proses perubahan kemampuan peserta didik untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Dalam proses perkembangan ini peserta didik diharapkan mengerti orang lain, yang berarti mampu menggambarkan ciri-cirinya, mengenali apa yang dipikirkan, dirasakan dan diinginkan serta dapat menempatkan diri pada sudut pandangan orang lain, tanpa kehilangan dirinya sendiri, meliputi perubahan pada relasi individu dengan orang lain, perubahan pada emosi dan perubahan kepribadian.⁹⁴

Sedangkan Marliani, 2016⁹⁵ membagi aspek-aspek perubahan dalam masa perkembangan anak sebagai berikut:

1. Perkembangan fisik

Pertumbuhan dan perkembangan fisik secara langsung akan mempengaruhi keterampilan anak dalam bergerak. Adapun secara tidak langsung, pertumbuhan dan perkembangan fisik akan membantu anak untuk memahami dirinya dan cara ia memandang orang lain. Perkembangan fisik (*motorik*) merupakan proses tumbuh kembang gerak seorang anak.

2. Perkembangan emosi

Berbagai penelitian membuktikan bahwa semua emosi berperan penting, dalam kehidupan anak, terutama dalam penyesuaian pribadi dan sosial yang dilakukan anak.

⁹⁴ Desmita. 2017. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*.... hlm. 33-34.

⁹⁵ Rosleny Marliani. 2016. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. (Bandung: CV Pustaka Setia), hlm. 60-63.

Perkembangan emosi meliputi kemampuan anak untuk mencintai, merasa nyaman, berani, gembira, takut, marah, serta bentuk emosi lainnya. Misalnya, jika anak mendapat curahan kasih sayang, ia akan menyayangi.

3. Perkembangan kognitif

Pada aspek kognitif, perkembangan anak terlihat pada kemampuannya dalam menerima, mengolah, dan memahami informasi yang sampai kepadanya.

4. Perkembangan psikososial

Aspek psikososial berkaitan kemampuan anak untuk berinteraksi dengan lingkungan. Misalnya, kemampuan anak untuk menyapa dan bermain bersama teman-teman sebayanya.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan

Berbicara masalah perkembangan tiap-tiap individu tidak sama. Hal sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor-faktor. Secara garis besarnya, Umi Latifa, (2017) membagi dua faktor, pertama, faktor genetik/hereditas merupakan faktor internal yang berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan individu. Hereditas sendiri dapat diartikan sebagai totalitas karakteristik individu yang diwariskan orang tua. Sejalan dengan itu, faktor genetik dapat diartikan sebagai segala potensi (baik fisik maupun psikis) yang dimiliki individu sejak masa prakelahiran sebagai pewarisan dari pihak orang tua melalui gen-gen (Yusuf, 2011). Dari definisi tersebut, yang perlu digaris

bawahi adalah faktor ini bersifat potensial, pewarisan/bawaan dan alamiah (*nature*).

Kedua, faktor lingkungan (*nurture*), lingkungan merupakan faktor eksternal yang turut membentuk dan mempengaruhi perkembangan individu (Retno, 2013). Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, bahwa faktor genetik bersifat potensial dan lingkungan yang akan menjadikannya aktual. Ada beberapa faktor lingkungan yang sangat menonjol yakni dalam lingkungan keluarga. Menurut Yusuf (2011) alasan tentang pentingnya peranan keluarga bagi perkembangan anak, adalah: (a) keluarga merupakan kelompok sosial pertama yang menjadi pusat identifikasi anak; (b) keluarga merupakan lingkungan pertama yang mengenalkan nilai-nilai kehidupan kepada anak; (c) orang tua dan anggota keluarga merupakan “*significant people*” bagi perkembangan kepribadian anak; (d) keluarga sebagai institusi yang memfasilitasi kebutuhan dasar insani (manusiawi), baik yang bersifat fiktif biologis, maupun sosio-psikologis; dan (e) anak banyak menghabiskan waktunya di lingkungan keluarga.⁹⁶

Sedangkan Desmita (2017) membedakan tiga faktor; yaitu 1) Faktor yang berasal dari dalam diri individu (bakat atau bawaan, sifat-sifat atau keturunan, dorongan dan insting), 2) Faktor yang berasal dari luar diri individu (makanan, iklim, kebudayaan, ekonomi,

⁹⁶ Umi Latifa. 2017. “Aspek Perkembangan pada Anak Sekolah Dasar: Masalah dan Perkembangannya.” *Academica jurnal of multidisciplinary studies - Vol. 1 No. 2, Juli – Desember. ISSN: 2579-9703 (P) | ISSN: 2579-9711 (E)* IAIN Surakarta.

kedudukan anak dalam lingkungan keluarga), 3) Faktor –faktor umum (intelegensi, jenis kelamin, kelenjar gondok, kesehatan, ras).⁹⁷

Izzaty, menambahkan bahwa perkembangan anak dipengaruhi oleh pengalaman (*experience*), belajar (*learning*), dan kematangan (*maturation*).⁹⁸

Adapun berdasarkan pendapat atau aliran yang dapat mempengaruhi perkembangan manusia atau anak sebagai berikut:

a. Teori Empirisme

Teori empirisme disebut juga teori tabularasa dan invironmentalisme. Teori ini dipelopori oleh John Locke (1632-1704). Teori ini beranggapan bahwa perkembangan individu ditentukan oleh lingkungannya. Teori ini beranggapan bahwa pembawaan itu tidak ada.

b. Teori Nativisme

Teori Nativisme dengan tokohnya Arthur Schopenhauer (1788-1880) beranggapan bahwa perkembangan individu semata-mata ditentukan oleh faktor-faktor yang dibawa sejak lahir (pembawaan).

c. Teori konvergensi

Teori konvergensi disebut juga teori interaksionisme. Teori ini dikemukakan oleh William Stern (1871-1939). Menurut Stern, perkembangan individu merupakan hasil perpaduan atau interaksi

⁹⁷Desmita.2017. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*.... hlm. 27-33.

⁹⁸Rita Eka Izzaty M.Si, Psi.2009. “Perkembangan Anak Usia 7 – 12 Tahun” Staf Pengajar UNY, Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan/Mei.

antara faktor bawaan dan faktor lingkungan. Pembawaan sudah ada pada tiap-tiap individu sejak kelahirannya dan pembawaan ini tidak dapat berkembang menjadi kecakapan nyata jika tanpa pengaruh lingkungan.⁹⁹

3. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar

Menurut Desmita (2017)¹⁰⁰ dan Febriani (2017)¹⁰¹ Kalau mengacu pada pembagian tahapan perkembangan anak. Berarti anak usia sekolah berada dalam dua masa perkembangan, yaitu masa kanak-kanak tengah (6-9 tahun), dan masa kanak-kanak akhir (10-12 tahun).

Anak-anak usia sekolah ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak-anak yang usianya lebih muda. Ia senang bermain, senang bergerak, senang bekerja dalam kelompok, dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Oleh karena itu, guru hendaknya mengembangkan pembelajaran yang mengandung unsur permainan, mengusahakan siswa berpindah atau bergerak, bekerja atau belajar dalam kelompok, serta memberikan kesempatan untuk terlibat langsung dalam pembelajaran.

Lebih lanjut, bahwa karakteristik peserta didik pada usia sekolah dasar adalah sebagai berikut:

1) Senang bermain.

Karakteristik ini menuntut guru Sekolah dasar untuk melaksanakan kegiatan pendidikan yang bermuatan permainan lebih –

⁹⁹ Roslenny Marliani. 2015. *Psikologi Peerkembangan*.... hlm. 28-29.

¹⁰⁰ Desmita.2017. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* hlm. 35.

¹⁰¹ Deni Febriani. 2017. *Psikologi Pembelajaran*. (Yogyakarta : Pustaka Pelajar), hlm. 19.

lebih untuk kelas rendah. Guru Sekolah dasar seyogyanya merancang model pembelajaran yang memungkinkan adanya unsur permainan di dalamnya.

2) Senang bergerak

Orang dewasa dapat duduk berjam-jam, sedangkan anak Sekolah dasar dapat duduk dengan tenang paling lama sekitar 30 menit. Oleh karena itu, guru hendaknya merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak berpindah atau bergerak. Menyuruh anak untuk duduk rapi untuk jangka waktu yang lama, dirasakan anak sebagai siksaan.

3) Anak senang bekerja dalam kelompok.

Dari pergaulannya dengan kelompok sebaya, anak belajar aspek-aspek yang penting dalam proses sosialisasi, seperti: belajar memenuhi aturan-aturan kelompok. Karakteristik ini membawa implikasi bahwa guru harus merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak untuk bekerja atau belajar dalam kelompok.

5) Senang merasakan atau melakukan/memperagakan sesuatu secara langsung. Ditinjau dari teori perkembangan kognitif, anak Sekolah dasar memasuki tahap operasional konkret. Dari apa yang dipelajari di sekolah, ia belajar menghubungkan konsep-konsep baru dengan konsep-konsep lama. Bagi anak sekolah dasar, penjelasan guru tentang materi pelajaran akan lebih dipahami jika anak melaksanakan sendiri, sama halnya dengan memberi contoh bagi orang dewasa. Dengan demikian

guru hendaknya merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak terlibat langsung dalam proses pembelajaran.¹⁰²

Menurut Marilani, (2015) orang tua, pendidik, dan ahli psikologi memberi label atau identitas pada periode akhir masa kanak-kanak. Identitas atau label mencerminkan ciri pentingnya dari periode akhir masa kanak-kanak ini.

1. Orang tua, terhadap akhir masa kanak-kanak merupakan usia yang menyulitkan. Disebabkan situasi pada masa ini anak tidak mau lagi menuruti perintah dan anak lebih banyak dipengaruhi oleh teman-teman sebaya dibandingkan dengan orang tua atau keluarga.
2. Pendidik, akhir masa kanak-kanak dengan usia sekolah dasar. Di samping itu, para pendidik juga memandang periode ini sebagai periode kritis dalam dorongan prestasi.
3. Ahli psikologi, akhir masa kanak-kanak adalah usia berkelompok, usia penyesuaian diri, usia kreatif, dan usia bermain.

Implikasi dari label perkembangan akhir masa kanak-kanak adalah sebagai berikut:

1. Untuk memperoleh tempat di dalam kelompok sosial, anak yang lebih besar harus menyelesaikan pelbagai tugas dalam perkembangan.
2. Kegagalan dalam pelaksanaannya mengakibatkan pola perilaku yang tidak matang sehingga sulit diterima oleh kelompok teman-teman sebayanya yang sudah menguasai tugas-tugas perkembangan tersebut.

¹⁰² Syamsu Yusuf. 2004. *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. (Bandung: Remaja Rosdakarya), hlm. 165-167.

3. Pengusaan ini menjadi tanggung jawab orang tua seperti tahun-tahun prasekolah.
4. Kematangan seksual anak laki-laki lebih lambat dari anak perempuan sehingga masa kanak-kanak yang dialami anak-laki-laki lebih lama.¹⁰³

Menurut E.B. Hurlock, sebagaimana yang dikutip Ramayulis (2015) bahwa karakteristik anak pada masa usia sekolah ini sebagai berikut:

- 1) Anak mulai bersekolah
- 2) Guru mulai menjadi pujaanya
- 3) Gigi tetap tumbuh
- 4) Anak mulai gemar membaca
- 5) Anak mulai malu apabila auratnya dilihat orang lain
- 6) Hubungan anak dengan ayahnya semakin erat
- 7) Anak suka sekali menghafal¹⁰⁴

Menurut Havighurst, tugas perkembangan anak usia sekolah dasar meliputi:

1. Menguasai keterampilan fisik yang diperlukan dalam permainan dan aktivitas fisik.
2. Membina hidup sehat.
3. Belajar bergaul dan bekerja dalam kelompok.
4. Belajar menjalankan peranan sosial sesuai dengan jenis kelamin.

¹⁰³ Marliani, Roslery. 2015. *Psikologi Peerkembangan*, h.137-138.

¹⁰⁴ Ramayulis, 2015. *Ilmu Pendidikan Islam*.(Jakarta : Kalam Mulia), hlm. 454.

5. Belajar membaca, menulis, dan berhitung agar mampu berpartisipasi dalam masyarakat.
6. Memperoleh sejumlah konsep yang diperlukan untuk berpikir efektif.
7. Mengembangkan kata hati, moral, dan nilai-nilai.
8. Mencapai kemandirian pribadi.¹⁰⁵

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Belajar

Belajar merupakan rangkaian kegiatan atau perbuatan yang berhubungan dengan banyak faktor. Sungguh tepat jika dikemukakan bahwa belajar bukan perbuatan yang serba sederhana, melainkan justru amat kompleks. M. Sobry Sutikno (2007) menjelaskan ada beberapa faktor yang mempengaruhi proses belajar, baik faktor yang datang dari dalam diri individu yang belajar (internal) maupun yang berasal dari luar (eksternal) atau bisa saja gabungan dari kedua faktor tersebut.

Secara rinci faktor-faktor yang mempengaruhi belajar sebagai berikut:

1. Faktor dari dalam diri individu (internal)

Faktor yang berasal dari dalam diri individu (faktor internal) diklasifikasikan menjadi 2 (dua), yaitu faktor jasmani dan faktor psikologis. Parwati dkk (2018)¹⁰⁶menambah faktor kelelahan.

a. Faktor Jasmaniah

Yang termasuk faktor jasmani adalah a) faktor kesehatan b) faktor cacat tubuh. Parwati dkk (2018)¹⁰⁷menjelaskan bahwa ada dua

¹⁰⁵ Desmita.2017. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik....* hlm. 35-36.

¹⁰⁶ Parwati. 2018. *Belajar dan Pembelajaran.* (Depok: PT Rajagrafindo Persada), hlm.41.

hal yang berkaitan dengan faktor jasmani/fisiologis, yaitu *pertama*, keadaan jasmani dan fungsi jasmani itu sendiri. Keadaan jasmani pada umumnya mempengaruhi aktivitas belajar seseorang. *Kedua*, keadaan fungsi jasmani/ fisiologis. Selama proses belajar berlangsung, peran fungsi fisiologis pada tubuh manusia sangat mempengaruhi hasil belajar, terutama pancaindra.

b. Faktor Psikologis

Ada beberapa faktor psikologis yang dapat mempengaruhi proses belajar peserta didik. Faktor-faktor tersebut, yaitu: (1) intelegensi (2) minat (3) emosi (4) bakat (5) kematangan (6) kesiapan

c. Faktor Kelelahan

Faktor kelelahan dibagi menjadi dua, yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani (psikis). Kelelahan jasmani terlihat dengan lemah lunglainya tubuh dan timbul kecenderungan untuk membaringkan tubuh atau beristirahat. Kelelahan jasmani terjadi karena terjadi kekacauan di dalam tubuh. Sehingga darah tidak lancar pada bagian-bagian tertentu. misalnya karena kelaparan. Sedangkan kelelahan rohani dapat dilihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan, sehingga minat dan dorongan untuk menghasilkan sesuatu hilang. Kelelahan rohani terjadi terus-menerus memikirkan masalah yang dianggap berat tanpa istirahat, menghadapi hal-hal yang selalu sama tanpa ada variasi,

¹⁰⁷Parwati. 2018. *Belajar dan Pembelajaran...* hlm. 37.

dan mengerjakan sesuatu karena terpaksa dan tidak sesuai dengan bakat, minat, dan perhatiannya.

2. Faktor eksternal

Adapun faktor eksternal yang mempengaruhi proses belajar dapat digolongkan menjadi tiga, yaitu:

a) faktor keluarga

Yang termasuk faktor keluarga adalah : 1) cara orang tua mendidik 2) hubungan antara anggota keluarga 3) suasana rumah 4) keadaan ekonomi keluarga. Parwati dkk (2018)¹⁰⁸ menambah dua hal, yakni : 5) pengertian orang tua, dan yang ke 6) latar belakang kebudayaan.

Sebagaimana hadits¹⁰⁹ diriwayatkan oleh Bukhari dari Abu Hurairah *radhiyallahu 'anhu*: Rasulullah Shallallahu 'alayhi wa Sallam bersabda, *"Tidaklah seorang anak dilahirkan di atas fitrah. Namun, kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani atau Majusi. Seperti seekor hewan yang melahirkan anak lengkap (tidak cacat), apakah dapat kalian temukan ada di antara keturunannya yang cacat"*

b. Faktor sekolah

Di antara faktor-faktor sekolah yang dapat mempengaruhi proses belajar anak, di antaranya adalah kurikulum, keadaan sarana dan prasarana, waktu sekolah, metode pembelajaran, hubungan antara pendidik dengan peserta didik, dan hubungan antara peserta dengan peserta didik. Parwati, dkk 2018,¹¹⁰ menambah disiplin sekolah, alat pelajaran, standar pelajaran di atas ukuran, dan tugas rumah.

¹⁰⁸ Parwati. 2018. *Belajar dan Pembelajaran*...hlm. 44-45.

¹⁰⁹ Nur Abdul Hafizh Suawaid. 2010. *Prophetic Parenting Cara Nabi mendidik Anak*. (Yogyakarta: Pro-U Media), hlm. 48.

¹¹⁰ Parwati. 2018. *Belajar dan Pembelajaran*, h. 47-48

c. Faktor Masyarakat

Kehidupan masyarakat di sekitar peserta didik berada merupakan yang dapat berpengaruh terhadap belajar anak. Jika peserta didik berada lingkungan yang baik terdiri atas orang-orang terpelajar, berbudi pekerti baik, akan berpengaruh baik pula bagi peserta didik sehingga dapat menjadi pendorong untuk belajar lebih giat dan berbuat seperti orang yang berada di lingkungannya.¹¹¹

Kompri, 2016,¹¹²melengakapi bahwa proses belajar dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor-faktor internal meliputi faktor fisiologis, yaitu jasmani siswa dan faktor psikologis, yaitu kecerdasan atau intelegensi siswa, motivasi, minat, sikap, bakat. Faktor-faktor eksternal meliputi lingkungan alamiah dan lingkungan sosial budaya, sedangkan lingkungan nonsosial atau instrumental, yaitu kurikulum, program, fasilitas belajar, guru. Hasil belajar dicapai siswa dipengaruhi oleh dua faktor utama yakni faktor dari dalam diri siswa itu dan faktor yang datang dari luar siswa atau faktor lingkungan, dan faktor pendekatan belajar.

¹¹¹Ihsan El Khuluqo. 2017. *Belajar dan Pembelajaran*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar), hlm.32-45.

¹¹² Kompri. 2016. *Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru dan Siswa*.(Bandung: PT Remaja Rosdakarya), h.227.

Lebih lanjut, Sobur (2013)¹¹³ menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi belajar anak atau individu dapat dibagi dalam dua hal:

1. Faktor Endogen

Faktor endogen atau faktor yang berada dalam diri individu meliputi dua faktor, yakni *faktor fisik* dan *faktor psikis*.

2. Faktor eksogen atau faktor eksternal yakni faktor yang berasal dari luar diri anak. Faktor eksogen sebetulnya meliputi banyak hal, namun secara garis besar dibagi dalam tiga faktor, yakni: (a) faktor keluarga, (b) faktor sekolah, (c) faktor lingkungan lain, di luar keluarga dan sekolah.

Berdasar uraian di atas dapat disimpulkan bahwa yang mempengaruhi dalam belajar anak ada 2 faktor yakni : Faktor Internal meliputi :fisiologis, Psikologis, dan Kelelahan dan faktor eksternal meliputi: keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan lain.

¹¹³ Alex Sobur. 2013. *Psikologi Umum dalam Lintas Sejarah*. (Bandung: Pustaka Setia), hlm. 244.