

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Profil Sekolah SD Muhammadiyah Program Pakel Plus

SD Muhammadiyah Pakel Program Plus berawal dari peletakan batu pertama pembangunan masjid Mataram pada tanggal 17 Ramadhan 1383 H/23 Maret 1963. Setelah selesai diresmikan oleh Prof. KH. Abdul Kahar Muzakir, pada tanggal 1 Januari 1966 pengurus Ta'mir Masjid Mataram (H. Moeljadi, H. Washool W P, BA., H. Soebari ,alm.) dibantu tokoh-tokoh masyarakat seperti H. Mashuri (alm), Projo Sastra Wijaya, M. Noor Daliman (alm) dan Yudono bermusyawarah untuk membentuk generasi muda yang dapat memakmurkan masjid yang telah berdiri. Tokoh-tokoh tersebut mempunyai gagasan untuk mendirikan Sekolah Dasar. Sebagai langkah nyata dari gagasan tersebut maka ditariknya putra-putra tokoh tersebut dari SD Muhammadiyah Karangajen kemudian didirikan SD Muhammadiyah filial Karangajen di Jetis sebelah timur Pakel Baru dengan Piagam Pendirian No. 2890/L-1841/DIY-66/77 tertanggal 17 Ramadhan 1397 H/1 September 1977 M. Untuk mewujudkan impian Ta'mir Masjid Mataram maka dibangunlah lokal di sebelah selatan masjid dengan bantuan dari Yayasan Dana Bantuan Haji Indonesia (YDBHI) dan Kantor Departemen Agama (KanDepag) yang saat itu Badan Pembantu Harian (BPH) dijabat oleh Bapak Syamsu Rizal. Tahun 1980 SD Muhammadiyah ini mendapat bantuan dari pemerintah yang digunakan untuk membangun

lokal sebelah utara masjid. Pada waktu itu yang duduk di kepengurusan PCM Umbulharjo adalah Bapak Djurjani (Ketua), Bapak Wahool W P, BA. (Sekretaris), Bapak Cipto Pertomo (Bag. Keuangan). Adapun pengurus PRM Sorosutan adalah Bapak Muh. Damiri (Ketua), Bapak Moeljadi (Wakil Ketua), dan Wahool W P, B.A. (Sekretaris). SD Muhammadiyah Filial Karangkajen pada waktu itu tidak dikelola oleh PCM Umbulharjo tetapi oleh Bapak H. Moeljadi pribadi, beliau juga yang menghidup-hidupi sekolah dan memegang bagian pengajaran dibantu oleh M. Noor Daliman (Sebagai Sekretaris). Adapun tenaga pengajar atau guru-guru SD Filial adalah : Siti Suharni, Nur Zaenab, Sutopo, dan Gito.

Kepala sekolah sejak berdiri sampai sekarang dijabat oleh : Abdul Aziz 1966 – 1967, Slamet Suwardi 1967 – 1972, Muhyidin 1972 – 1976, Noto Amin, BA. 1976 – 1980, Mahmudi 1980 – 1982, Ngadimin Eko Putro, S.Pd. 1982 – 2006, Hadi Nuryanto, S.Ag. 2007 – 2012, Menik Kamriana, S.Ag. 2012 – sekarang. Sejak tanggal 31 Desember 1987 sesuai dengan SK Gubernur DIY Nomer 158/1982 kelas jauh SD Muhammadiyah Fillial Karangkajen menjadi SD Muhammadiyah yang mandiri dengan kepala sekolah definitif, karena tempatnya berpindah di Pakel maka menjadi SD Muhammadiyah Pakel (Sesuai SK tersebut diatas dengan NSS : 102 046 014 029). Keberhasilan SD Muhammadiyah Pakel dalam mengelola sekolah akhirnya membuahkan hasil yang cukup baik, sehingga melalui Keputusan Kepala Kantor Depdikbud Prop. DIY No. 0162/II3/I/Kpts/1995 tertanggal 15 Mei 1996 mendapatkan status

disamakan. Dalam perjalanannya SD Muhammadiyah Pakel mengalami pasang surut seperti halnya yang dialami oleh sekolah-sekolah lain, sebagai jawaban untuk mengatasi permasalahan tersebut maka pada tahun ajaran 1998/1999 Majelis Dikdasmen PCM Umbulharjo menggulirkan Program Unggulan yang disebut dengan **Program Plus** dengan menjadikan SD Muhammadiyah Pakel sebagai *pilot projectnya*. SD Muhammadiyah Pakel Program Plus adalah lembaga pendidikan selama 6 (enam) tahun dengan Kurikulum Nasional dan Muhammadiyah yang diperkaya Materi Dienul Islam dengan memperhatikan aspek kejiwaan anak didik guna mendukung penguasaan Ilmu Pengetahuan dan Tehnologi. Sebagai wujud nyata dari keberhasilan dalam penataan bidang Administrasi dan Manajemen sekolah maka Melalui Surat Keputusan Kepala Dinas P & P Kota Yogyakarta No. 188/109a tanggal 10 Januari 2003 SD Muhammadiyah Pakel Program Plus memperoleh Status Terakreditasi A.

SD Muhammadiyah Pakel Program Plus mempunyai visi adalah Terwujudnya Generasi Islam yang Berprestasi dan Memiliki Keunggulan dalam Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (Iptek) serta Iman dan Taqwa (Imtaq) yang berwawasan Lingkungan dilandasi Akhlaq yang mulia. Dan, Misi SD Muhammadiyah Pakel Program Plus 1). Mendorong siswa, guru dan warga sekolah untuk meningkatkan motivasi berprestasi.2). Menumbuhkan semangat keunggulan warga sekolah dalam berkarya.3). Mendorong siswa, guru, dan warga sekolah untuk meningkatkan

pemahaman, penghayatan, dan pengamalan ajaran Agama Islam..4). Meningkatkan Sarana Prasarana Sekolah untuk menuju sekolah berprestasi dan 5). Melaksanakan 7 K yaitu keamanan, kebersihan, ketertiban, keindahan, kekeluargaan, kerindangan dan kesehatan untuk mewujudkan sekolah Adiwiyata

Letak SD Muhammadiyah Pakel Program Plus terletak di Komplek Masjid Mataram Pakel Baru UH VI/40 (Perum Wartawan/ utara lapangan Sidokabul) Telp. 0274 – 415377 Yogyakarta 55162 di daerah Umbulharjo Yogyakarta.dan waktu penyelenggaraan sehari penuh/5 hari. Dan tenaga pendidik dan kependidikan berjumlah 47 orang dan jumlah siswa 537 dengan rician laki-laki 275 dan perempuan 266 jumlah keseluruhan 537 orang dan 18 rombel.

Berkaitan dengan sarana prasarana penunjang pendidikan gedung SD Muh. Pakel Program Plus yang berada di Selatan Masjid Mataram merupakan gedung berlantai 3 dilengkapi multimedia LCD Proyektor dan Sound, perpustakaan 1 ruang, ruang baca, ruang guru 1, Ruang pengelola 1 ruang, dan MCK setiap lantainya ada 2. Gedung sebelah utara Masjid Mataram merupakan gedung berlantai 2 dengan fasilitas 3 ruang kelas, ruang dibangun dengan bantuan program Debt Swap. Ruangan tersebut ber-AC dan ber-kipas angin. SD Muhammadiyah Pakel Program Plus mengalami perkembangan yang sangat pesat kemudian membeli sebidang tanah untuk menambah jumlah ruang untuk memenuhi keinginan minat masyarakat untuk memasukkan putra-putrinya. Sekarang SD

Muhammadiyah Pakel Program Plus memiliki 3 Kampus, yaitu kampus unit 1 (kampus pusat) di depan lapangan Sidokabul, kampus unit 2 di selatan lapangan Sidokabul dan kampus unit 3 di utara masjid Mataram berdiri 3 lantai

Fasilitas Penunjang Pembelajaran lainnya, BUMS (Badan Usaha Milik Sekolah)., Gedung yang nyaman, bersih dan asri dilengkapi dengan kamera CCTV., Masjid Mataram yang luas sebagai Laboratorium Agama., Lapangan Sidokabul, Setiap kelas dilengkapi LCD Proyektor dan Sound, ber-AC dan Berkipas., Tempat Parkir yang luas., Dapur tempat Catering., Mobil Sekolah., UKS yang representatif., Perpustakaan dan ruang representative, Spot Wi-fi di lingkungan sekolah, Lab. Komputer, Lab. IPA, Fasilitas Pendukung, Tempat Ibadah. Lapangan Olahraga, sehingga siswa merasakan kenyamanan dalam berolah raga., Ruang UKS dan Pelayanan Dana Sehat Muhammadiyah (DSM). Laboratorium Komputer memiliki komputer yang didalamnya tersedia 15 unit computer, Alat Drum Band. ¹²⁴

1. Kelelahan Belajar Siswa SD Muhammadiyah Pakel Program Plus

Secara umum faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dibedakan menjadi dua katagori, yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Kedua faktor tersebut saling mempengaruhi dalam proses belajar individu, sehingga menentukan kualitas hasil belajar. Adapun faktor intern adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu dan dapat

¹²⁴ Dukumen sekolah Dasar Muh Pakel Program Plus

mempengaruhi hasil belajar individu. Faktor-faktor intern ini meliputi faktor fisiologis, faktor psikologis, dan faktor kelelahan. Sedangkan faktor ekstren yang mempengaruhi belajar dapat digolongkan menjadi tiga faktor, yaitu faktor keluarga, faktor sekolah, dan faktor masyarakat.¹²⁵

Dalam penelitian ini memfokuskan pada kelelahan belajar siswa pada sistem *full day school*. Untuk memperoleh data yang akurat tentang kelelahan belajar siswa tersebut peneliti telah melakukan observasi dan wawancara untuk mengetahui kelelahan yang dialami oleh siswa SD Muhammadiyah Pakel Plus yang melaksanakan sistem *full day school* (FDS) lima hari sekolah pada beberapa responden, yaitu kepala sekolah, Waka kurikulum, guru, guru kelas, siswa, dan orang tua/wali siswa. Dan hasil tersebut dapat dipaparkan secara rinci sebagai berikut:

Dari pihak siswi atas nama NAR menjelaskan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini membuat:

Saya capek, pusing, badan pegal-pegal, kadang-kadang marah-marah, kesal, dan kecewa karena banyak tugas dari sekolah. Kalau saya lagi capek kadang-kadang saya nggak masuk sekolah. kadang-kadang ada PR, belajar sudah capek. Mah ... aku capek tugas banyak yaa...udah istirahat aja. Mengatasinya istirahat dulu, mengaji dan ibadah, kurangi mainnya.¹²⁶

Kemudian siswa atas nama MAA menjelaskan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini membuat:

Saya capek pikiran karena materi banyak dan susah, ditambah lagi ada PR, di rumah kadang-kadang marah-marah, malas, kesal, lemah, lesu, badan pegal-pegal, dan tidak semangat karena terlalu lama sekolah (FDS)

¹²⁵ Ni Nyoman Parwati dkk. 2018. *Belajar dan Pembelajaran*. (Depok: PT Rajagrafindo Persada), hlm.36-42.

¹²⁶ Wawancara dengan siswa. Nekeisha Arthaina Rahmadanipada hari Kamis, 28/03/2019.

ditambah lagi ada PR. Biar tidak capek istirahat saja. Kadang-kadang di ajak makan di luar rumah. Makan makanan yang bergizi.¹²⁷

Lebih lanjut, hal yang sama diungkapkan oleh siswa atas nama KTZ bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini.

Saya capek, badan pegal-pegal, lemas dan kadang-kadang marah, kesel, malas, dan kurang semangat karena banyak PR waktu libur. Biar tidak capek yaa...istirahat,makan yang enak dan diajak renang, piknik oleh bapak/Ibu. Untuk FDS memilih 5 hari karena bisa istirahat pada hari Sabtu dan Ahad¹²⁸

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan siswa-siswi di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini mereka mengalami kelelahan belajar secara fisik dan psikis seperti badan pegal-pegal, lemas, pusing, kesel, marah-marah, malas, kecewa, dan capek pikiran akibat beban materi/pelajaran yang banyak dan sulit, ditambah lagi ada penambahan PR sehingga mereka lebih kelelahan. bahkan kadang-kadang tidak masuk karena kelelahan.

Kemudian peneliti melakukan wawancara responden dari pihak orang tua/wali mengenai kondisi putra-putri mereka di rumah setelah mereka belajar di sekolah yang menerapkan sistem *full day school* (FDS) ini yaitu:

Orang tua atas nama AG orang tua NAR mengungkapkan kondisi anaknya ia bertutur sebagai berikut :

Kalau anak saya enjoy dengan FDS ini banyak teman kerena di lingkungan rumah mayoritas anak-anaknya tidak ada karena kami tinggal

¹²⁷ Wawancara dengan Siswa. Muh Amri Akbar pada hari Kamis, 25/04/2019.

¹²⁸ Wawancara dengan siswa. Kansa Tabil Azriati pada hari Rabu, 10/04/2019.

di perumahan. Akan tetapi, ada FDS ini anak saya mengeluh kecapean/ kelelahan, lemah, pegal-pegal, kadang-kadang marah, kesel, dan malas, terlebih lagi dunia anak berkurang.¹²⁹

Kemudian bapak AN orang tua dari MAA menjelaskan kondisi anaknya yang belajar di sekolah pada sistem *full day school* (FDS), ia mengungkapkan bahwa :

Adanya FDS, anak dirumah udah capek/lelah, badan-badang pegal. Lemah, lesu, Kadang-kadang marah-marah, malas, karena udah sekolah terlalu lama. Katanya FDS tidak ada PR tapi kok ada PR. Akan tetapi kami orang tua menyadari bahwa konsekuensi dari FDS yang diterapkan di sekolah sejak awal.¹³⁰

Kemudian, Ibu SPT orang tua dari KTZ menjelaskan kondisi putranya terutama di rumah, ia menjelaskan:

FDS kalau anak saya capek, karena banyak kegiatan gampang sakit. Malam hari 19.00 udah pasti udah tidur dan tidak belajar karena di sekolah udah *full*.¹³¹

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dari responden orang tua/wali siswa di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini mereka mengungkapkan bahwa putra-putri mereka mengalami kelelahan belajar baik secara fisik maupun psikis seperti setelah sekolah mereka langsung istirahat akibat capek/lelah, lemas, badan pegal-pegal, lesu, gampang sakit karena banyak kegiatan di sekolah dan materi banyak serta sulit, malas, kesel, kadan-kadang marah, dan dunia

¹²⁹ Wawancara dengan Agus Gunayat orang tua Nekeisha Arthaina Rahmadani pada hari kamis, 28/03/2019.

¹³⁰ Wawancara dengan Amin orang tua Muh. Amri Akbar pada hari, rabu, 10/04/2019

¹³¹ Wawancara dengan Sapitri orang tua Kansa tabil azriati Kansa pada hari rabu, 10/04/2019.

bermain hilang. Bahkan, mereka (putra-putri) lebih awal tidur dan belajar malam jikalau mau ujian saja. Selain itu, *enjoy* mereka di sekolah karena bisa lebih lama bermain dan banyak teman dibanding di rumah. Sekolah yang melaksanakan sistem *full day school* (FDS) lima hari sekolah lebih terkuras dibanding enam hari sekolah.

Lebih lanjut, responden dari pihak sekolah SD Muhammadiyah Pakel Program Plus yang melaksanakan sistem *full day school* (FDS) lima hari sekolah.

Kepala sekolah Ibu M dengan semangat dan menggebu-gebu beliau mengutarakan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini siswa.

Secara umum tidak ada negatif dari FDS kecuali secara pribadi terutama guru merasa pulang sampai sore dan kelelahan siswa ada dan itu wajar karena mereka aktif seharian membuat mereka lelah itu pasti. Seperti lemas, lesu. Pegal-pegal, Selain itu lelah mereka secara positif. Memang tidak dipungkiri ada siswa 1,2 sampai 3 siswa keluar dari sekolah ini akibat kelelahan pada sistem FDS itu tidak banyak. Akibat Kelelahan psikis seperti mengganggu teman dan tidak fokus sehingga secara prestasi menurun¹³²

Kemudian ibu R .sebagai waka kurikulum ia menjelaskan secara baik bahwa :

Sistem FDS disekolah ini bagi siswa sudah biasa tapi sebagian siswa mengalami kelelahan seperti lemas, lesu, pegal-pegal, ngantuk, kurang semangat, marah-marah, malas, dan tidak focus. terutama kelas 1-3 saja karena masa transisi.¹³³

¹³² Wawancara dengan Menik, S.Ag selaku kepala sekolah pada hari kamis, 28/03/2019.

¹³³ Wawancara dengan Rani Hidayatun, S.Pd,waka kurikulum pada hari Kamis, 28/03/2019.

Sedangkan, bapak ES beliau sebagai guru dan guru kelas menjelaskan dengan penuh percaya diri bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini bagi siswa.

Secara fisik/stamina anak mengalami kelelahan, lemas, dan lesu di kelas terutama menjelang siang. khususnya setelah siang kira-kira pukul 13.00 WIB secara psikis malas-malasan, kurang semangat, berlarian, ramai sendiri, tidak fokus dan tidak motivasi apalagi untuk menerima materi pelajaran.¹³⁴

Lebih lanjut, bapak P sebagai guru dan guru kelas mengutarakan dengan jelas bahwa siswa.

Pada system FDS ini anak kehilangan bermain di rumah karena waktu sudah habis di sekolah. Dalam proses belajar kadang-kadang ada anak-anak mengalami kelelahan, lemas, marah-marah, kesel bahkan ada yang ngantuk ketika belajar. Negatif sistem FDS anak kehilangan bermain di rumah karena waktu sudah habis.¹³⁵

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dari responden pihak sekolah dalam hal ini kepala sekolah, waka kurikulum, guru kelas dan guru. di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini bahwa siswa-siswi mengalami kelelahan belajar baik fisik maupun psikis seperti energi mereka terkuras, dan lemas, pegal-pegal, dan mereka kehilangan waktu untuk bermain, bersosialisasi di rumah/lingkungan rumah, kadang-kadang marah, malas, kesel, dan kurang focus, karena waktu habis *full day school* (FDS) di sekolah. Bahkan, beberapa siswa yang keluar atau mengundurkan diri dari sekolah. Namun, apabila berpedoman pada karakteristik anak sekolah dasar bahwa mereka

¹³⁴ Wawancara dengan Muh. Eko Prastyo, M.Pd, guru kelas pada hari Senin, 01/04/2019.

¹³⁵ Wawancara dengan Purwahid, S.Ag, guru kelas dan guru pada hari Senin, 01/04/2019.

lebih dominan perkembangan psikomotoriknya seperti: 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, memastikan siswa berpindah atau bergerak, bekerja atau belajar dalam kelompok, serta memberikan kesempatan untuk terlibat langsung dalam pembelajaran.

Hasil Observasi dan pengamatan peneliti di lapangan mulai pukul 06.45-16.00 Wib bahwa siswa mengalami kelelahan belajar baik secara fisik maupun psikis akibat mereka beraktifitas yang menguras energi seperti siswa-siswi berlari-kesana kemari, bersenda gurau, bermain bola kaki, dan lainnya, ditambah lagi beban materi mata pelajaran yang banyak serta ekstrakurikuler yang dilakukan pada hari Kamis- Jum'at. Dengan kondisi tersebut bisa dipastikan siswa-siswi mengalami kelelahan belajar baik secara fisik maupun psikis di sekolah.

Terlebih lagi, Apabila siswa masuk kelas mengikuti kegiatan belajar mengajar pagi hari khususnya, kelelahan belajar secara fisik. Hal ini bisa dilihat siswa malas-malasan seperti ada beberapa siswa selalu meletakkan kepala diatas meja seperti posisi orang tiduran yakni KS, IDR, SS ¹³⁶ Farida NA, SA MA,¹³⁷ dan lainnya, ketika ditanya kenapa meletakkan kepala di atas meja seperti orang tidur; “ mereka menjawab dengan tegas;

¹³⁶ Kansa, Sasa, dan Indra siswa

¹³⁷ Nurlaila, syifa, dan Marisa siswa SD Pakel

masih mengantuk, capek/lelah karena pulang terlalu sore sehingga istirahatnya kurang, disekolah juga capek.

Selain itu, pelaksanaan ekstrakurikuler pada hari Kamis dan Jum'at sangat berpengaruh pada kondisi kelelahan belajar baik secara fisik maupun psikis. Apalagi pada siang sampai sore hari yakni dari pukul 12.30-16.00 wib. Dalam proses belajar siswa kondisi tidak kondusif/tidak terkendali lagi, karena siswa mengalami kelelahan belajar secara psikis seperti kurang semangat, tidak fokus, dan kurang motivasi, inginnya bermain terus, beban beban materi pelajaran yang banyak dan sulit. Sehingga pelampiasan kelelahan mereka dengan cara selalu ingin bermain terus ungkap guru-guru seperti keluar masuk ketika proses belajar mengajar sedang berlangsung, asyik dengan dirinya masing-masing dan bertingkah laku semaunya tanpa mengindahkan teguran, nasehat, dan peringatan guru ¹³⁸

Atas dasar hasil wawancara, observasi dan pengamatan peneliti dapat diklasifikasikan penyebab kelelahan belajar siswa di SD Muhammadiyah Pakel Program Plus yakni: a. Kegiatan yang banyak b. Materi pelajaran banyak dan sulit c. Ada pekerjaan rumah (PR) d. Perlakuan orang tua.

2. Strategi Sekolah Untuk Mengatasi Kelelahan Belajar Siswa

Hasil observasi dan wawancara dari beberapa responden yakni kepala sekolah, waka kurikulum, guru, guru kelas, dan orang tua/wali

¹³⁸ Observasi di Kelas dan persekolahan pada hari kamis, jum'at, dan senin, 04, 05, dan 06 April 2019.

siswa ditemukan bahwa siswa pada sistem *full day school* (FDS) di SD Muhammadiyah Pakel Program Plus lima hari sekolah siswa mengalami kelelahan belajar di rumah terutama di sekolah. Oleh sebab itu, strategi untuk mengatasi hal tersebut semua pihak harus proaktif terutama pihak sekolah SD Muhammadiyah Pakel Program Plus yang melaksanakan sistem *full day school* (FDS) lima hari sekolah sekolah-sekolah lainnya yang menerapkan sistem yang sama.

Hasil observasi dan wawancara terhadap beberapa responden untuk mengetahui strategi untuk mengatasi kelelahan belajar siswa sebagai berikut:

Siswi atas nama NAR strategi untuk mengatasi kelelahan belajar dengan cara:

saya istirahat dulu, mengaji dan ibadah, dan kurangi mainnya. makan yang bergizi dan apabila di sekolah suasana sangat mendukung.¹³⁹

Lebih lanjut, siswa atas nama MAA strategi untuk mengatasi kelelahan belajar pada sistem *full day school* (FDS) ini, ia menjelaskan.

Biar tidak capek istirahat saja. Kadang-kadang diajak makan di luar rumah. Makan makanan yang bergizi. Guru ngajar enak.¹⁴⁰

Hal yang sama siswa atas nama KTZ strategi untuk mengatasi kelelahan belajar pada sistem *full day School* (FDS) ini mengatakan.

Biar tidak capek yaa...istirahat, makan yang enak dan diajak renang, piknik oleh bapak/Ibu. Sekolah nyaman dan guru enak mengajar. Untuk FDS melilih 5 hari karena bisa istirahat pada hari sabtu dan ahad¹⁴¹

¹³⁹ Wawancara dengan siswa: Nekeisha Arthaina Rahmadani pada hari Kamis, 28/03/2019.

¹⁴⁰ Wawancara dengan siswa: Muh Amri Akbar pada hari Kamis, 25/04/2019.

¹⁴¹ Wawancara dengan siswa: Kansa Tabil Azriati pada hari Rabu, 10/04/2019.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan siswa-siswi di atas dapat diambil kesimpulan bahwa strategi untuk mengatasi kelelahan belajar baik secara fisik maupun psikis pada sistem *full day school* (FDS) ini dengan cara istirahat, mengurangi bermain, kadang-kadang makan diluar, piknik, renang, makan makanan yang bergizi, mengaji, beribadah (shalat), suasana sekolah nyaman, dan guru mengajar enak.

Kemudian peneliti mewawancarai responden dari orang tua/wali siswa mengenai strategi untuk mengatasi kelelahan belajar setelah belajar di sekolah pada sistem *full day school* (FDS) ini.

Orang tua atas nama AG orang tua NAR mengungkapkan strategi untuk mengatasi kelelahan belajar anaknya ia bertutur :

yaa...sebagai orang tua mengasih support antara lain memberi makanan yang bergizi dan setiap hari sabtu piknik biar dunia anaknya tidak hilang. Masalah mengaji dan ibadah nomor satu setelah itu baru yang lain. Sekolah memilih 5 hari. ¹⁴²

Kemudian bapak AN orang tua dari MAA menjelaskan bahwa strategi untuk mengatasi kelelahan belajar akibat *full day school* anaknya, ia mengungkapkan bahwa :

Strategi untuk mengatasinya tidak ada perlakuan khusus, paling ya.. ajak anak jalan-jalan makan bersama di luar rumah dan dalam hal belajar lebih longgar ketika di rumah. Positif FDS banyak kegiatan dan anak terkondisikan karena kami semua kerja. ¹⁴³

¹⁴² Wawancara dengan bapak Agus Gunayat usia 46 tahun orang tua Nekeisha Arthaina Rahmadani pada hari Kamis, 28/03/2019.

¹⁴³ Wawancara dengan bapak Amin orang tua Muh Amri Akbar pada hari, Rabu, 10/04/2019.

Lebih lanjut, Ibu SPT orang tua dari KTZ menjelaskan bahwa strategi untuk mengatasi kelelahan belajar putranya akibat belajar di sekolah yang melaksanakan sistem *full day school* (FDS) ini ia menjelaskan:

....mengatasinya memengonsumsi makanan yang sehat dan piknik, dalam belajar dirumah lebih longgar bahkan belajarnya kalau mau ujian saja karena udah FDS dan hari sabtu minggu lebih dibebasin terutama main HP.¹⁴⁴

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dari responden orang tua/wali siswa di atas dapat diambil kesimpulan bahwa strategi mereka untuk mengatasi kelelahan belajar akibat *full day school* dengan berupaya semaksimal mungkin mensupport putra-putri mereka yakni mengajak anak makan bersama di luar rumah, makan makanan yang bergizi, dan khusus hari sabtu dan ahad piknik serta di bebaskan main handphone agar dunia anak tidak hilang. Bahkan mengaji dan ibadah menjadi nomor satu.

Lebih lanjut, peneliti melakukan wawancara terhadap responden dari pihak sekolah SD Muhammadiyah Pakel Program Plus yang melaksanakan sistem *full day school* (FDS) lima hari sekolah.

Kepala sekolah Ibu M dengan semangat dan megebu-gebu beliau mengutarakan.

Strategi untuk mengatasi kelelahan siswa di sekolah yakni membuat kebijakan bahwa setelah dzuhur materi-materi pelajaran-pelajaran yang tidak menguras pemikiran sifatnya lebih ringan. Seperti Tapak suci, Hizbul Wathon dimasukan dalam Intra bukan Ekstra. Senin-kamis mapel.

¹⁴⁴ Wawancara dengan Ibu Sapitri orang tua Kansa tabil Azriati Kansa pada hari Rabu, 10/04/2019.

Selain itu, ada fiel trip/ out bond dan cat rungan kelas harus berwarna variatif tidak monoton, kerjasama orang tua dan sekolah harus baik.¹⁴⁵

Kemudian ibu R sebagai waka kurikulum ia menjelaskan secara baik bahwa.

Strategi untuk mengatasi kelelahan belajar siswa di sekolah yakni membuat program SBDP (*Seni Budaya dan Prakarya*.) Seperti: panah, dan renang. Selain itu, menyediakan menu yang bergizi. Terutama pada jam-jam siang setelah dzuhur dipasang mapel yang ringan-ringan yang tidak menguraskan pikiran.¹⁴⁶

Sedangkan, bapak ES beliau sebagai guru kelas dan guru menjelaskan bahwa strategi untuk mengatasi kelelahan belajar akibat sistem *full day school* (FDS) ini bagi siswa:

Sebagai seorang guru merasa tertantang untuk mempunyai strategi mengatasi kelelahan belajar siswa terutama setelah dzuhur/ pada waktu siang yaitu mengajak mereka bermain dengan yang ringan-ringan, berdiskusi-berdiskusi ringan dan menonton film yang berkaitan tema (materi) contoh menampilkan beberapa keberagaman dari seluruh nusantara agar anak –anak bisa tenang dan fress kembali. Selain itu, memanfaatkan media yang ada.¹⁴⁷

Lebih lanjut, bapak P sebagai guru dan wali kelas mengutarakan dengan jelas bahwa.

Strategi untuk mengatasinya, memberikan tayang video, bernyanyi dan permainan–permainan agar anak lebih fresh terutama pada jam-jam siang bahkan anak yang ngantuk diberi kesempatan untuk istirahat di UKS sekolah.¹⁴⁸

¹⁴⁵ Wawancara dengan Ibu Menik, S.Ag, kepala sekolah pada hari Kamis, 28/03/2019.

¹⁴⁶ Wawancara dengan Ibu Rani Hidayatun, S.Pd. waka kurikulum pada hari Kamis, 28/03/2019.

¹⁴⁷ Wawancara dengan bapak Muh. Eko Prastyo, M.Pd, guru kelas dan guru pada hari Senin, 01/04/2019.

¹⁴⁸ Wawancara dengan bapak Purwahid, S.Ag, guru kelas dan guru pada hari Senin, 01/04/2019.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dari responden pihak sekolah dalam hal ini kepala sekolah, kurikulum, guru kelas, dan guru. di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pada sistem *full day School* (FDS) ini siswa-siswi mengalami kelelahan belajar baik secara fisik maupun psikis, adapun strategi untuk mengatasi hal tersebut pihak sekolah meluncurkan program SBDP (*Seni budaya dan prakarya.*) Seperti: panahan, renang, out bond, TC, HW, Drum band, dan senam. Khususnya pada jama-jam siang setelah dzuhur materi-materi yang tidak mengurasakan pikiran yang bersifat lebih ringan seperti bermain sambil belajar, menyanyi, berdiskusi yang ringan, menonton /video yang berkaitan dengan tema (materi) agar siswa fresh kembali. Apabila siswa ada yang kelelahan atau masih ngantuk diberi kesempatan istirahat di UKS. Sebagai seorang guru harus tertantang untuk kreatif dan inovatif memanfaatkan sarana parasarana yang ada serta cat ruang kelas variatif tidak monoton, kerjasama orang tua dan sekolah berjalan dengan baik. Selain itu, pihak sekolah selalu memperhatikan dan menyediakan kualitas menu makan yang bergizi bahkan menu makan telah diteliti oleh ahli gizi.

Semua hasil responden telah dijelaskan secara rinci bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini siswa mengalami kelelahan belajar baik secara fisik maupun psikis serta strategi untuk mengatasinya. Sedangkan ketika peneliti observasi dan mengamati langsung ke sekolah dari pukul 06.45-16.00 Wib dapat dideskripsikan bahwa strategi pihak sekolah untuk mengatasi kelelahan belajar siswa telah menjalankan dengan baik program

yang bernama *SBDP (Seni budaya dan prakarya.)* seperti belajar sambil bermain, bernyanyi, bermain sosiodrama, menampilkan video yang berkaitan dengan materi/tema, menggambar, membuat, drum band, panahan, renang, out bond, Tapak Suci, Hizbul Wathon, dan senam. Program ini memaksimalkan fungsi psikomotorik siswa ketimbang kognitifnya. Artinya proses belajar siswa yang tidak mengurus pikiran terutama siang hari sampai sore hari. Selain itu, guru-gurunya juga kreatif dan inovatif memanfaatkan sarana parasaran yang ada. Dan, tiga S (*senyum, sapa dan salam*) guru dan karyawan dijalankan dengan baik. Dari segi sarana-prasarana sangat mendukung seperti ruang kelas yang banyak ber-AC, LCD, internet/wifi, tempat ibadah yang nyaman, laboratorium agama, perpustakaan yang representatif, serta cat dengan warna yang bervariasi dan lingkungan sekolah yang nyaman seperti pohon-pohon yang rindang dan tanaman yang hijau lagi tertata dengan rapi, lapangan olahraga yang memadai, hafalan juz'amma, asmaul husna, do'a selalu lantunkan serta dihafalkan dan shalat selalu dijalankan seperti dhuha, dzuhur, dan 'ashar. Sehingga dengan kondisi seperti ini semua siswa merasa nyaman dan aman alias tidak lagi merasa kelelahan belajar baik secara fisik maupun psikis.¹⁴⁹

B. Profil Sekolah SDIT Bina Anak Islam Krapyak (Baik)

SDIT Bina Anak Islam Krapyak merupakan realisasi cita-cita luhur pendiri untuk berperan serta dalam pendidikan. Berawal dari Play Group

¹⁴⁹ Observasi di sekolah/kelas pada hari Kamis Jum'at, dan Senin, 04, 05 dan 08 April 2019

dilanjutkan dengan Taman Kanak-kanak dan selanjutnya adalah Sekolah Dasar. Pendiri Sekolah ini : H.M. Wasilan, Drs Yusuf Hamdani, M.S.I, Drs Taufiq Damisi, M.M dan Waryo, S.Ag. beliau berempat disebut dengan Dewan Pengelola. Bulan Juli 2009 Sekolah ini mulai Kegiatan Belajar Mengajar pada tahun ajaran 2009/2010 di bawah Yayasan Pendidikan Islam. Dan menempati lahan dari Yayasan dalam pelaksanaan pembelajarannya. Ketika itu baru ada 6 santri yang harus didik dikepalai oleh Bapak Yusuf Hamdani, berjalan selama 1 semester pertama. Semester kedua, pucuk pimpinan dipercayakan kepada Ustadzah Sri Jauhar Qomariyah, S.Psi. yang memiliki pengalaman memimpin Kelompok Bermain (KB)/Taman kanak-kanak (TK) Islam di Jakarta. Pada tahun ajaran 2010/2011 memperoleh 18 santri berjalan dengan penuh perjuangan dan pada tahun ajaran 2011/2012 berjalan seperti biasa dan pada tahun ajaran Tahun 2012/2013 kebutuhan legalitas menuntut Sekolah ini berpindah payung ke LP Ma'arif NU Cabang Bantul. Kebutuhan fisik untuk kelas baru semakin mendesak. Dewan Pengelola mengusahakan dengan menyewa lokasi baru dan membangun lokal untuk kelas dan kantor baru dengan dukungan dari walisantri maupun masyarakat sekitar lokasi sekolah. Sehingga pada Tahun 2013/2014 Menempati gedung baru, Sekolah ini semakin mantap menjadi lembaga yang menjanjikan berbagai keunggulan bagi peserta didik. Salah satunya adalah tahfidzul qur'an yang bertujuan mendasari santri-santrinya dengan kemampuan membaca dan menghafal Al Qur'an untuk mendukung motto yang disandangnya : *excellent on carracter and science*. Dan pada tahun yang

sama Sekolah ini mendapatkan izin operasional dari Dinas Pendidikan Kabupaten Bantul.

Dengan perkembangan dan tuntutan kondisi yang membuat harus berbenah diri sehingga terjadilah pergantian kepala sekolah mulai dilimpahkan Ustadzah Sri Jauhar Qomariyah, S.Psi, kepada Ustadz Hilmi Hakimudin, S.Pd.I. namun belum terhitung 1 semester, ustadz Hilmi harus mengemban amanah sebagai Lurah. Kemudian pada Tahun Ajaran 2014/2015 Tampuk pimpinan Sekolah ini resmi disandang Ustadz Danang Kurniawan, S.Pd.I. sehingga berhasil menyabet predikat A dalam akreditasi sekolah yang dilaksanakan pada September 2015. Selanjutnya, Sekolah ini terus berkembang dan memantapkan eksistensinya di masyarakat, tetap dengan unggulan-unggulan yang dicita-citakan yaitu Al Qur'an dan karakternya. Dan pada Tahun Ajaran 2015/2016 Kepala Sekolah mengundurkan diri pada pertengahan tahun ajaran. Dewan Pengelola memberikan kesempatan untuk ustadz-ustadzah untuk mengemban amanah menjadi kepala sekolah, namun belum ada yang bersedia, akhirnya kepala sekolah dijabat oleh Ustadz Lilik Ardiansyah, S.Pd yang memegang tampuk pimpinan selama 1 tahun. Lalu, pada pertengahan tahun ajaran 2016/2017, Kepala Sekolah dipegang oleh Ustadz Sumiran S.Pd.I sampai sekarang.

SDIT Bina Anak Islam Krpyak (Baik) mempunyai visi adalah Terwujudnya Generasi Qur'ani yang Berkarakter Indonesia Dan, Misi SDIT Bina Anak Islam Krpyak (Baik) 1). Unggul dalam kebiasaan ibadah amaliyah sesuai ajaran ahlussunnah wal jamaah .2). Unggul dalam hafalan Al

Qur'an juz 30 dan Surat-surat Pilihan. 3). Unggul dalam pencapaian kompetensi inti spiritual, sosial, pengetahuan dan keterampilan 4). Unggul dalam penguasaan teknologi. 5) Melestarikan kearifan lokal dan budaya jawa (meningkatkan rasa cinta tanah air Indonesia)

SDIT Bina Anak Islam Krpyak (Baik) mempunyai 12 rombel dan waktu penyelenggaraan sehari penuh atau 6 hari sekolah Dan, tenaga pendidik dan kependidikan berjumlah 11 orang dan jumlah siswa 214 dengan rincian laki-laki 121 dan perempuan 93 jumlah keseluruhan 225 Orang.

Berkaitan dengan sarana dan prasarana penunjang pendidikan SDIT Bina Anak Islam Krpyak (Baik) mempunyai 2 kampus yang berlokasi yang berbeda. berlantai 2 dilengkapi ruang kelas, ruang guru, ruang kepala sekolah, perpustakaan dan MCK. Ruangan tersebut berkipas angin. Fasilitas Penunjang Pembelajaran: BUMS (Badan Usaha Milik Sekolah). Gedung yang nyaman, bersih dan asri, mushola, lapangan bola krpyak wetan, setiap kelas dilengkap kipas angin. Tempat parkir yang luas, Mobil Sekolah, UKS yang representatif, laboratorium komputer, laboratorium IPA, fasilitas pendukung. Lapangan Olahraga, sehingga siswa merasakan kenyamanan dalam berolah raga. Ruang UKS Laboratorium Komputer.¹⁵⁰

1. Kelelahan Belajar Siswa SD IT Bina Anak Islam Krpyak (Baik)

Secara umum faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dibedakan menjadi dua katagori, yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Kedua faktor tersebut saling mempengaruhi dalam proses belajar individu, sehingga

¹⁵⁰ Dukumen sekolah Dasar Islam Terpadu BAIK

menentukan kualitas hasil belajar. Adapun faktor intern adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu dan dapat mempengaruhi hasil belajar individu. Faktor-faktor intern ini meliputi faktor fisiologis, faktor psikologis, dan faktor kelelahan. Sedangkan faktor ekstern yang mempengaruhi belajar dapat digolongkan menjadi tiga faktor, yaitu faktor keluarga, faktor sekolah, dan faktor masyarakat.¹⁵¹

Dalam penelitian ini memfokuskan pada kelelahan belajar siswa pada sistem *full day school*. Untuk memperoleh data yang akurat tentang kelelahan belajar siswa tersebut peneliti telah melakukan observasi dan wawancara untuk mengetahui kelelahan yang dialami oleh siswa SD Bina Anak Islam Krpyak (Baik) yang melaksanakan sistem *full day school* (FDS) enam hari sekolah pada beberapa responden, yaitu kepala sekolah, Waka kurikulum, guru, guru kelas, siswa, dan orang tua/wali siswa. Hasil tersebut dapat dipaparkan secara rinci sebagai berikut:

Siswa atas nama RN menjelaskan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini.

Saya capek/lelah, lemah, kurang fokus, tidak semangat, dan malas. karena sekolah dari pagi sampai sore. Di rumah disuruh belajar dan Kadang-kadang ada PR dari sekolah.¹⁵²

Lebih lanjut, siswa atas nama SNA menjelaskan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini.

Saya capek, pegel, pusing, marah-marah, kadang-kadang pulang sekolah langsung tidur. Biar tidak capek istirahat dan makan, dan minum yang

¹⁵¹ Parwati, Ni Nyoman dkk. 2018. Belajar Dan Pembelajaran. (Depok: PT Rajagrafindo Persada), h.36-42.

¹⁵² Wawancara dengan siswa: Rafifah Nailatusyarifah pada hari Selasa, 30 /04/2019.

enak/bergizi. Belajar di rumah tidak disuruh/dibebasin belajar malam, belajar kalau mau ujian aja¹⁵³

Hal yang sama diungkapkan oleh siswa atas nama FNA bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini.

Saya merasa lemah, malas, kesal, tidak semangat, capek. Dan kadang-kadang mengantuk. Biar tidak capek dan mengantuk istirahat dulu. Makan yang enak dan kalau belajar malam ngak disuruh/dibebasin. Tapi kadang-kadang ada PR yang diberi guru baru belajar.¹⁵⁴

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan siswa di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini mereka mengalami kelelahan belajar baik secara fisik maupun psikis di sekolah Seperti badan pegal, lemah, pusing, kesal, marah, kurang semangat, focus, malas, dan ada pekerjaan rumah (PR) dan mereka tetap memilih 6 hari sekolah daripada 5 hari sekolah, alasannya bisa main dan banyak teman karena di rumah tidak bisa main karena sudah sore.

Kemudian peneliti melakukan wawancara terhadap responden orang tua/wali siswa untuk mengetahui kondisi putra-putri selama belajar di sekolah yang menerapkan *full day school* (FDS) enam hari sekolah yakni.

Orang tua atas nama AS orang tua RN mengungkapkan kondisi anaknya ia bertutur sebagai berikut :

Adanya FDS ini Anak lelah fisik dan kadang-kadang marah, tidak semangat belajar tapi saya biarkan saja kasihan sudah sekolah dari pagi

¹⁵³ Wawancara dengan siswa : Sifa Nuaini Azizah pada hari Selasa, 30/04/2019.

¹⁵⁴ Wawancara dengan siswa: Faisal Nurida Ali pada hari Selasa, 30/04/2019.

sampai sore selain itu, bermainnya berkurang di rumah. Memilih sekolah 6 hari lebih santai apalagi kami bekerja semua.¹⁵⁵

Kemudian Ibu DNN orang tua dari SNA menjelaskan kondisi anaknya, ia mengungkapkan bahwa :

“Anak capek atau lelah karena *full Day School*, kadang-kadang marah, tidak semangat, kesal dan malas malasan. Selain itu, kadang-kadang tidur lebih awal karena lelah. Kelebihan FDS ibadah terpantau dan teratur, bermain lebih terarah, banyak teman.¹⁵⁶

Lebih lanjut, Ibu IK orang tua dari FNA menjelaskan kondisi putranya, ia bertutur:

Yang jelas anak capek atau lelah, kadang-kadang marah dan malas malasan.¹⁵⁷

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dari responden orang tua/wali siswa di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini mereka mengungkapkan bahwa akibat *full day school* (FDS) putra-putri mereka mengalami kelelahan belajar baik secara fisik maupun psikis di sekolah dan di rumah. Bahkan mereka (putra-putri) langsung istirahat akibat capek fisik/lelah, kadang-kadang marah, kurang semangat, focus, kesal, malas, dan bermain berkurang. Namun demikian, pada sistem *full day school* (FDS) enam hari sekolah mereka mengalami kelelahan pada waktu di sekoah dan di rumah. Selain itu, orang tua masih

¹⁵⁵ Wawancara dengan bapak Agus Supriyadi 40 tahun Pekerjaan Kontraktor orang tua Rafifah Nailatusyarifah pada hari selasa, /30/04/2019.

¹⁵⁶ Wawancara dengan ibu Diyah Nursari Ningtyas pekerjaan Ibu rumah tangga orang tua Sifa Nuaini Aziza pada hari selasa, 30/04/2019.

¹⁵⁷ Wawancara dengan Bapak Indra Kenedy usia 44 tahun pekerjaan Wiraswasta orang tua Faisal Nurida Ali pada hari selasa, 30/04/20.

menginginkan *full day school* (FDS) enam hari sekolah disebabkan mereka bekerja semua.

Lebih lanjut, peneliti melakukan wawancara terhadap responden dari pihak sekolah SDIT Bina Anak Islam Krapyak (BAIK) yang melaksanakan sistem *full day school* (FDS) enam hari sekolah.

Kepala sekolah S diruangnya beliau mengutarakan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini siswa.

Secara umum, Anak merasa senang dengan FDS karena sudah terbiasa di sekolah bahkan ada yang tidak mau dijemput. Namun demikian ada juga Anak capek tidak konsentrasi, kurang semangat, dan kurang motivasi. karena FDS sehingga anak tidak dapat lagi mengikuti kegiatan di rumah.¹⁵⁸

Kemudian ibu S sebagai waka kurikulum ia menjelaskan secara baik bahwa:

Dengan adanya FDS siswa mengalami kelelahan baik fisik terlebih lagi psikis, khusus pada siang hari seperti tidak fokus, malas, kurang semangat, kesal, dan inginnya main. Sekolah ingin 5 hari sekolah tetapi orang tua keberatan karena hari Sabtu mereka masih kerja sehingga tetap 6 hari sekolah.¹⁵⁹

Sedangkan, Ibu EK beliau sebagai wali kelas menjelaskan dengan penuh percaya diri dan kondisi kelelahan ia menjelaskan bahwa.

Kalau saya mengamati kalau untuk kelelahan tidak tampak pada siswa itu masih energik khusus kalau pagi hari, akan tetapi untuk konsentrasi belajar sudah dzuhur/siang sudah sulit, tidak ada semangat, tidak ada motivasi apabila pada penyampaian materi mapel. Akan tetapi bermain tidak masalah.¹⁶⁰

¹⁵⁸ Wawancara dengan bapak Sumiran S.Pd.I, Kepala Sekolah pada hari Selasa, 30/04/2019.

¹⁵⁹ Wawancara dengan Ibu Sriharyati, S.Pd. waka kurikulum pada hari Kamis, 02/05/2109.

¹⁶⁰ Wawancara dengan Ibu Eka Erinda, S.Pd., guru kelas pada hari Selasa, 30/04/2019.

Lebih lanjut, ustadzah HW sebagai guru dan wali kelas mengutarakan dengan jelas bahwa siswa.

Di sekolah tidak ada rasa capek karena sudah terbiasa. Selain itu, karena senang di sekolah kadang-kadang masih ada yang tidak mau pulang walaupun sudah dijemput orang tuanya. Capeknya dirasakan waktu di rumah, seperti marah-marah, malas-malasan, lemah, lesu dan kesal hati.¹⁶¹

Berdasarkan hasil wawancara peneliti terhadap responden pihak sekolah dalam hal ini kepala sekolah, kurikulum, guru kelas dan guru di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini mereka mengungkapkan bahwa siswa-siswi mengalami kelelahan belajar baik secara fisik maupun psikis di sekolah dan di rumah. Hal ini bisa dilihat bahwa siswa sudah capek, marah-marah, malas-malasan, lemah, lesu, kesal hati, kurang konsentrasi, dan kurang semangat bahkan ada yang tidak mau dijemput orang tua karena ingin bermain. Jadi kelelahan secara fisik maupun psikis dirasakan di sekolah terutama di rumah. Apabila berpedoman pada aspek karakteristik pada usia anak sekolah dasar mereka lebih dominan perkembangan psikomotoriknya seperti : 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, memastikan siswa berpindah atau bergerak, bekerja atau belajar dalam kelompok, serta memberikan kesempatan untuk terlibat langsung dalam pembelajaran.

¹⁶¹ Wawancara dengan bapak Hariyanto Wibowo, guru pada hari Selasa, 30/04/2019.

Hasil Observasi dan pengamatan peneliti di lapangan mulai pukul 06.45-16.00 Wib bahwa siswa-siswi mengalami kelelahan belajar baik secara fisik maupun psikis selama di sekolah terutama ketika di rumah. Di Sekolah misalnya siswa-siswi mengikuti kegiatan proses belajar mengajar dengan seperti biasa. Namun, guru mengajar kurang perencanaan sehingga proses belajar mengajar kurang efektif cenderung dipaksakan tanpa mempertimbangkan kesiapan siswa alias monoton, dan moment. Alhasil, siswa asyik bermain-main tanpa terkendali dengan baik. Bahkan siswa berperilaku semaunya tanpa memperhatikan pembelajaran dan kurang mengindahkan teguran, nasehat, dan perintah guru.¹⁶² Sehingga salah satu guru kelas berucap:

Ya... beginilah kondisi proses belajar mengajar setelah dzuhur atau siang hari Pak dengan nada kesulitan mengkondisikan siswa agar bisa kondusif.¹⁶³

Ditambah lagi sarana prasarana yang belum lengkap, cat kurang variatif, dan kedisiplin kurang menjadi prioritas terutama kehadiran guru pada pagi hari yang mana sering terlambat.

Atas dasar hasil wawancara, observasi dan pengamatan peneliti dapat di klasifikasikan penyebab kelelahan belajar siswa di SD Bina Anak Islam krapyak (Baik) yakni: a. Kesiapan guru b. Suasana yang kurang nyaman c. Ada pekerjaan rumah (PR) d. Sarana prasarana masih kurang e. Perlakuan orang tua.

¹⁶² Observasi di sekolah/Kelas pada hari Selasa, Kamis, dan jum'at 30 April, 02, 03 Mei 2019

¹⁶³ Ibu Eka Erinda, S.Pd sebagai guru kelas.

2. Strategi Sekolah Untuk Mengatasi Kelelahan Belajar Siswa

Hasil observasi dan wawancara dari beberapa responden yakni kepala sekolah, waka kurikulum, guru, guru kelas, dan orang tua/wali siswa ditemukan bahwa siswa pada *sistem full day school* (FDS) di SD Bina Anak Islam Krapyak (Baik) enam hari sekolah siswa mengalami kelelahan belajar di sekolah dan di rumah. Oleh sebab itu, strategi untuk mengatasi hal tersebut semua pihak harus proaktif terutama pihak sekolah SD Bina Anak Islam Krapyak (Baik) yang melaksanakan *sistem full day school* (FDS) enam hari sekolah sekolah-sekolah lainnya yang menerapkan sistem yang sama.

Hasil observasi dan wawancara terhadap beberapa responden untuk mengetahui strategi untuk mengatasi kelelahan belajar siswa sebagai berikut:

Siswa atas nama RN menjelaskan bahwa strategi untuk mengatasi kelelahan belajar pada sistem *full day school* (FDS) ini:

Saya...biar nggak capek istirahat aja. Makan yang enak dan dibebasin dalam belajar malam, belajar kalau mau ujian, ada PR aja. Sekolah FDS enak 6 hari dari pada 5 hari karena di sekolah banyak teman dan di rumah sedikit temannya serta udah capek juga.¹⁶⁴

Lebih lanjut, siswa atas nama SNA menjelaskan bahwa strategi untuk mengatasi kelelahan belajar :

Saya...biar tidak capek istirahat dan makan dan minum yang enak/bergizi. Belajar di rumah tidak disuruh/dibebasin belajar malam, belajar ...kalau mau ujian aja. Enak FDS banyak teman karena di rumah tidak sempat main karena udah sore.¹⁶⁵

¹⁶⁴ Wawancara dengan siswa Rafifah Nailatusyarifah pada hari Selasa, 30/04/2019.

¹⁶⁵ Wawancara dengan Siswa Sifa Nuaini Azizah pada hari Selasa, 30/04/2019.

Hal yang sama diungkapkan oleh siswa atas nama FNA bahwa strategi untuk mengatasinya :

Saya... biar tidak capek istirahat dulu. makan yang enak dan kalau belajar malam ngak disuruh/dibebasin. Tapi kadang-kadang ada PR yang diberi guru baru belajar .Enak FDS banyak teman bisa lebih lama bermain karena dirumah sedikit main.¹⁶⁶

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan siswa-siswi di atas dapat diambil kesimpulan bahwa untuk mengatasi kelelahan belajar siswa baik secara fisik maupun psikis pada sistem *full day school* (FDS) ini dengan cara istirahat, mengurangi bermain, piknik, renang, makan bersama di luar rumah, dan mengkonsumsi makanan minum yang bergizi.

Kemudian peneliti melakukan wawancara terhadap responden dari orang tua/wali siswa bahwa strategi mereka untuk mengatasi kelelahan belajar putra-putrinya akibat *sistem full day school* yakni.

Orang tua atas nama AS orang tua RN mengungkapkan bahwa strategi untuk mengatasinya, ia bertutur sebagai berikut :

Strategi Saya untuk mengatasi biar tidak lelah/capek refreasing pada waktu libur, memberi makanan dan minuman yang bergizi dan memberi kelonggaran /tidak adak tekanan antara lain dalam hal belajar waktu di rumah. Dan sekokah belum ada program. Kelebihan FDS ibadah terpantau dan teratur, bermain lebih terarah, banyak teman. Tapi saya menyangkan, kadang-kadang masih diberi PR. Tapi saying sekolah belum ada strategi¹⁶⁷

Kemudian Ibu DNN orang tua dari SNA menjelaskan bahwa strategi untuk mengatasinya, ia mengungkapkan bahwa:

mengatasinya biasanya istirahat, refreasing, dan memberi kelonggaran /tidak adak tekanan antara lain dalam belajar di rumah. menyediakan

¹⁶⁶ Wawancara dengan siswa Faisal Nurida Ali pada hari Selasa, 30/04/2019.

¹⁶⁷ Wawancara dengan bapak Agus Supriyadi 40 tahun pekerjaan kontraktor orang tua dari Rafifah Nailatusyarifah pada hari Selasa, /30/04/2019.

makanan dan minuman yang bergizi. Kelebihan FDS ibadah terpantau dan teratur, bermain lebih terarah, banyak teman. Ya... sekolah belum ada.¹⁶⁸

Lebih lanjut, Ibu IK orang tua dari FNA strategi untuk mengatasi kelelahan belajar akibat sistem *full day school* (FDS) ini, dengan cara.

biasanya istirahat, refreking, dan memberi kelonggaran /tidak adak tekanan antara lain dalam belajar di rumah. Menyediakan makanan dan minuman yang bergizi. Kelebihan FDS ibadah terpantau dan teratur, bermain lebih terarah, banyak teman. Tapi saya menyayangkan kadang-kadang masih diberi PR.¹⁶⁹

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dari responden orang tua/wali siswa di atas dapat diambil kesimpulan bahwa mereka berupaya memberi yang terbaik kepada putra-putri mereka agar mereka tidak mengalami kelelahan belajar. Adapun strategi untuk mengatasi hal tersebut mereka mensupport putra-putri baik yang bersifat fisik maupun psikis, antara lain istirahat yang cukup, makan dan minum yang bergizi, refreking pada waktu libur, memberi kelonggaran / tidak ada tekanan terutama dalam belajar di rumah. Akan tetapi sekolah belum ada strategi.

Lebih lanjut, peneliti melakukan wawancara terhadap responden dari pihak sekolah SDIT Bina Anak Islam Krapyak (Baik) yang melaksanakan sistem *full day school* (FDS) enam hari sekolah.

Kepala sekolah ustad S beliau Menjelaskan bahwa strategi untuk mengatasi kelelahan belajar siswa akibat sistem *full day school* (FDS) ini.

¹⁶⁸ Wawancara dengan ibu Diyah Nursari Ningtyas pekerjaan ibu rumah tangga orang tua dari Sifa Nuaini Aziza pada hari Selasa, 30/04/2019.

¹⁶⁹ Wawancara dengan Bapak Indra Kenedy usia 44tahun pekerjaan wiraswasta orang tua dari Faisal Nurida Ali pada hari Selasa, 30/04/2019.

Strateginya, secara terprogram atau kebijakan sekolah belum ada untuk mengatasi kelelahan yang dialami siswa, akan tetapi kembali kepada guru-guru masing di antaranya, anak dibuat senang dulu, bermain, cerita dengan cara kita siapkan sarana prasarana. FDS yang efektif adalah 5 hari dibandingkan 6 hari sekolah biar efektif kerja, guru bisa refreking sehingga masuk lebih semangat dan siap begitu pula siswa.¹⁷⁰

Kemudian ibu S sebagai waka kurikulum ia menjelaskan strategi untuk mengatasi kelelahan belajar siswa.

Secara program belum ada akan tetapi menitik beratkan kreatifitas dan skill guru dalam pengelolaan kelas dengan cara memberikan materi yang tidak menguraskan pikiran seperti bermain, lagu-lagu dan bermain diluar kelas agar dengan metode belajar sambil bermain di luar kelas agar anak menjadi *fresh* lagi. Ingin 5 hari sekolah tetapi orang tua keberatan karena hari Sabtu mereka masih kerja sehingga tetap 6 hari sekolah.¹⁷¹

Sedangkan, Ibu EK beliau sebagai guru kelas menjelaskan bahwa strategi untyk mengatasi kelelahan belajar siswa akibat sistem *full day school* (FDS) ini.

Sekolah belum membuat formulasi strategi untuk mengatasi kelelahan yang siswa alami akan tetapi kembali pada guru masing-masing. Saya kalau udah siang memberikan materi yang *fun*s untuk anak. Kalau saya memilih lima hari sekolah biar lebih fresh karena guru juga mengalami kelelahan selain itu, biar bisa sosialisasi dengan masyarakat.¹⁷²

Lebih lanjut, Ibu HW sebagai guru dan guru kelas mengutarakan dengan jelas bahwa.

Strategi untuk mengatasi kelelahan belajar yang dialami siswa dengan istirahat yang cukup dan mengonsumsi makanan yang bergizi. Kalau

¹⁷⁰ Wawancara dengan bapak Sumiran S.Pd.I sebagai Kepala Sekolah pada hari Selasa, 30/04/2019.

¹⁷¹ Wawancara dengan Ibu Sriharyati, S.Pd. waka kurikulum pada hari Kamis, 02/05/2019.

¹⁷² Wawancara dengan Ibu Eka Erinda, S.Pd. sebagai guru kelas pada hari Selasa, 30/04/2019.

program sekolah belum ada kembali pada kreativitas guru masing-masing.¹⁷³

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dari responden pihak sekolah dalam hal ini kepala sekolah, waka kurikulum, guru kelas dan guru. Di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pada sistem *full day school* (FDS) ini siswa-siswi mengalami kelelahan fisik maupun psikis. Namun demikian, dari pihak sekolah belum mempunyai strategi atau program khusus yang digunakan untuk mengatasi hal tersebut dengan tepat. Akan tetapi, kembali pada kreatifitas dan inovasi guru masing-masing. Namun faktanya belum berjalan semestinya yang mana guru masih mengajar apa adanya. Hal ini sesuai dengan hasil observasi dan pengamatan peneliti langsung ke sekolah dari pukul 06.45-16.00 Wib. Selain itu, guru belum disiplin masuk sekolah terutama masuk kelas. Ditambah lagi sarana prasarana juga kurang mendukung. Seperti ruang-ruang menggunakan kipas angin, catnya belum variatif, media pembelajaran belum memadai, LCD, lapangan, dan labotarium juga belum ada.

¹⁷³ Wawancara dengan bapak Hariyanto Wibowo sebagai guru pada hari Selasa, 30/04/2019.