

PENGARUH *FULL DAY SCHOOL* TERHADAP *MENTAL HYGIENE* SISWA KELAS X MAN 2 PAMEKASAN

Risqi Mahmudatul Fitriyah, Edi Susanto

Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas Tarbiyah IAIN Madura

fitririsqitarsius@gmail.com, edihabermas@yahoo.com

Abstrak:

Full day school adalah sistem pendidikan yang menerapkan pembelajaran atau kegiatan belajar mengajar sehari penuh dari pukul 07.00-15.00 memadukan sistem pengajaran dengan menambah jam pelajaran. Tujuan dari penerapan sistem *full day school* untuk membentuk akhlak anak dan akidah dalam menanamkan nilai-nilai positif, mengembalikan manusia pada fitrahnya sebagai khalifah fil-ard dan memberikan dasar yang kuat dalam belajar di segala aspek. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi. Penelitian ini termasuk dalam penelitian lapangan. Sumber data berupa data primer dan data sekunder. Teknik pengumpulan data terdiri dari observasi, kuisioner, dan dokumentasi. Untuk proses analisis data menggunakan analisis regresi sederhana dengan *full day school* sebagai variabel independen dan *mental hygiene* siswa sebagai variabel dependen. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti, secara simultan variabel independen memiliki pengaruh yang positif terhadap variabel dependen. keeratan pengaruh dari variabel independen ditunjukkan oleh uji koefisien determinasi pada kolom R square sebesar 0.176 atau 1.76%. *mental hygiene* siswa dipengaruhi oleh *full day school* dengan standar deviasi estimate 3.244 serta sisanya 98,24% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini. Besarnya variabel independen perlu dianalisis lebih lanjut guna mengetahui apakah hasil dapat diterima atau tidak dengan menggunakan uji hipotesis. Sebagaimana telah diuraikan sebelumnya, hasil perhitungan uji T, variabel *full day school* menunjukkan T_{hitung} variabel *full day school* sebesar 6.343 $> T_{tabel}$ 1.972 dan probabilitas (sig) ternyata nilai t_{hitung} 0.000 < 0.05 , yang artinya bahwa *full day school* berpengaruh signifikan terhadap *Mental Hygiene* Siswa Kelas X MAN 2 Pamekasan.

Kata kunci: *Full Day School*, *Mental Hygiene*, MAN 2 Pamekasan

Abstract:

Full day school is an education system that implements learning or teaching and learning activities for a full day from 07.00-15.00 integrating the teaching system by adding hours of study. The purpose of implementing the full day school system is to shape children's morals and creeds in instilling positive values, return humans to their fitrah as khalifah fil-ard and provide a strong foundation in learning in all aspects. This study uses a quantitative correlation research method. This research is included in the field research. Sources of data in the form of primary data and secondary data. Data collection techniques consist of observation, questionnaires, and documentation. The data analysis process uses simple regression analysis with full day school as the independent variable and

students' mental hygiene as the dependent variable. Based on the results of research conducted by researchers, simultaneously independent variables have a positive effect on the dependent variable. The closeness of the effect of the independent variable is shown by the coefficient of determination test in the R square column of 0.176 or 1.76%. Student's mental hygiene is influenced by full day school with an estimated standard deviation of 3,244 and the remaining 98.24% is influenced by other variables not included in this study. The magnitude of the independent variable needs to be analyzed further to find out whether the results can be accepted or not by using a hypothesis test. As explained earlier, the results of the T test calculation, the full day school variable shows that the full day school variable is 6,343 > Table 1,972 and the probability (sig) turns out to be a tcount of 0,000 < 0.05, which means that full day school has a significant effect on the Mental Hygiene of Class Students X MAN 2 Pamekasan.

Keywords: *Full Day School, Mental Hygiene, MAN 2 Pamekasan*

Pendahuluan

Sumber Daya Manusia yang berkualitas akan berpengaruh pada tingkat daya saing bangsa. Prof. Sosilo Bambang Yudhoyono dalam Moh. Yamin menyatakan bahwa agar dikembangkan kemampuan daya saing yang tinggi, Indonesia bisa unggul dengan sikap yang produktif dan inovatif, maka pendidikan menjadi tumpuan untuk mewujudkan harapan tersebut.¹

Dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS) RI No. 20 bab I, pasal I, ayat I tahun 2003 berbunyi: "Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara."²

Kata *full day school* berasal dari Bahasa Inggris. Kata "*full*" mengandung arti penuh dan "*day*" artinya hari. *Full day* mengandung arti sehari penuh. Sedangkan "*school*" artinya sekolah. *Full day school* adalah sistem pendidikan yang menerapkan pembelajaran atau kegiatan belajar mengajar sehari penuh memadukan sistem pengajaran dengan menambah jam pelajaran untuk pendalaman materi pelajaran.³

Muhadjir Effendy mengatakan sistem *full day school* menjadi pilihan untuk memajukan pendidikan Nasional dikarenakan dalam sistem tersebut dapat mengoptimalkan pendidikan karakter dan tidak menjadi "liar" ketika orangtua

¹ Moh. Yamin, *Ideologi dan Kebijakan Pendidikan: Menuju Pendidikan Berideologis dan Berkarakter* (Malang: Madani, 2013), hlm. 267.

² *Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional* (Bandung: Citra Umabara, 2006), hlm. 72.

³ Baharuddin, *Pendidikan dan Psikologi Perkembangan* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2017), hlm. 227.

masih bekerja.⁴ Untuk itu sistem pendidikan *full day school* dimaksudkan agar siswa lebih banyak menghabiskan waktu di sekolah sehingga dapat mengurangi pergaulan bebas diluar sekolah seperti narkoba, tawuran pelajar, seks bebas.

Ketua (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) KPAI Susanto berkata *full day school* akan mengganggu kehidupan sosial anak⁵ dan berpotensi melanggar UU Perlindungan Anak Nomor 35 tahun 2014 pasal 1 perubahan atas UU Nomor 23 tahun 2002 yang berisi “Perlindungan Anak adalah segala kegiatan untuk menjamin dan melindungi Anak dan hak-haknya agar dapat hidup, tumbuh, berkembang, dan berpartisipasi secara optimal sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan, serta mendapat perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi”.⁶

Kesehatan mental anak tercipta dari interaksi antara lingkungan rumah, sekolah dan masyarakat.⁷

Pentingnya kesadaran dan pemahaman terhadap kesehatan mental di lingkungan sekolah. Perlu mendapat perhatian yang serius dari segenap pihak guru-guru, guru BK, khususnya para mengampu kebijakan yaitu kementerian pendidikan. Kurangnya perhatian terhadap masalah kesehatan mental peserta didik tak jarang berakibat pada timbulnya maladjustment atau tindakan penyimpangan dalam berbagai bentuk dan tentunya bisa sangat merugikan.

Manifestasi dari berbagai gejala gangguan kesehatan mental yang dialami peserta didik pada akhirnya akan mempengaruhi pencapaian kognitif akademik siswa dalam prestasi belajar dan berpengaruh terhadap perkembangan psikis yang kurang optimal. Pengaruh pada prestasi belajar umumnya ditandai dengan menurunnya daya tangkap materi yang diajarkan, ketidakmampuan dalam menyelesaikan tugas maupun ujian yang berakibat pada menurunnya hasil belajar ditandai dengan nilai-nilai yang tidak memenuhi standar. Sedangkan pada perkembangan psikis, hal ini terkait pada masalah kenakalan remaja berupa tingkah laku agresif, pergaulan bebas, kurangnya kedisiplinan berupa menyontek, acuh terhadap tata tertib, ketidakrapian dalam berpakaian. Kesehatan mental siswa yang minim akan berdampak juga pada suasana hati dan perasaan seperti sikap yang dingin pada lingkungan, selalu murung, nampak cemas yang berlebihan dan lain sebagainya.

⁴ Yuliawati, “Alasan Menteri Muhadjir Usulkan Full Day School”, CNNIndonesia, diakses dari <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20160808135054-20-149886/alasan-menteri-muhadjir-usulkan-full-day-school>, pada tanggal 07 April 2019 pukul 04.37.

⁵ Ambaranie Nadia Kemala Movanita, “KPAI Anggap “Full Day School” Akan Ganggu Kehidupan Sosial Anak”, Kompas, diakses dari <https://nasional.kompas.com/read/2016/08/09/12463051/kpai.anggap.full.day.school.akan.ganggu.kehidupan.sosial.anak?page=all>, pada tanggal 08 April 2019 pukul 10.42.

⁶ Davit Setiawan, “Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2014 Tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak”, KPAI, diakses dari <http://www.kpai.go.id/hukum/undang-undang-republik-indonesia-nomor-35-tahun-2014-tentang-perubahan-atas-undang-undang-nomor-23-tahun-2002-tentang-perlindungan-anak>, pada tanggal 08 April 2019 pukul 10.42.

⁷ Nana Syaodih, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), hlm. 149.

Fenomena yang terjadi di MAN 2 Pamekasan yaitu siswa yang acuh tak acuh dengan pelajaran setelah jam istirahat ke 2 sekitar pukul 13.15. Siswa lebih banyak tidur dan mendengarkan namun dengan sikap acuh tak acuh ketika guru sedang menjelaskan pembelajaran. Salah satu siswa kelas X mengatakan bahwa dampak *full day school* “sangat kelelahan ketika harus sekolah sampai pukul 15.00, belum lagi sampai dirumah harus membantu orang tua dan mengerjakan tugas dari sekolah. Jika saya mengerjakan tugas sampai malam, keesokan harinya mengantuk di sekolah, bingung mengatur waktunya.”

Dampak dari *full day school* sangat menarik untuk dikaji demi mensukseskan tujuan pendidikan yang di amanat oleh pancasila dan UUD 1945 tanpa harus mengorbankan kesehatan jasmani dan kesehatan mental anak. Untuk itu peneliti tertarik untuk meneliti “Pengaruh *Full Day School* terhadap *Mental Hygiene* siswa kelas X MAN 2 Pamekasan”. MAN 2 Pamekasan merupakan sekolah kejuruan dengan sistem *full day school* dari hari Senin sampai Jumat. Pukul 07.00-15.00 WIB.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, kuantitatif merupakan penelitian yang berbentuk angka untuk menguji suatu hipotesis. Dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional, Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel X (*independent variable*) adalah *full day school*, dan Y (*dependent variable*) adalah *mental hygiene* siswa. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui besarnya hubungan *full day school* (*variabel X/independent variable*) dengan *mental hygiene* siswa (*variabel Y/dependent variable*) di MAN 2 Pamekasan. Dalam penelitian ini proses pengumpulan data dilakukan melalui: pengamatan/ observasi, kuesioner/angket dan Dokumentasi. Analisis data dalam penelitian ini adalah: 1) Analisis regresi linier sederhana; 2) Koefisien determinasi.

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang merupakan wilayah generalisasi terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya.⁸ Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa kelas X MAN 2 Pamekasan sebanyak:

Kelas	Banyak Siswa
X IPA 1	35
X IPA 2	36
X IPA 3	33
X IPA 4	31
X IPA 5	36
X IPA 6	33
X IPS 1	36

⁸ Ibid. 80.

X IPS 2	34
X IPS 3	36
X IPS 4	33
X IPS 5	22
Jumlah	365

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pengaruh *full day school* terhadap Mental Hygiene siswa kelas X MAN 2 Pamekasan. Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu seberapa besar pengaruh dari variabel *full day school* terhadap Mental Hygiene siswa kelas X MAN 2 Pamekasan.

Persamaan regresi linier sederhana dapat kita ketahui dengan melihat angka koefisien regresi, dimana dalam penelitian ini diketahui bahwa besarnya parameter standar koefisien regresi variabel independen *full day school* dengan variabel dependen Mental Hygiene siswa yaitu sebesar 0.546 dan konstanta Full Day School sebesar 28.758.

Konstanta a sebesar 28.758 menyatakan bahwa jika tidak ada Full Day School skor ($X=0$), maka skor sebesar 0,03. Koefisien regresi untuk X sebesar 0.546 menyatakan bahwa setiap penambahan satu X variabel full day school akan meningkatkan pengaruh mental hygiene siswa sebesar 0.546. Koefisien bernilai positif antara full day school terhadap mental hygiene siswa kelas X MAN 2 Pamekasan..

Dengan demikian, dapat terlihat jelas bahwa parameter koefisien regresi untuk variabel *full day school* berpengaruh positif terhadap mental hygiene siswa kelas X MAN 2 Pamekasan.

Sedangkan keeratan pengaruh dari variabel independen ditunjukkan oleh uji koefisien determinasi pada kolom R square sebesar 0.176 atau 1,76%, yang berarti bahwa variabel independen (*full day school*) mampu menjelaskan variabel dependen (*mental hygiene*) sebesar 1,76%. *mental hygiene* dipengaruhi *full day school* dengan standar deviasi estimate sebesar 3.244 serta sisanya dipengaruhi oleh variabel lain

Besarnya variabel independen perlu dianalisis lebih lanjut guna mengetahui apakah hasil dapat diterima atau tidak dengan menggunakan uji hipotesis. Sebagaimana telah diuraikan sebelumnya, hasil perhitungan uji T,

variabel *full day school* menunjukkan Thitung sebesar $6.343 > T_{tabel} 1.972$ dan probabilitas (sig) dan probabilitas (sig) ternyata $0.00 < 0.05$, yang artinya *full day school* berpengaruh signifikan terhadap mental hygiene siswa. Berarti hasil hipotesis 0 ditolak, yang menyatakan “Terdapat pengaruh yang signifikan dari *full day school* terhadap mental hygiene siswa kelas X MAN 2 Pamekasan”.

Full day school adalah sistem pendidikan yang menerapkan pembelajaran atau kegiatan belajar mengajar sehari penuh dari pukul 07.00-15.00 memadukan sistem pengajaran dengan menambah jam pelajaran. Kelemahan-kelemahan dari sistem *full day school* adalah kurangnya sosialisasi dan kebebasan serta menimbulkan sifat egoisme pada anak. Terlihat dari siswa yang hanya berdiam diri di sekolah dan kurangnya sosialisasi dengan teman diluar sekolah. Full day school juga berpengaruh terhadap kesehatan mental (mental hygiene) terlihat oleh peneliti keadaan siswa selama kegiatan belajar mengajar mengalami gangguan emosi dan perasaan, siswa tidak bisa berkonsentrasi secara penuh khususnya di jam pelajaran setelah istirahat kedua pukul 13.15, kemampuan menyerap pelajaran berkurang sehingga akan menimbulkan *underachiever* pada siswa. Siswa yang mengalami kelelahan akan berdampak pada Pengaruh kepada tingkah laku mengakibatkan perilaku agresi (kemarahan yang meluap-luap) serta perilaku regresi (perilaku merusak diri sendiri) yang berupa rasa malas makan dan gangguan pada jam biologis.

Kesimpulan

Dari uji regresi sederhana diperoleh hasil variabel *full day school* sebesar sebesar $6.343 > T_{tabel} 1.972$ dan probabilitas (sig) ternyata nilai thitung 0.00 dan nilai signifikansi sebesar 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa “Terdapat pengaruh yang signifikan dari *full day school* terhadap mental hygiene siswa kelas X MAN 2 Pamekasan”. Keeratan pengaruh variabel independen yang ditunjukkan oleh uji koefisien determinasi pada kolom Adjusted R square sebesar 0.176 atau 1,76%, yang Artinya mental hygiene siswa dipengaruhi oleh *full day school* dengan standar deviasi estimate sebesar 3.244 serta sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

Daftar Rujukan

- Baharuddin, *Pendidikan dan Psikologi Perkembangan*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2017.
- Hidayat, Dede Rahmat & Herdi. *Bimbingan Konseling: Kesehatan Mental di Sekolah*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013.
- Movanita, Ambaranie Nadia Kemala. "KPAI Anggap "Full Day School" Akan Ganggu Kehidupan Sosial Anak". Kompas. <https://nasional.kompas.com/read/2016/08/09/12463051/kpai.anggap.full.day.school.akan.ganggu.kehidupan.sosial.anak?page=all>Prawira, Purwa Atmaja. *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2017.
- Rohmah, Noer. *Pengantar Psikologi Agama*. Jogjakarta: Teras, 2013.
- Setiawan, Davit. "Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2014 Tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak". KPAI. <http://www.kpai.go.id/hukum/undang-undang-republik-indonesia-nomor-35-tahun-2014-tentang-perubahan-atas-undang-undang-nomor-23-tahun-2002-tentang-perlindungan-anak>.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: Alfabeta, 2012.
- Syaodih, Nana. *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009.
- Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Bandung: Citra Umabara, 2006.
- Yamin, Moh. *Ideologi dan Kebijakan Pendidikan: Menuju Pendidikan Berideologis dan Berkarakter*. Malang: Madani, 2013.
- Yuliyawati. "Alasan Menteri Muhadjir Usulkan Full Day School", CNNIndonesia, diakses dari <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20160808135054-20-149886/alasan-menteri-muhadjir-usulkan-full-day-schools>