

Evaluasi Program Full Day School Di Sekolah Dasar Islam Terpadu: Tinjauan Kesesuaian Program Bagi Siswa Kelas Rendah Berdasarkan Teori Psikologi Perkembangan Dan Pendidikan Islam

Sangkot Abdullah Efendi Harahap

Sekolah Tinggi Ilmu Al-Qur'an (STIQ) Kepulauan Riau, Indonesia
abdullahefendi@stiq-kepri.ac.id

Akbar

Sekolah Tinggi Ilmu Al-Qur'an (STIQ) Kepulauan Riau, Indonesia
akbarsee000@gmail.com

Hikmahtul Aisyah

Sekolah Tinggi Ilmu Al-Qur'an (STIQ) Kepulauan Riau, Indonesia
hikmatulaisyah01@gmail.com

Syafna Amalia Pratiwi

Sekolah Tinggi Ilmu Al-Qur'an (STIQ) Kepulauan Riau, Indonesia
syafnabudimna@gmail.com

Nailul Muna Salsabila Masrum

Sekolah Tinggi Ilmu Al-Qur'an (STIQ) Kepulauan Riau, Indonesia
salsabilabatam561@gmail.com

Nur Aidah

Sekolah Tinggi Ilmu Al-Qur'an (STIQ) Kepulauan Riau, Indonesia
aidahnurrr7@gmail.com

Abstract

This study aims to examine the full-day school program at Integrated Islamic Elementary Schools (SDIT) for lower grade students (grades 1-3), examining developmental psychology theory and Islamic educational concepts. The research method used a qualitative approach, incorporating literature review of research articles published in scientific journals. The results indicate that the full-day school program has a positive impact on religious character development and academic achievement, but also has negative impacts such as physical and mental fatigue, reduced family time, and adaptation difficulties for lower grade students. Based on Piaget's theory, children in grades 1-3 (ages 6-9) are in the pre-operational to concrete operational transition phase, requiring sufficient playtime and rest, with an attention span of only 15-20 minutes. From an Islamic perspective, the concepts of tadarruj (gradual development), fitrah (natural development), and tarbiyah (education) teach that education should be tailored to the child's abilities and not burdensome. This study concludes that the 8-9 hour full-day school program is less suitable for lower grades and recommends program modifications by reducing the duration of formal learning, increasing playtime and rest, and involving parents more intensively in the child's education process.

Keywords: Full-Day School, Integrated Islamic Elementary School, Developmental Psychology, Piaget's Theory, Islamic Education, Lower Grade Students

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengevaluasi kesesuaian program *full day school* di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) bagi siswa kelas rendah (kelas 1-3) ditinjau dari teori psikologi perkembangan dan konsep pendidikan Islam. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi literatur terhadap artikel-artikel penelitian yang telah dipublikasikan dalam jurnal ilmiah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program *full day school* memiliki dampak positif dalam pembentukan karakter religius dan prestasi akademik, namun juga menimbulkan dampak negatif berupa kelelahan fisik-mental, berkurangnya waktu dengan keluarga, dan kesulitan adaptasi pada siswa kelas rendah. Ditinjau dari teori Piaget, anak kelas 1-3 SD (usia 6-9 tahun) berada pada fase transisi pra-operasional ke operasional konkret yang membutuhkan waktu bermain dan istirahat cukup dengan rentang konsentrasi hanya 15-20 menit. Dalam perspektif Islam, konsep *tadarruj* (bertahap), *fitrah*, dan *tarbiyah* mengajarkan bahwa pendidikan harus disesuaikan dengan kemampuan anak dan tidak memberatkan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *full day school* dengan durasi 8-9 jam kurang sesuai untuk kelas rendah dan merekomendasikan modifikasi program dengan mengurangi durasi pembelajaran formal, menambah waktu bermain dan istirahat, serta melibatkan orang tua lebih intensif dalam proses pendidikan anak.

Kata Kunci: *Full Day School*, Sekolah Dasar Islam Terpadu, Psikologi Perkembangan, Teori Piaget, Pendidikan Islam, Siswa Kelas Rendah

A. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kebutuhan fundamental bagi setiap individu untuk mengembangkan potensi diri dan mempersiapkan masa depan yang lebih baik. Dalam konteks Indonesia, sistem pendidikan terus mengalami pembaharuan dan inovasi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Salah satu inovasi yang diterapkan dalam beberapa tahun terakhir adalah sistem *full day school* atau sekolah sehari penuh, yang secara resmi diatur melalui Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 23 Tahun 2017 tentang Hari Sekolah.

Program *full day school* merupakan sistem pembelajaran yang dilaksanakan dari pagi hingga sore hari, umumnya dengan durasi 8-9 jam per hari, dari sekitar pukul 07.00 hingga 15.00 atau 16.00 WIB. Sistem ini banyak diterapkan di Sekolah Islam Terpadu (SIT), khususnya tingkat Sekolah Dasar (SDIT), dengan tujuan untuk memberikan waktu pembelajaran yang lebih panjang, mengintegrasikan pendidikan umum dengan pendidikan agama Islam, serta membentuk karakter religius siswa sejak dini (Amrillah, Oktori, & Yulizah, 2017).

Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) sebagai lembaga pendidikan yang menerapkan konsep integrasi kurikulum nasional dengan nilai-nilai Islam memandang *full day school* sebagai wahana ideal untuk menanamkan pembiasaan ibadah, akhlak mulia, dan penguasaan ilmu pengetahuan secara holistik. Program ini dirancang untuk memberikan lingkungan pendidikan yang kondusif dan terpantau, mengurangi waktu anak terpapar pengaruh negatif di luar sekolah, serta memfasilitasi orang tua yang bekerja (Asni, 2016).

Namun, di balik tujuan mulia tersebut, implementasi *full day school* di tingkat sekolah dasar, khususnya untuk kelas rendah (kelas 1-3), menuai berbagai perdebatan dan problematika. Beberapa penelitian menunjukkan adanya dampak negatif dari durasi belajar yang panjang terhadap anak usia dini, seperti kelelahan fisik dan mental, penurunan konsentrasi belajar, berkurangnya waktu bermain, dan terbatasnya interaksi anak dengan keluarga serta lingkungan sosial di luar sekolah (Ningsih & Hidayat, 2022; Afni, 2015).

Dari perspektif psikologi perkembangan, anak usia sekolah dasar kelas rendah (6-9 tahun) berada pada fase kritis dalam perkembangan kognitif, sosial, emosional, dan fisik. Menurut teori perkembangan kognitif Jean Piaget, anak usia 6-7 tahun masih berada pada akhir tahap pra-operasional dan baru memasuki tahap operasional konkret (7-11 tahun), di mana mereka membutuhkan pengalaman konkret dan interaksi langsung dengan lingkungan untuk

mengembangkan kemampuan berpikir logis (Ibda, 2015). Teori psikososial Erik Erikson juga menjelaskan bahwa anak usia SD berada pada tahap *industry vs inferiority*, di mana mereka mengembangkan rasa kompetensi dan prestasi, namun juga rentan mengalami perasaan inferioritas jika tuntutan terlalu tinggi.

Dalam perspektif pendidikan Islam, anak dipandang sebagai makhluk yang dilahirkan dalam keadaan fitrah (suci) dan memiliki potensi-potensi yang perlu dikembangkan secara bertahap sesuai dengan kemampuannya. Konsep *tadarruj* (pendidikan bertahap) dan *murahanah* (memperhatikan fase perkembangan anak) menjadi prinsip fundamental dalam pendidikan Islam (Dacholfany & Hasanah, 2017). Rasulullah SAW dalam berbagai hadis mengajarkan pentingnya memberikan kasih sayang, waktu bermain yang cukup, dan pendidikan yang sesuai dengan usia anak.

Penelitian terdahulu menunjukkan hasil yang beragam mengenai dampak *full day school* terhadap siswa. Di satu sisi, beberapa penelitian menemukan bahwa *full day school* berhasil meningkatkan motivasi belajar, prestasi akademik, dan pembentukan karakter religius siswa (Rohana, 2017; Raharjo & Yunita, 2018). Di sisi lain, penelitian lain mengungkapkan adanya problematika signifikan seperti siswa kesulitan menyesuaikan diri dengan jam belajar yang panjang, mengalami kejenuhan, kelelahan, dan berkurangnya waktu berinteraksi dengan keluarga (Afni, 2015; Ningsih & Hidayat, 2022).

Berdasarkan fenomena dan gap penelitian tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengevaluasi secara komprehensif apakah program *full day school* di SDIT sesuai atau cocok diterapkan bagi siswa kelas rendah (kelas 1-3 SD) ditinjau dari teori-teori psikologi perkembangan dan prinsip-prinsip pendidikan Islam. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam bidang psikologi pendidikan dan pendidikan Islam, serta memberikan rekomendasi praktis bagi pengelola SDIT, orang tua, dan pemangku kebijakan pendidikan dalam mengembangkan sistem *full day school* yang lebih adaptif dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak.

Berdasarkan latar belakang dan kajian pustaka di atas, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan karakteristik perkembangan kognitif, sosial, dan emosional anak usia SD kelas rendah menurut teori psikologi perkembangan; (2) menganalisis prinsip-prinsip pendidikan anak dalam perspektif Islam yang relevan dengan anak usia SD kelas rendah; (3) mengidentifikasi dampak positif dan negatif program *full day school* terhadap siswa SD kelas rendah berdasarkan penelitian terdahulu; dan (4) mengevaluasi kesesuaian program *full day school* bagi siswa SD kelas rendah ditinjau dari teori psikologi perkembangan dan pendidikan Islam.

B. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur (*library research*). Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena implementasi *full day school* di SDIT bagi siswa kelas rendah dengan menganalisis berbagai perspektif teoretis dan empiris. Studi literatur dilakukan dengan mengumpulkan, membaca, menganalisis, dan mensintesis berbagai sumber pustaka yang relevan dengan topik penelitian (Creswell & Creswell, 2018).

Sumber data dalam penelitian ini adalah data sekunder yang berasal dari: (1) artikel jurnal ilmiah yang telah dipublikasikan dalam jurnal nasional dan internasional tentang *full day school*, psikologi perkembangan anak, dan pendidikan Islam; (2) buku-buku referensi tentang teori psikologi perkembangan, pendidikan Islam, dan manajemen pendidikan; (3) dokumen kebijakan seperti Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan terkait *full day school*; dan

(4) karya ilmiah lain seperti skripsi dan tesis yang relevan dengan topik penelitian. Penggunaan data sekunder dalam penelitian kepustakaan memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman konseptual dan empiris secara lebih komprehensif terhadap fenomena yang dikaji (Zed, 2014).

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahap. Pertama, identifikasi sumber dengan mencari artikel jurnal, buku, dan dokumen yang relevan melalui basis data akademik seperti Google Scholar, Portal Garuda, dan perpustakaan digital. Kedua, seleksi sumber dengan memilih sumber yang memenuhi kriteria: relevan dengan topik penelitian, dipublikasikan dalam 10 tahun terakhir (kecuali untuk teori klasik yang tetap relevan), dan berasal dari sumber yang kredibel dan terakreditasi. Ketiga, ekstraksi data dengan membaca dan mengekstrak informasi penting dari setiap sumber, termasuk konsep teoretis, temuan penelitian, dan argumen yang relevan. Keempat, dokumentasi dengan mendokumentasikan semua sumber menggunakan sistem referensi yang konsisten. Tahapan ini sesuai dengan prosedur penelitian kepustakaan yang menekankan proses identifikasi, evaluasi, dan sintesis sumber secara sistematis (Sugiyono, 2019).

Analisis data menggunakan teknik analisis konten (*content analysis*) dengan pendekatan tematik. Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahap. Pertama, reduksi data dengan memilah dan memfokuskan data yang relevan dengan pertanyaan penelitian. Kedua, kategorisasi dengan mengelompokkan data ke dalam kategori-kategori tema: karakteristik perkembangan anak SD kelas rendah, prinsip pendidikan Islam untuk anak, dampak positif dan negatif *full day school*, serta faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan. Ketiga, komparasi dan sintesis dengan membandingkan temuan dari berbagai sumber, mengidentifikasi pola, kesamaan, perbedaan, dan kontradiksi, kemudian mensintesis menjadi kesimpulan yang koheren. Keempat, interpretasi dengan menginterpretasikan temuan menggunakan perspektif teoretis psikologi perkembangan dan pendidikan Islam untuk menjawab pertanyaan penelitian. Analisis konten digunakan untuk memperoleh makna yang mendalam dari data tekstual melalui proses kategorisasi dan interpretasi sistematis (Krippendorff, 2018).

Untuk menjamin keabsahan data dan analisis, penelitian ini menggunakan strategi triangulasi sumber (membandingkan berbagai sumber) dan triangulasi teori (menggunakan berbagai perspektif teoretis). Kredibilitas dijaga dengan menggunakan sumber-sumber yang kredibel dan terakreditasi. Dependabilitas dipastikan dengan mendokumentasikan semua proses penelitian dengan jelas. Konfirmabilitas dijaga dengan memastikan bahwa analisis dan kesimpulan didasarkan pada data, bukan bias peneliti. Strategi validitas ini penting dalam penelitian kualitatif agar hasil penelitian memiliki tingkat kepercayaan dan konsistensi yang tinggi (Moleong, 2017).

C. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Perkembangan Anak SD Kelas Rendah Menurut Teori Psikologi

Berdasarkan analisis berbagai literatur tentang psikologi perkembangan, ditemukan bahwa anak usia SD kelas rendah (6-9 tahun) memiliki karakteristik perkembangan yang khas pada berbagai aspek yang perlu diperhatikan dalam merancang program pendidikan.

Dari aspek perkembangan kognitif, ditinjau dari teori Piaget, anak kelas 1 SD (usia 6-7 tahun) masih berada di akhir tahap pra-operasional atau awal transisi ke tahap operasional konkret, sedangkan anak kelas 2-3 (usia 7-9 tahun) sudah memasuki tahap operasional konkret. Ibda (2015) menjelaskan bahwa pada tahap ini, anak memiliki ciri-ciri pemikiran yang masih sangat konkret dan belum mampu berpikir abstrak. Mereka membutuhkan pengalaman langsung dengan objek nyata untuk memahami konsep-konsep pembelajaran. Rentang konsentrasi anak pada usia ini juga masih sangat terbatas, hanya berkisar 15-20 menit. Setelah

melampaui durasi tersebut, konsentrasi akan menurun drastis dan anak membutuhkan istirahat atau pergantian aktivitas. Karakteristik lain yang menonjol adalah anak belajar dengan cara yang paling efektif melalui bermain. Marinda (2020) menekankan bahwa bermain adalah cara alami anak untuk belajar dan mengeksplorasi dunia, sehingga pembelajaran yang efektif untuk usia ini harus mengintegrasikan unsur permainan. Anak juga membutuhkan pengalaman yang beragam, tidak hanya duduk dan mendengarkan ceramah, tetapi berbagai aktivitas yang berbeda untuk menjaga motivasi dan efektivitas pembelajaran.

Karakteristik kognitif ini memiliki implikasi penting untuk program full day school. Anak kelas rendah tidak cocok untuk belajar secara formal dalam durasi yang panjang seperti 8-9 jam. Mereka membutuhkan variasi aktivitas yang tinggi, waktu istirahat yang cukup, dan kesempatan bermain yang memadai untuk mengoptimalkan perkembangan kognitif mereka. Pembelajaran yang terlalu lama tanpa memperhatikan rentang konsentrasi anak justru akan menjadi tidak efektif dan dapat menimbulkan kejenuhan.

Dari aspek perkembangan fisik-motorik, Zakiyah, Rusmana, Rahmatulloh, dan Andrian (2024) menjelaskan bahwa anak usia 6-9 tahun masih dalam periode pertumbuhan fisik yang pesat dan memiliki karakteristik khusus. Anak memiliki energi yang melimpah untuk bergerak dan beraktivitas, namun juga mudah lelah jika dipaksa duduk diam dalam waktu yang terlalu lama. Kebutuhan gerak anak pada usia ini sangat tinggi karena perkembangan motorik kasar membutuhkan aktivitas fisik seperti berlari, melompat, memanjat, dan bermain. Kurangnya aktivitas fisik dapat menghambat perkembangan motorik dan kesehatan anak. Anak usia ini juga membutuhkan waktu tidur yang cukup, yaitu 9-11 jam per hari, untuk mendukung pertumbuhan optimal. Selain itu, daya tahan tubuh anak masih dalam proses penguatan, sehingga kelelahan fisik yang berlebihan dapat menurunkan sistem imun dan membuat anak mudah sakit.

Implikasi dari karakteristik fisik-motorik ini adalah bahwa program full day school yang mengharuskan anak duduk dan belajar dari pagi hingga sore dapat menghambat perkembangan fisik-motorik, menyebabkan kelelahan berlebihan, dan mengurangi waktu tidur yang sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan optimal. Anak yang pulang sekolah terlalu sore dan harus tidur larut karena kelelahan atau masih ada pekerjaan rumah, akan mengalami defisit tidur yang dapat mengganggu kesehatan dan pertumbuhan mereka.

Dari aspek perkembangan sosial-emosional, berdasarkan teori Erikson, anak usia SD berada pada tahap "*industry vs inferiority*". Pada tahap ini, anak sedang mengembangkan rasa kompetensi dan percaya diri melalui keberhasilan dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan. Baharuddin (2010) menjelaskan bahwa jika tuntutan terlalu tinggi atau anak terlalu sering mengalami kegagalan, mereka berisiko mengembangkan rasa rendah diri (*inferiority*). Anak pada usia ini membutuhkan pengalaman sukses dan penghargaan untuk membangun percaya diri. Beban belajar yang terlalu berat dapat membuat anak sering mengalami kegagalan dan frustrasi, yang kemudian dapat menghambat perkembangan rasa kompetensi mereka.

Karakteristik sosial-emosional lain yang sangat penting adalah anak sangat membutuhkan kasih sayang dan interaksi dengan keluarga untuk perkembangan emosional yang sehat. Syah (2004) menekankan bahwa interaksi dengan orang tua dan keluarga sangat penting untuk pembentukan attachment yang kuat dan pembelajaran nilai-nilai keluarga. Anak yang kurang mendapat perhatian dan kasih sayang dari keluarga berisiko mengalami masalah emosional. Pada usia ini, anak juga mulai mengembangkan persahabatan dengan teman sebaya, belajar berinteraksi, berbagi, bekerja sama, dan mengelola konflik. Namun, perkembangan sosial yang sehat membutuhkan lingkungan yang tidak terlalu kompetitif dan

stressful. Anak usia ini juga masih sangat rentan terhadap stress karena belum memiliki kemampuan coping yang matang untuk mengelola tekanan. Tuntutan yang berlebihan dapat menyebabkan anxiety, depresi, dan masalah perilaku.

Ningsih dan Hidayat (2022) dalam penelitiannya menemukan bahwa salah satu masalah utama full day school adalah berkurangnya waktu anak dengan keluarga. Anak pulang sekolah dalam kondisi sangat lelah dan hanya memiliki waktu yang sangat terbatas dengan orang tua sebelum tidur. Hal ini dapat mengganggu perkembangan sosial-emosional yang optimal, melemahkan ikatan emosional dengan keluarga, dan mengurangi kesempatan anak untuk belajar nilai-nilai dan keterampilan sosial dari lingkungan keluarga.

Prinsip-Prinsip Pendidikan Anak dalam Perspektif Islam

Prinsip pertama adalah konsep fitrah. Dacholfany dan Hasanah (2017) menjelaskan bahwa fitrah adalah konsep fundamental dalam pendidikan Islam yang merujuk pada potensi bawaan yang dimiliki setiap manusia sejak lahir. Dalam QS. Ar-Rum: 30, Allah SWT menekankan pentingnya menjaga fitrah manusia. Hadis Nabi Muhammad SAW juga menjelaskan: "Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, maka kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi" (HR. Bukhari dan Muslim). Fitrah mencakup beberapa dimensi: fitrah tauhid (potensi untuk mengenal dan beribadah kepada Allah), fitrah kesucian (manusia dilahirkan dalam keadaan suci), fitrah akal (potensi untuk berpikir dan mencari ilmu), fitrah sosial (potensi untuk berinteraksi), dan fitrah jasadiyah (kebutuhan fisik dan biologis).

Implikasi konsep fitrah dalam pendidikan adalah bahwa pendidikan harus menjaga dan mengembangkan fitrah anak, bukan merusaknya. Setiap anak memiliki potensi unik yang perlu dikembangkan. Pendidikan harus holistik, mencakup aspek spiritual, intelektual, emosional, dan fisik. Dalam konteks full day school, jika program ini membuat anak kelelahan, kurang tidur, dan kurang waktu bermain, maka program tersebut bertentangan dengan fitrah jasadiyah anak. Fitrah aqliyah juga mengajarkan bahwa pendidikan harus disesuaikan dengan kapasitas akal anak pada setiap tahap perkembangan. Memaksakan anak belajar melebihi kapasitasnya justru dapat menghambat perkembangan akal dan membuat anak membenci ilmu.

Prinsip kedua adalah tadarruj atau pendidikan bertahap. Prinsip ini mengajarkan bahwa pendidikan harus dilakukan secara bertahap sesuai dengan kemampuan dan kesiapan anak. Allah SWT menurunkan Al-Qur'an secara bertahap selama 23 tahun, bukan sekaligus, sebagai pelajaran bahwa pembelajaran harus disesuaikan dengan kapasitas penerima. Demikian pula, Rasulullah SAW mengajarkan Islam kepada para sahabat secara bertahap, dimulai dari aqidah, kemudian ibadah, dan akhirnya muamalah. Hadis tentang mengajarkan shalat kepada anak menunjukkan penerapan konkret prinsip ini: pada usia 7 tahun, anak baru diperintahkan dengan lembut, tidak dipaksa, dan baru pada usia 10 tahun (setelah 3 tahun pembiasaan) boleh ditegakkan dengan sanksi jika melalaikan. Implikasi prinsip tadarruj adalah pembelajaran harus disesuaikan dengan tahap perkembangan anak, beban belajar tidak boleh terlalu berat, proses pendidikan lebih penting daripada hasil instan, dan kesabaran serta kelembutan dalam mendidik sangat penting. Dalam konteks full day school, program yang langsung menerapkan jam belajar panjang (8-9 jam) kepada anak kelas 1 yang baru masuk SD bertentangan dengan prinsip tadarruj. Seharusnya, program ini diterapkan secara bertahap dengan durasi yang lebih pendek untuk kelas 1, kemudian ditambah secara gradual seiring dengan peningkatan kemampuan adaptasi anak.

Prinsip ketiga adalah tarbiyah, ta'lim, dan ta'dib. Tarbiyah berasal dari kata *rabba* yang berarti mengasuh, merawat, dan menumbuhkan. Tarbiyah menekankan pada aspek pembinaan kepribadian secara menyeluruh dengan kasih sayang dan kelembutan. Ta'lim fokus

pada transfer pengetahuan dan pengembangan intelektual. Ta'dib menekankan pada pembentukan akhlak, etika, dan adab. Ketiga konsep ini harus terintegrasi dalam pendidikan anak. Dalam konteks anak SD kelas rendah, tarbiyah (pengasuhan dengan kasih sayang) harus menjadi fondasi, didukung dengan ta'lim (pengajaran ilmu) yang sesuai kapasitas anak, dan ta'dib (pembentukan adab) melalui pembiasaan yang lembut, bukan pemaksaan yang membuat anak tertekan.

Imam Al-Ghazali memberikan peringatan penting yang sangat relevan: "Hendaklah anak diperbolehkan bermain dengan cara yang baik setelah selesai belajar, agar ia tidak bosan dan tidak menjadi keras hatinya. Karena sesungguhnya melarang anak dari bermain dan memaksanya untuk terus belajar dapat mematikan hatinya, menghilangkan kecerdasannya, dan membuat ia membenci ilmu." Pernyataan ini sangat relevan dan menjadi peringatan keras bagi sistem full day school yang membuat anak belajar terus-menerus tanpa waktu bermain yang memadai. Jika full day school membuat anak stress, lelah, dan kehilangan keceriaan masa kanak-kanaknya, maka program ini bertentangan dengan prinsip tarbiyah yang mengutamakan kasih sayang dan kelembutan dalam mendidik.

Prinsip keempat adalah peran sentral keluarga dalam pendidikan anak. Islam sangat menekankan peran keluarga, khususnya orang tua, sebagai pendidik utama anak. Hadis Nabi menunjukkan bahwa orang tua adalah pendidik pertama dan utama bagi anak. Sekolah hanya membantu, bukan menggantikan peran orang tua. Allah SWT berfirman dalam QS. At-Tahrim: 6: "Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka." Ayat ini menunjukkan tanggung jawab orang tua untuk mendidik anak. Namun, dalam sistem full day school, waktu anak dengan keluarga sangat terbatas. Anak berangkat pagi dan pulang sore dalam kondisi lelah, sehingga waktu berkualitas dengan orang tua menjadi minimal. Hal ini bertentangan dengan prinsip Islam yang menempatkan keluarga sebagai pusat pendidikan anak. Pendelegasian pendidikan sepenuhnya kepada sekolah tanpa melibatkan keluarga secara optimal bukanlah model pendidikan Islam yang ideal.

Dampak Positif dan Negatif Full Day School Berdasarkan Penelitian Terdahulu

Berdasarkan analisis terhadap berbagai penelitian terdahulu, ditemukan bahwa program full day school memiliki dampak positif dan negatif yang perlu dipertimbangkan secara seimbang, khususnya dalam konteks implementasi bagi siswa kelas rendah.

Dampak positif yang ditemukan meliputi beberapa aspek. Pertama, peningkatan prestasi akademik dan penguasaan materi. Rohana (2017) dalam penelitiannya di MIN 1 Palembang menemukan bahwa sistem full day school memberikan dampak positif terhadap prestasi belajar siswa, dengan nilai rata-rata yang lebih tinggi dibandingkan sistem sekolah biasa. Siswa memiliki waktu lebih banyak untuk memahami materi pelajaran secara mendalam, dan guru memiliki kesempatan lebih luas untuk memberikan pendalaman materi serta bimbingan individual. Kedua, pembentukan karakter religius yang kuat. Helmi (2016) menemukan bahwa full day school di SDIT efektif dalam membentuk karakter religius siswa melalui pembiasaan shalat berjamaah, pembacaan Al-Qur'an, doa harian, dan internalisasi nilai-nilai Islam dalam berbagai aktivitas. Program tahfizh Al-Qur'an dan pembelajaran akidah-akhlak yang intensif memberikan fondasi spiritual yang kuat. Ketiga, peningkatan motivasi dan semangat belajar. Raharjo dan Yunita (2018) menemukan bahwa motivasi belajar siswa SD yang menerapkan full day school tergolong tinggi karena metode pembelajaran yang variatif dan kreatif, perhatian guru yang lebih intensif, serta lingkungan belajar yang kondusif. Keempat, pengawasan dan pembinaan yang optimal. Amrillah, Oktori, dan Yulizah (2017) mengungkapkan bahwa full day school memberikan pengawasan yang lebih baik terhadap

perkembangan siswa, mengurangi waktu anak terpapar pengaruh negatif di luar sekolah, dan memberikan rasa aman bagi orang tua yang bekerja.

Namun, penelitian-penelitian juga mengungkapkan berbagai dampak negatif yang signifikan, khususnya bagi siswa kelas rendah. Pertama, kelelahan fisik dan mental yang berlebihan. Afni (2015) menemukan bahwa siswa kelas rendah sering mengalami kelelahan fisik dan mental akibat jam belajar yang panjang. Gejala-gejala yang muncul antara lain: anak sering menguap dan mengantuk di kelas terutama pada jam-jam terakhir, konsentrasi menurun drastis setelah istirahat siang, mudah marah dan emosional, kehilangan semangat belajar, mengeluh sakit kepala atau kelelahan, dan tertidur di perjalanan pulang. Kelelahan ini tidak hanya berdampak pada hari itu saja, tetapi juga akumulatif, dengan beberapa siswa menunjukkan gejala burnout setelah beberapa bulan.

Kedua, berkurangnya waktu interaksi dengan keluarga. Ningsih dan Hidayat (2022) mengidentifikasi ini sebagai problematika utama full day school. Anak berangkat sekolah sekitar pukul 06.30-07.00 dan pulang sekitar pukul 15.00-16.00. Sesampainya di rumah, anak dalam kondisi sangat lelah dan hanya ingin istirahat. Setelah makan malam dan persiapan tidur, anak hanya memiliki 1-2 jam waktu berkualitas dengan orang tua. Dampaknya meliputi: ikatan emosional anak dengan orang tua menjadi lemah, orang tua kurang mengenal perkembangan dan permasalahan anak, anak kehilangan kesempatan belajar nilai-nilai keluarga, dan komunikasi menjadi terbatas.

Ketiga, kesulitan adaptasi pada siswa kelas rendah. Setiani (2017) menemukan bahwa siswa kelas 1 dan 2 mengalami kesulitan adaptasi yang signifikan dengan sistem full day school. Manifestasinya meliputi: banyak siswa menangis saat ditinggal orang tua, tidak betah berada di sekolah terlalu lama, sering meminta pulang atau mengeluh ingin bertemu orang tua, rewel dan tidak kooperatif pada jam-jam terakhir, mengalami homesick, dan beberapa bahkan mengalami bed-wetting karena stress. Keempat, kurangnya waktu bermain bebas. Afni (2015) mengungkapkan bahwa anak-anak dalam sistem full day school memiliki waktu bermain bebas yang sangat terbatas. Setelah pulang sekolah, mereka sudah lelah dan hanya ingin beristirahat. Dampaknya: perkembangan motorik terhambat, kreativitas tidak berkembang optimal, keterampilan sosial terbatas, dan anak kehilangan masa kanak-kanak yang seharusnya penuh keceriaan.

Kelima, kejenuhan dan penurunan minat belajar jangka panjang. Afriyanti, Wardhani, dan Wijayanti (2018) menemukan bahwa meskipun awalnya siswa antusias, seiring berjalannya waktu (3-6 bulan), banyak siswa mengalami kejenuhan karena rutinitas yang monoton dan durasi yang panjang. Gejalanya: kehilangan antusiasme terhadap sekolah, sering tidak ingin berangkat sekolah, berpura-pura sakit, mengalami school anxiety, prestasi menurun, dan kehilangan rasa ingin tahu.

Evaluasi Kesesuaian Full Day School bagi Siswa SD Kelas Rendah

Berdasarkan analisis terhadap teori psikologi perkembangan, prinsip pendidikan Islam, dan temuan penelitian terdahulu, dapat dilakukan evaluasi komprehensif terhadap kesesuaian program full day school bagi siswa SD kelas rendah.

Dari perspektif psikologi perkembangan, ditemukan beberapa ketidaksesuaian mendasar. Pertama, ketidaksesuaian dengan tahap kognitif Piaget. Anak kelas 1-3 SD berada pada fase transisi pra-operasional ke operasional konkret. Menurut teori Piaget, anak pada tahap ini memiliki rentang konsentrasi yang pendek (15-20 menit) dan sangat membutuhkan pengalaman konkret dan bermain untuk belajar. Program full day school dengan durasi 8-9 jam pembelajaran mengharuskan anak untuk berkonsentrasi dalam waktu yang jauh melampaui kapasitas kognitif mereka. Meskipun diselingi istirahat, durasi total tetap terlalu panjang bagi

anak usia ini. Pembelajaran yang terlalu lama justru tidak efektif karena anak sudah kehilangan konsentrasi dan kemampuan menyerap informasi.

Kedua, ketidaksesuaian dengan kebutuhan perkembangan fisik-motorik. Anak usia 6-9 tahun membutuhkan aktivitas fisik yang cukup, waktu bermain bebas, dan istirahat yang memadai untuk mendukung pertumbuhan fisik yang optimal. Program full day school yang mengharuskan anak duduk di kelas dari pagi hingga sore, dengan waktu bermain dan aktivitas fisik yang terbatas, tidak memenuhi kebutuhan perkembangan fisik-motorik anak. Kelelahan fisik yang berlebihan juga dapat mengganggu kesehatan dan pertumbuhan anak.

Ketiga, risiko terhadap perkembangan sosial-emosional. Menurut teori Erikson, jika tuntutan terlalu tinggi dan anak sering mengalami kegagalan atau kelelahan, mereka berisiko mengembangkan rasa inferioritas. Temuan tentang berkurangnya waktu anak dengan keluarga juga mengkhawatirkan dari perspektif perkembangan sosial-emosional. Interaksi dengan keluarga sangat penting untuk perkembangan emosional yang sehat, pembentukan attachment yang kuat, dan pembelajaran nilai-nilai keluarga. Kesulitan adaptasi yang dialami siswa kelas rendah juga menunjukkan bahwa full day school menimbulkan stress psikologis yang signifikan.

Dari perspektif pendidikan Islam, juga ditemukan beberapa ketidaksesuaian. Pertama, bertentangan dengan prinsip fitrah. Konsep fitrah mengajarkan bahwa pendidikan harus menghormati dan mengembangkan potensi serta kebutuhan alamiah anak. full day school yang membuat anak kelelahan, kurang tidur, dan kurang waktu bermain bertentangan dengan fitrah jasadiyah. Program ini juga bertentangan dengan fitrah aqliyah karena memaksakan pembelajaran melebihi kapasitas akal anak pada tahap perkembangannya.

Kedua, bertentangan dengan prinsip tadaruj. Prinsip tadaruj mengajarkan bahwa pendidikan harus dilakukan secara bertahap sesuai dengan kemampuan dan kesiapan anak. full day school yang langsung diterapkan pada anak kelas 1 tanpa proses transisi dan adaptasi yang memadai bertentangan dengan prinsip ini. Anak kelas 1 yang baru keluar dari TK dengan durasi belajar 3-4 jam tiba-tiba harus belajar 8-9 jam merupakan lompatan yang terlalu drastis dan tidak sesuai dengan prinsip pendidikan bertahap dalam Islam.

Ketiga, kurang sesuai dengan prinsip tarbiyah. Konsep tarbiyah menekankan pengasuhan dengan kasih sayang, kesabaran, dan tidak membebankan anak melampaui kapasitasnya. Peringatan Imam Al-Ghazali tentang bahaya memaksa anak belajar terus-menerus tanpa waktu bermain sangat relevan. Jika full day school membuat anak stress, kehilangan keceriaan, dan bahkan membenci sekolah, maka program ini tidak sesuai dengan prinsip tarbiyah yang mengutamakan kesejahteraan psikologis anak.

Keempat, mengurangi peran keluarga dalam pendidikan. Islam menempatkan keluarga, khususnya orang tua, sebagai pendidik utama anak. Sekolah hanya membantu, bukan menggantikan peran orang tua. Namun, full day school secara tidak langsung telah mengambil alih sebagian besar waktu dan peran orang tua dalam mendidik anak. Anak menghabiskan hampir seluruh waktu produktifnya di sekolah, dan pulang dalam kondisi lelah dengan waktu sangat terbatas untuk berinteraksi dengan keluarga.

Meskipun secara umum full day school kurang sesuai untuk siswa kelas rendah, penelitian juga menunjukkan bahwa dalam kondisi tertentu, program ini dapat memberikan manfaat jika memenuhi syarat-syarat berikut: (1) modifikasi durasi dan intensitas dengan mengurangi durasi pembelajaran formal (maksimal 5-6 jam untuk kelas 1, 6-7 jam untuk kelas 2, 7-8 jam untuk kelas 3), memperbanyak waktu bermain dan istirahat, mengurangi beban akademik dan fokus pada pembiasaan dan pembentukan karakter, serta menerapkan sistem transisi bertahap untuk kelas 1; (2) variasi metode pembelajaran dengan pembelajaran berbasis permainan, aktivitas hands-on, pembelajaran outdoor, seni, musik, olahraga, dan

pergantian aktivitas setiap 15-20 menit; (3) fasilitas dan lingkungan yang mendukung seperti ruang kelas nyaman, area bermain luas dan aman, fasilitas tidur/istirahat, makanan bergizi, dan lingkungan hijau; (4) SDM yang kompeten dan peduli dengan guru yang memahami karakteristik perkembangan anak, sabar, penyayang, mampu mendeteksi tanda-tanda stress, berkomunikasi intensif dengan orang tua, dan fleksibel dalam menyesuaikan pembelajaran; (5) keterlibatan orang tua yang optimal dengan melibatkan orang tua dalam proses pendidikan, komunikasi rutin, program parenting, fleksibilitas penjemputan, dan kegiatan bersama orang tua; (6) monitoring dan evaluasi berkelanjutan dengan memonitor kesejahteraan fisik dan psikologis siswa, mengevaluasi dampak program, bersedia memodifikasi program jika ada dampak negatif, dan tidak memaksakan full day school bagi siswa yang tidak mampu beradaptasi.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa program *full day school* di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) kurang sesuai diterapkan pada siswa kelas rendah (kelas 1–3) apabila menggunakan durasi belajar 8–9 jam per hari. Dari perspektif psikologi perkembangan, anak usia 6–9 tahun masih berada pada tahap perkembangan kognitif, fisik, sosial, dan emosional yang membutuhkan waktu bermain, istirahat, aktivitas fisik, serta interaksi keluarga yang cukup. Durasi belajar yang terlalu panjang berpotensi menimbulkan kelelahan fisik dan mental, kejenuhan, penurunan konsentrasi, serta kesulitan adaptasi pada anak. Dari perspektif pendidikan Islam, penerapan *full day school* yang terlalu berat juga bertentangan dengan prinsip fitrah, tadaruj, dan tarbiyah yang menekankan pendidikan secara bertahap, sesuai kemampuan anak, serta dilaksanakan dengan kasih sayang dan tanpa memberatkan peserta didik. Meskipun demikian, program *full day school* tetap memiliki sisi positif, terutama dalam pembentukan karakter religius, peningkatan pengawasan, dan penguatan prestasi akademik. Oleh karena itu, implementasi *full day school* bagi siswa kelas rendah perlu dimodifikasi dengan mengurangi durasi pembelajaran formal, memperbanyak aktivitas bermain dan istirahat, menggunakan metode pembelajaran yang lebih variatif dan ramah anak, serta meningkatkan keterlibatan orang tua agar tujuan pendidikan dapat tercapai tanpa mengabaikan kebutuhan perkembangan anak secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Afni, N. (2015). Problematika sistem full day school pada perkembangan sosial peserta didik di SDIT Luqman Al Hakim Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 4(7), 1–10.
- Afriyanti, I., Wardhani, D. K., & Wijayanti, W. (2018). Implementasi full day school sebagai upaya peningkatan mutu pendidikan. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan*, 245–252.
- Amrillah, R., Oktori, M., & Yulizah, H. (2017). Implementasi program full day school sebagai usaha mendorong perkembangan sosial peserta didik TK Islam Terpadu Al-Huda Bekasi. *JPUD: Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 11(2), 293–304.
- Baharuddin. (2010). *Psikologi pendidikan: Refleksi teoretis terhadap fenomena*. Ar-Ruzz Media.
- Dacholfany, M. I., & Hasanah, U. (2017). Pendidikan anak usia dini menurut konsep Islam. *Jurnal Kependidikan*, 5(1), 42–56.
- Desmita. (2017). *Psikologi perkembangan peserta didik*. PT Remaja Rosdakarya.
- Helmi, M. I. (2016). Implementasi full day school dalam pembentukan karakter siswa SDIT Harapan Bunda Purwokerto. *Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 112–126.
- Hurlock, E. B. (2018). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Edisi revisi). Erlangga.

- Ibda, F. (2015). Perkembangan kognitif: Teori Jean Piaget. *Intelektualita*, 3(1), 27–38.
- Juwantara, R. A. (2019). Analisis teori perkembangan kognitif Piaget pada tahap anak usia operasional konkret 7–12 tahun dalam pembelajaran matematika. *Al-Adzka: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 9(1), 27–34.
- Marinda, L. (2020). Teori perkembangan kognitif Jean Piaget dan problematikanya pada anak usia sekolah dasar. *An-Nisa': Jurnal Kajian Perempuan dan Keislaman*, 13(1), 116–152.
- Ningsih, S., & Hidayat, R. (2022). Problematika full day school di sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(3), 5152–5160.
- Raharjo, S. B., & Yunita, I. (2018). Motivasi belajar siswa SD yang menerapkan sistem full day school. *Harmoni Sosial: Jurnal Pendidikan IPS*, 5(2), 143–151.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Setiani, A. (2017). Implementasi sistem full day school di SD Muhammadiyah Program Khusus Surakarta. *Profesi Pendidikan Dasar*, 4(1), 68–75.
- Syah, M. (2019). *Psikologi pendidikan dengan pendekatan baru* (Edisi revisi). PT Remaja Rosdakarya.
- Zakiah, Q. Y., Rusmana, N., Rahmatulloh, R., & Andrian, J. (2024). Perkembangan fisik motorik anak usia sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 15(1), 55–67.