

**Dampak Sosial Penerapan Pembelajaran Full Day School di MTs Swasta  
Ummi Lubuk Pakam**

**Putri Winanda<sup>1</sup>, Sakti Ritonga<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

*putri0309202083@uinsu.id<sup>1</sup>, saktiritonga@uinsu.ac.id<sup>2</sup>*

**ABSTRACT**

*This study examines the social impact of implementing Full Day School learning. The purpose of this study is to describe the social impact of implementing Full Day School learning at Mts Swasta Ummi Lubuk Pakam. This study uses a qualitative approach. The research method applied is descriptive analytical using data collection techniques through observation, interviews, and documentation. The findings show that the implementation of the Full Day School system at MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam has a complex social impact on students. On the one hand, this system has succeeded in improving social skills and character development. However, on the other hand, it can have negative impacts, namely fatigue and stress, reduced interaction with family, and decreased involvement in neighborhood activities. To overcome this, the school designs a comprehensive strategy by paying attention to the balance of academic and emotional needs of students. Providing sufficient rest time, building character and soft skills development programs, establishing cooperation with parents and the community, and humanistic counseling services are part of the holistic approach applied. Through this strategy, the school seeks to create a healthy, inclusive learning environment that supports the overall development of students.*

**Keywords : Social Impact, Learning, and Full Day School.**

**ABSTRAK**

Penelitian ini mengkaji tentang dampak sosial penerapan pembelajaran *Full Day School*. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan bagaimana dampak sosial dari penerapan pembelajaran *Full Day School* di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, pendekatan yang diterapkan adalah deskriptif analitis dengan menggunakan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Temuan menunjukkan bahwa penerapan sistem *Full Day School* di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam memberikan dampak sosial yang kompleks bagi siswa. Di satu sisi, sistem ini berhasil meningkatkan kemampuan sosial dan perkembangan karakter. Namun, disisi lain dapat menimbulkan dampak negatif yaitu kelelahan dan stress, berkurangnya interaksi dengan keluarga, dan penurunan keterlibatan dalam kegiatan lingkungan tempat tinggal. Untuk mengatasi hal tersebut, sekolah merancang strategi yang menyeluruh dengan memperhatikan keseimbangan akademik dan kebutuhan emosional siswa. Menyediakan waktu istirahat yang cukup, membangun program pembinaan karakter dan soft skills, menjalin kerja sama dengan orang tua dan masyarakat, serta layanan konseling yang humanis menjadi bagian dari pendekatan holistik yang diterapkan. Melalui strategi ini, sekolah berupaya menciptakan lingkungan belajar yang sehat, inklusif, dan mendukung perkembangan siswa secara menyeluruh.

**Kata kunci :** Dampak Sosial, Pembelajaran, dan *Full Day School*.

## PENDAHULUAN

Sektor pendidikan pada saat ini dituntut untuk mengikuti perkembangan zaman supaya mampu menjawab tantangan yang ada pada masa sekarang. Sektor pendidikan merupakan salah satu pilar pengembangan sumber daya manusia yang mampu menjawab tantangan zaman baik dari pendidikan dasar, menengah, maupun tinggi. Salah satu langkah untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan mutu pendidikan adalah dengan adanya inovasi baru dalam sistem pembelajaran yang tepat dengan menerapkan strategi yang baik yaitu dengan membuat perencanaan strategis, pengorganisasian, dan strategi penyampaian pembelajaran yang tepat. Sistem *full day school* telah diperkenalkan di sebagian besar sekolah di Indonesia dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas pendidikan. Hal ini diharapkan dapat mendorong perkembangan intelektual, emosional, spiritual dan kreatif siswa serta memenuhi kebutuhan pendidikan mereka saat ini dan masa depan. Sistem *full day school* adalah pendekatan pendidikan sistematis yang bertujuan untuk meningkatkan manajemen pendidikan melalui pendekatan pembelajaran yang berpusat pada siswa.

*Full Day School* adalah sistem pendidikan di mana siswa menghabiskan sebagian besar waktunya untuk belajar di sekolah (Setyawan et al. 2021). Menurut (Zulfa 2024) menjelaskan bahwa penerapan pembelajaran *full day school* secara teoritis bertujuan untuk memperbaiki pencapaian tujuan pendidikan dan pembelajaran dengan cara memasukkan kelas tambahan sehingga siswa dapat memperdalam pengetahuannya pada satu mata pelajaran dalam sehari. Hal ini mencakup pendalaman isi pembelajaran yang tertuang dalam kurikulum dan pengembangan konsep moral anak menjadi kebiasaan yang baik. Tujuan utama dari sistem ini adalah untuk mendorong perkembangan intelektual, emosional, spiritual, dan kreatif siswa secara seimbang (Aini, Bahiyah, and Aziz 2025). Dengan waktu belajar yang lebih panjang, siswa diharapkan dapat menyerap materi pelajaran dengan lebih mendalam dan terarah. *Full Day School* juga bertujuan untuk memenuhi kebutuhan pendidikan siswa baik untuk masa kini maupun masa depan (Oktaviani 2022). Pendekatan ini menekankan pembelajaran yang berpusat pada siswa, sehingga proses pendidikan menjadi lebih sistematis dan terkelola dengan baik. Secara keseluruhan penerapan pembelajaran *full day school* di berbagai sekolah bertujuan untuk meningkatkan pencapaian akademik, dan pengembangan karakter para siswa. System ini diharapkan dapat memberikan lebih banyak waktu bagi siswa untuk belajar dan berinteraksi dengan guru serta teman sebaya dalam lingkungan yang terkontrol. Namun, dibalik tujuan ini terdapat berbagai dampak sosial yang perlu diperhatikan.

Beberapa studi menunjukkan bahwa penerapan sistem pembelajaran *full day school* memberikan dampak negatif bagi siswa. Studi (Ningsih and Hidayat 2022) *full day school* memberikan dampak negative berupa siswa kurang berinteraksi dengan orang tua dan lingkungan tempat tinggal setelah pulang sekolah, stres yang kadang-kadang muncul karena diakibatkan pelajaran yang terlalu banyak yang mengganggu kondisi psikis siswa itu sendiri. Selanjutnya studi (Rahmi Anggun Pratiwi and Alfi

Rahmi 2023) memberikan dampak negative berupa kurangnya waktu bersama keluarga, anggota keluarga, dan anak menghabiskan waktu dilingkungan sekolah dengan teman-teman yang ada disekeliling sekolahnya saja. Lebih lanjut studi (Maryono and Budiono 2020) memberikan dampak negative berupa beban tugas dan kegiatan yang padat dapat memicu stres akademik dan kejenuhan. Berikutnya studi (Wahyuli and Ifdil 2020) menyatakan jadwal yang padat membuat siswa memiliki sedikit waktu untuk beristirahat atau melakukan aktivitas pribadi di rumah.

Hasil observasi peneliti, terdapat bahwa sistem pembelajaran *full day school* memberikan dampak negatif bagi siswa. penerapan Salah satu dampak yang mereka rasakan yaitu berkurangnya waktu mereka untuk berinteraksi dengan keluarga. Siswa yang mengikuti *full day school* menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah, sehingga mereka memiliki sedikit waktu untuk berkumpul bersama keluarganya di rumah. Hal ini dapat mengurangi kedekatan antara anggota keluarga dan mempengaruhi keharmonisan keluarga. Selain itu, aktivitas sosial di luar sekolah seperti bermain dengan teman di lingkungan sekitar, berpartisipasi dalam kegiatan komunitas, atau mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di luar sekolah juga menjadi terbatas.

Selain itu, tekanan akademik yang meningkat akibat panjangnya waktu belajar di sekolah dapat menyebabkan stres pada siswa. Kurangnya waktu luang untuk beristirahat dan bersantai bisa mempengaruhi kesejahteraan mental siswa. Kondisi ini mungkin berdampak pada perilaku siswa, seperti mudah marah, cemas, atau merasa terbebani. Dalam jangka panjang, stres yang tidak dikelola dengan baik bisa berdampak negatif pada kesehatan mental siswa.

Di sisi lain, interaksi sosial siswa dengan teman sebaya di sekolah memang meningkat, tetapi dalam situasi yang seragam dan kurang bervariasi. Siswa lebih banyak berinteraksi dengan teman-teman di kelas yang sama dan kegiatan yang sudah terstruktur, sehingga kesempatan untuk mengembangkan keterampilan sosial melalui interaksi yang lebih beragam menjadi terbatas. Dengan mempertimbangkan berbagai dampak yang muncul dari penerapan sistem *full day school* ini, penting bagi pihak sekolah dan orang tua untuk mencari solusi yang seimbang, agar tujuan pendidikan tercapai tanpa mengorbankan kesejahteraan sosial dan emosional siswa. Berdasarkan uraian masalah di atas maka penulis merasa tertarik untuk melakukan sebuah penelitian mengenai **“Dampak Sosial Penerapan Pembelajaran *Full Day School* Di MTs Ummi Lubuk Pakam”**

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif analitis. Menurut Moleong, penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman menyeluruh terhadap fenomena yang dialami subjek penelitian, seperti perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan, melalui uraian dengan menggunakan kata-kata atau bahasa dan melibatkan aspek lain secara holistik

(Moleong, 2020). Fokus penelitian ini adalah pada proses deskripsi atau penjelasan mengenai dampak sosial penerapan pembelajaran *Full Day School* yaitu menggambarkan dampak sosial dari penerapan pembelajaran Full Day School di Mts Swasta Ummi Lubuk Pakam. Metode ini juga mendalami makna, pola, dan implikasi yang muncul dari fenomena ini. Pendekatan deskriptif analitis cocok digunakan karena fenomena yang diteliti melibatkan aspek sosial dan psikologis yang kompleks, yang membutuhkan pemaparan yang jelas dan analisis berbasis data untuk menghasilkan kesimpulan yang komprehensif dan relevan.

Penelitian ini dilaksanakan dari Januari hingga juni 2025, dengan menggunakan teknik purposive sampling dalam pengambilan sampel. Data dikumpulkan melalui wawancara yang melibatkan 15 informan, observasi langsung yang dilakukan di lokasi penelitian dengan melihat bagaimana fenomena yang terjadi mengenai dampak sosial dari penerapan pembelajaran *Full Day School*, dan dokumentasi berupa foto yang mendukung data penelitian, rekaman suara atau video selama wawancara. Untuk menjamin keabsahan data dalam penelitian ini digunakan triangulasi teknik yang meliputi triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu. Pendekatan ini membantu memperoleh gambaran yang lebih komprehensif. Selain itu, penelitian ini berpegang pada prinsip etika penelitian dengan memastikan bahwa setiap partisipan memberikan persetujuan untuk berpartisipasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pembelajaran *Full Day School* di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam**

Mts Swasta Ummi Lubuk Pakam didirikan pada tanggal 1 Januari 1900 dengan Nomor SK Pendirian Kd.02.01/5/PP.00/6779/2014 yang berada dalam naungan Kementerian Agama. Di Mts Swasta Ummi Lubuk Pakam Kegiatan belajar dimulai pada pagi hari sebagaimana sekolah pada umumnya, yakni sekitar pukul 07.15, lalu berlangsung hingga pukul 15.30. Jadwal kegiatan belajar siswa di MTs Ummi Lubuk Pakam dimulai pada pukul 07.15 dengan pelaksanaan apel pagi, doa bersama, dan pembiasaan membaca Al-Qur'an sebagai rutinitas awal sebelum masuk kelas. Setelah itu, kegiatan belajar mengajar mata pelajaran inti berlangsung hingga menjelang siang, kemudian pada pukul 12.00 seluruh siswa berhenti sejenak untuk beristirahat, makan siang, dan melaksanakan sholat Dzuhur berjamaah. Selesai beristirahat, kegiatan pembelajaran kembali dilanjutkan dengan mata pelajaran inti hingga pukul 14.00. Pada jam berikutnya, siswa mengikuti pelajaran tambahan berupa mata pelajaran modern dan muatan lokal yang menjadi ciri khas sekolah hingga pukul 15.30. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan program ekstrakurikuler yang mencakup aktivitas olahraga, seni, pengembangan keterampilan, maupun kegiatan keagamaan yang dirancang untuk menyalurkan minat dan bakat siswa.

**Dampak Sosial Penerapan Pembelajaran *Full Day School* di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam**

Di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam Pembelajaran *Full Day School* memiliki dampak positif dan dampak negatif, khususnya dampak sosial terhadap peserta didik, berikut merupakan dampak sosial pembelajaran *Full Day School* di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam:

**Dampak Positif**

**Meningkatnya kemampuan sosial**

Penerapan sistem *Full Day School* di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam terbukti meningkatkan kemampuan sosial siswa. Waktu belajar yang lebih panjang memberi ruang interaksi lebih luas dengan teman dan guru, sehingga melatih komunikasi, kerja sama, empati, dan rasa percaya diri. Hal ini tampak dari wawancara dengan siswa dan keluarga, seperti Intan Fadila yang kini lebih berani berbicara di depan umum serta Kirana Maudi Haila yang menjadi lebih aktif bergaul dan percaya diri. Observasi juga menunjukkan siswa antusias dalam diskusi, kerja kelompok, hingga kegiatan ekstrakurikuler, yang memperkuat ikatan sosial antar mereka. Dokumentasi visual yang menunjukkan siswa tertawa dan berdiskusi bersama menjadi bukti konkret bahwa sistem *Full Day School* memberi ruang nyata bagi pembentukan relasi sosial yang sehat dan produktif.

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan *Full Day School* di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam berdampak positif terhadap perkembangan kemampuan sosial siswa. Waktu belajar yang lebih panjang tidak hanya dimanfaatkan untuk memperdalam materi akademik, tetapi juga membangun suasana sosial yang mendukung perkembangan kepercayaan diri, keterampilan komunikasi, dan kemampuan bekerja sama. Dampak ini sangat penting dalam membentuk karakter siswa yang mampu beradaptasi dan menjalin hubungan sosial dengan baik dalam kehidupan sehari-hari.

**Pengembangan Karakter**

Penerapan sistem *Full Day School* di sekolah ini tidak hanya berfokus pada akademik, tetapi juga pembentukan karakter melalui kegiatan ekstrakurikuler dan pembinaan disiplin. Program ini memberi kesempatan siswa mengembangkan potensi, melatih tanggung jawab, kerja sama, serta menumbuhkan kemandirian. Hasil wawancara menunjukkan perubahan sikap nyata, seperti yang dialami Fauziah Afifa dan Kasia Namira, yang menjadi lebih disiplin, percaya diri, serta bertanggung jawab baik di sekolah maupun di rumah, dan hal ini juga diakui oleh orang tua mereka. Observasi kegiatan siswa memperlihatkan antusiasme dalam mengikuti Pramuka, seni tari, olahraga, drumband, nasyid, hingga kelompok belajar, yang terbukti menanamkan nilai kedisiplinan, tanggung jawab, dan kepercayaan diri. Dengan demikian, *Full Day School* tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap dan karakter siswa secara menyeluruh.

Berdasarkan keseluruhan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, dapat disimpulkan bahwa program ekstrakurikuler dan pembinaan karakter yang diterapkan di di sekolah ini memberikan dampak positif yang signifikan terhadap perkembangan sikap dan perilaku siswa. Kegiatan-kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai pelengkap pendidikan formal, tetapi juga sebagai wahana pembentukan karakter yang efektif. Siswa yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler menunjukkan perkembangan dalam hal kedisiplinan, rasa tanggung jawab, kepercayaan diri, dan kemampuan bekerja sama. Karakter positif ini menjadi bekal penting bagi siswa, baik dalam kehidupan akademik di sekolah maupun dalam kehidupan sosial di lingkungan keluarga dan masyarakat. Dengan demikian, sistem *Full Day School* di sekolah ini tidak hanya memberikan dampak secara intelektual, tetapi juga berperan penting dalam membentuk kepribadian siswa secara holistik.

## **Dampak Negatif**

### **Kelelahan dan stress**

Penerapan *Full Day School* memang memberi kelebihan dalam aspek akademik dan pembentukan karakter, namun juga menimbulkan dampak negatif. Waktu belajar dari pagi hingga sore membuat siswa rentan mengalami kelelahan fisik dan stress. Akibatnya, sepulang sekolah mereka lebih memilih tidur atau beristirahat daripada melakukan aktivitas bermanfaat seperti membaca, berolahraga, atau berinteraksi dengan keluarga.

Fenomena ini terlihat dari wawancara dan observasi. Beberapa siswa, seperti Rian Ardiansyah dan Intan Fadila, mengaku sering merasa penat hingga tidak sanggup beraktivitas di rumah. Kondisi ini juga tampak di kelas, di mana pada jam-jam terakhir fokus dan semangat siswa menurun, sehingga suasana belajar menjadi pasif dibandingkan dengan pagi hari. Dokumentasi visual yang merekam suasana ini memperkuat temuan bahwa durasi belajar yang panjang berdampak pada stamina dan semangat belajar siswa.

Berdasarkan hasil wawancara, dokumentasi, dan observasi yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa salah satu dampak negatif dari penerapan sistem *Full Day School* di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam adalah munculnya kelelahan fisik dan stres pada sebagian siswa. Beban aktivitas yang padat dan waktu belajar yang panjang membuat siswa kehilangan energi dan motivasi untuk melakukan aktivitas produktif di rumah. Akibatnya, proses pemulihan fisik menjadi prioritas utama bagi siswa sepulang sekolah, sehingga kegiatan lain yang mendukung keseimbangan hidup, seperti bersosialisasi dengan keluarga atau mengembangkan minat pribadi, menjadi terabaikan. Jika kondisi ini dibiarkan terus-menerus, maka dapat berdampak pada menurunnya kreativitas, keseimbangan emosional, dan bahkan prestasi akademik siswa dalam jangka panjang.

### **Bekurangny interaksi dengan keluarga**

Penerapan sistem berdampak pada kehidupan siswa, baik di sekolah maupun di rumah. Waktu belajar yang panjang membuat siswa pulang dalam kondisi sangat lelah. Kelelahan ini membuat mereka lebih memilih beristirahat daripada berkumpul dengan keluarga. Akibatnya, intensitas komunikasi dan kedekatan emosional dengan orang tua maupun saudara mengalami penurunan.

Situasi tersebut terlihat dari pernyataan beberapa siswa. Rani Jihan Aulia mengaku jarang bisa berkumpul dengan keluarganya karena sepulang sekolah hanya sempat makan, mandi, lalu tidur. Hal serupa dialami Intan Fadila yang merasa terlalu letih untuk berbincang dengan keluarga setelah seharian di sekolah. Pernyataan ini diperkuat oleh adiknya, Wardani, yang menyebut kakaknya jarang diajak mengobrol karena selalu terlihat kelelahan.

Observasi di sekolah menunjukkan bahwa banyak siswa terlihat lelah saat jam pulang sekolah, terutama menjelang petang. Ekspresi lelah tersebut membuat mereka minim berinteraksi dengan teman sebaya. Aktivitas fisik dan mental sepanjang hari menyita hampir seluruh energi yang dimiliki siswa. Hal ini menegaskan bahwa mereka tidak hanya menghadapi tekanan akademik, tetapi juga tantangan sosial dalam menjaga keseimbangan hidup.

Dokumentasi yang diperoleh memperlihatkan bahwa siswa cenderung langsung pulang tanpa berbincang santai dengan teman-temannya. Kondisi ini berpotensi mengurangi kesempatan mereka menjalin hubungan hangat dengan keluarga di rumah. Padahal, komunikasi dalam keluarga sangat penting bagi kesejahteraan emosional dan dukungan sosial anak. Jika berlanjut terus, siswa bisa kehilangan momen kebersamaan yang berharga.

Berdasarkan wawancara, observasi, dan dokumentasi, dapat disimpulkan bahwa sistem Full Day School berdampak pada berkurangnya interaksi sosial siswa dengan keluarga. Jadwal padat dan beban tinggi membuat siswa kehabisan energi untuk membangun komunikasi hangat dengan orang tua atau saudara. Jika tidak diimbangi dengan pengelolaan waktu dan dukungan keluarga, kualitas hubungan sosial dalam keluarga akan menurun. Hal ini bisa memengaruhi keseimbangan emosional dan perkembangan sosial siswa secara keseluruhan.

## **Penurunan keterlibatan dalam kegiatan lingkungan tempat tinggal**

Penerapan sistem di sekolah ini berdampak pada keterlibatan siswa dalam kehidupan sosial di lingkungan tempat tinggal. Waktu belajar yang panjang membuat siswa memiliki waktu luang yang sangat terbatas. Banyak dari mereka merasa terlalu lelah untuk mengikuti kegiatan masyarakat seperti remaja masjid, karang taruna, atau gotong royong. Kondisi ini menyebabkan rasa kebersamaan dan kepedulian terhadap komunitas sekitar semakin menurun.

Hal tersebut terlihat dari wawancara dengan beberapa siswa dan orang tua. Rian Ardiansyah mengaku jarang mengikuti kegiatan kampung karena kelelahan, dan hal ini dibenarkan oleh ibunya, Masita. Khairunisa Maharani juga menyatakan bahwa ia

tidak lagi aktif dalam kegiatan masyarakat, yang diperkuat oleh penjelasan ibunya, Siti. Beban akademik yang padat menjadi penyebab utama berkurangnya keterlibatan siswa dalam aktivitas sosial di luar sekolah.

Hasil observasi di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami keterbatasan dalam mengikuti kegiatan sosial di lingkungan tempat tinggal. Dokumentasi yang dikumpulkan, termasuk jadwal pelajaran dan aktivitas harian, memperlihatkan bahwa waktu belajar yang panjang membuat siswa hanya memiliki sedikit waktu luang. Kegiatan sekolah yang berlangsung hingga sore hari membatasi mereka untuk terlibat dalam aktivitas komunitas. Hal ini berdampak pada menurunnya partisipasi siswa dalam kegiatan keagamaan, sosial, maupun gotong royong.

Berdasarkan wawancara, observasi, dan dokumentasi, dapat disimpulkan bahwa sistem Full Day School berkontribusi pada berkurangnya keterlibatan siswa di masyarakat. Padatnya jadwal sekolah membuat mereka lelah secara fisik dan kekurangan waktu untuk beraktivitas di luar sekolah. Kondisi ini berisiko menurunkan interaksi sosial dengan lingkungan sekitar. Jika terus berlangsung, perkembangan siswa sebagai individu yang peduli pada komunitasnya juga dapat terhambat.

Berdasarkan uraian diatas penulis menyimpulkan, penerapan sistem *Full Day School* di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam memberikan dampak sosial yang bersifat positif dan negatif bagi siswa. Secara positif, sistem ini meningkatkan kemampuan sosial, kepercayaan diri, serta karakter siswa melalui interaksi intensif dengan guru dan teman, serta keterlibatan aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler. Namun di sisi lain, jadwal belajar yang panjang menyebabkan kelelahan fisik dan mental, menurunnya motivasi belajar di rumah, terbatasnya waktu berinteraksi dengan keluarga, serta rendahnya partisipasi siswa dalam kegiatan sosial di lingkungan tempat tinggal. Dengan demikian, *Full Day School* membawa pengaruh besar terhadap kehidupan sosial siswa, baik dari segi pengembangan diri maupun tantangan keseimbangan waktu dan energi.

## **Strategi Sekolah Dalam Mengatasi Dampak Sosial Dari Pembelajaran Full Day School**

Strategi sekolah dalam mengatasi dampak sosial dari pembelajaran *Full Day School* perlu dirancang secara komprehensif agar siswa dapat menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik dengan kebutuhan sosial dan emosionalnya. Dengan durasi belajar yang panjang, siswa berisiko mengalami kelelahan, kejenuhan, hingga keterasingan sosial jika strategi pendukung tidak disiapkan secara optimal (Bawazir, Mudana, and Sendratari 2020). Strategi MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam dalam mengatasi dampak sosial dari penerapan sistem *Full Day School* dirancang untuk memastikan siswa tetap memiliki kehidupan sosial yang sehat, tidak mengalami kejenuhan dalam belajar, serta tetap mampu berkembang secara emosional dan karakter. Mengingat waktu yang dihabiskan siswa di sekolah cukup panjang, maka diperlukan pendekatan yang menyeluruh dan manusiawi agar pembelajaran tetap

berlangsung efektif tanpa mengorbankan kesejahteraan siswa. Adapun strategi yang diterapkan adalah sebagai berikut:

## Menyediakan Waktu Istirahat yang Cukup

Dalam pelaksanaan sistem pembelajaran *full day school*, sekolah menunjukkan kepeduliannya terhadap kesehatan fisik dan mental siswa dengan menyediakan waktu istirahat yang cukup. Kesadaran akan intensitas belajar yang tinggi mendorong pihak sekolah untuk merancang jadwal harian yang tidak hanya padat dengan pembelajaran, tetapi juga menyisipkan jeda istirahat yang terstruktur. Setiap harinya, siswa diberikan dua kali waktu istirahat, yaitu pada pagi hari sekitar pukul 09.00 hingga 09.30 WIB, serta istirahat siang pada pukul 12.00 WIB yang juga dimanfaatkan untuk makan dan pelaksanaan salat Zuhur berjamaah. Pengaturan ini tidak hanya bertujuan untuk memberikan waktu pemulihan fisik, tetapi juga sebagai momen penyegaran pikiran agar siswa lebih siap menghadapi sesi pembelajaran berikutnya.

Selain waktu istirahat harian, sekolah juga menerapkan program "Qailulah", yaitu waktu tidur siang selama 40 menit yang dilaksanakan dua kali seminggu, tepatnya pada hari Selasa dan Kamis. Program ini dijalankan secara kolektif di dalam kelas dengan pengawasan guru, dan disambut baik oleh siswa sebagai sarana mengurangi kelelahan dan meningkatkan semangat belajar. Inovasi ini mencerminkan komitmen sekolah dalam menciptakan suasana belajar yang seimbang, di mana kebutuhan siswa untuk beristirahat tidak diabaikan.

Dari sisi fasilitas, sekolah juga menyediakan dua halaman terbuka yang biasa digunakan siswa untuk bersosialisasi, bercengkrama, dan menikmati waktu istirahat dengan lebih santai. Halaman depan dan belakang sekolah, serta area sekitar jalan umum dan halaman milik masyarakat sekitar, menjadi ruang alternatif yang turut dimanfaatkan oleh siswa untuk berinteraksi. Tempat-tempat ini tidak hanya berfungsi sebagai lokasi pelepas penat, tetapi juga sebagai ruang sosial yang memperkuat hubungan antar siswa.

Kepala sekolah dan para siswa mengakui keberadaan ruang-ruang santai ini sebagai bagian penting dalam aktivitas harian mereka. Siswa menyebutkan taman dan kantin sekolah sebagai tempat favorit untuk berkumpul dan berbincang dengan teman. Berdasarkan observasi langsung, terlihat bahwa ruang-ruang ini memang difungsikan dengan baik oleh para siswa sebagai bagian dari rutinitas istirahat mereka.

Dari keseluruhan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam telah merespons tantangan sistem *Full Day School* dengan langkah nyata berupa penyediaan waktu istirahat yang cukup dan fasilitas yang memadai. Langkah ini efektif dalam membantu siswa menjaga keseimbangan antara kegiatan belajar dan kebutuhan relaksasi, sehingga mereka dapat menjalani pembelajaran dengan lebih sehat, fokus, dan bersemangat.

## Membangun Program Pembinaan Karakter dan Soft Skills

MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam sebagai lembaga pendidikan berbasis Islam berkomitmen membangun karakter dan keterampilan lunak siswa. Fokus pendidikan tidak hanya pada pencapaian akademik, tetapi juga pada penanaman nilai moral seperti kejujuran, tanggung jawab, kerja sama, dan religiusitas. Nilai-nilai ini ditanamkan secara sistematis melalui kurikulum, khususnya program P5RA (Projek Penguatan Profil Pelajar Rahmatan Lil Alamin). Dengan demikian, sikap dan perilaku siswa mendapat perhatian yang seimbang dengan aspek pengetahuan dan keterampilan.

Selain itu, sekolah ini aktif mengembangkan potensi kepemimpinan melalui berbagai kegiatan. Leadership Camp menjadi program unggulan yang melatih siswa dalam kepemimpinan, komunikasi, dan manajemen organisasi. Kegiatan Perjusami juga memberi pengalaman langsung dalam kerja sama tim dan pengambilan keputusan di lapangan. Sementara itu, pembinaan karakter rutin seperti Mabit melatih siswa dalam public speaking, keberanian, dan kemampuan komunikasi yang baik.

Kepala sekolah menegaskan bahwa berbagai kegiatan pengembangan diri merupakan bagian dari budaya sekolah sejak awal berdirinya madrasah. Dengan slogan *“Be a leader, not a cheerleader”*, sekolah mendorong siswa untuk berani tampil sebagai pemimpin, baik di kelas maupun dalam organisasi sekolah. Banyak alumni sekolah ini dikenal memiliki keterampilan komunikasi yang baik. Mereka juga dipercaya memegang posisi kepemimpinan di jenjang pendidikan selanjutnya.

Pernyataan tersebut diperkuat dengan adanya dokumentasi kegiatan Perjusami dan Leadership Camp yang rutin dilaksanakan setiap tahun. Program ini menunjukkan bahwa sekolah tidak hanya mengajarkan teori, tetapi juga memberi ruang nyata untuk praktik kepemimpinan. Melalui kegiatan ini, siswa dilatih untuk mengembangkan karakter, kerja sama, dan keterampilan komunikasi. Hal ini membuktikan bahwa pendidikan karakter dan soft skills menjadi bagian integral dari sistem pembelajaran di sekolah.

## Menjalin Kerja Sama Dengan Orang Tua dan Masyarakat

Sekolah berkomitmen membangun sinergi antara sekolah, orang tua, dan masyarakat. Bentuk nyata komitmen ini terlihat melalui kegiatan yang melibatkan orang tua, baik rutin maupun insidental. Pertemuan komite dan pembagian rapor dilaksanakan secara kolektif dalam forum besar yang bersifat silaturahmi. Dengan cara ini, terjalin hubungan yang akrab dan komunikatif antara pihak sekolah dan orang tua.

Pendekatan kolektif tersebut juga memberi ruang partisipatif bagi orang tua untuk menyampaikan masukan terkait kebijakan pendidikan. Kepala sekolah menegaskan bahwa pertemuan komite tahunan menjadi sarana penting dalam menyampaikan arah kebijakan sekolah dan mendengar aspirasi orang tua. Komunikasi tidak hanya terbatas pada forum formal, tetapi juga melalui media digital seperti grup WhatsApp. Dengan demikian, orang tua dapat memantau perkembangan akademik sekaligus mendukung proses belajar anak secara aktif.

Hasil observasi di lingkungan sekolah turut memperkuat pernyataan tersebut. Terlihat bahwa setiap kali ada kegiatan penting seperti pembagian rapor, pihak sekolah menyelenggarakan pertemuan besar yang dihadiri oleh para orang tua. Dokumentasi rapat komite yang dilakukan menunjukkan keterlibatan aktif kedua belah pihak dalam membahas kebijakan sekolah serta menjalin komunikasi dua arah yang efektif.

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam berhasil menciptakan iklim kerja sama yang harmonis antara sekolah dan orang tua siswa. Melalui pertemuan rutin dan komunikasi terbuka, sekolah mampu menggalang dukungan dari masyarakat dalam rangka mewujudkan pendidikan yang menyeluruh. Kolaborasi ini menjadi kekuatan tersendiri dalam mendukung keberhasilan proses pendidikan di sekolah serta membentuk lingkungan belajar yang kondusif bagi siswa.

## **Monitoring dan Konseling**

Sekolah menunjukkan perhatian besar terhadap kondisi psikologis siswa melalui layanan bimbingan konseling yang terstruktur. Konseling tidak hanya berfungsi menangani masalah, tetapi juga mencegah gangguan dengan menjaga kesejahteraan emosional siswa. Hal ini sangat penting dalam konteks Full Day School yang menuntut stamina fisik dan mental tinggi. Dengan demikian, layanan konseling menjadi bagian integral dari sistem pembelajaran di sekolah.

Pelaksanaan konseling diawali dengan peran wali kelas yang mengamati dinamika siswa dari aspek akademik maupun emosional. Jika ada indikasi masalah, wali kelas menyampaikan kepada bagian kesiswaan untuk penanganan lebih lanjut. Pendekatan konseling tidak terbatas pada pertemuan formal, tetapi juga dilakukan secara santai di berbagai kesempatan. Cara ini membuat siswa lebih mudah terbuka tanpa merasa terintimidasi.

Pendekatan yang humanis ini memberi ruang bagi semua siswa untuk didengar, termasuk mereka yang terlihat baik-baik saja. Kepala sekolah menegaskan bahwa setiap siswa bisa mengalami tekanan psikologis yang berbeda, sehingga semua berhak mendapat pendampingan. Kesaksian siswa, seperti Khairunisa Maharani, menunjukkan guru konseling aktif memperhatikan perubahan sikap siswa. Guru tidak hanya menjalankan tugas administratif, tetapi juga menjadi pendamping emosional yang peka terhadap kondisi siswanya.

Dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang ada, dapat dilihat bahwa sistem bimbingan konseling di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam telah menjadi bagian integral dari upaya sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan suportif. Sekolah tidak hanya fokus pada pencapaian akademik, tetapi juga berusaha menjaga keseimbangan mental dan emosional siswa agar mereka mampu menjalani pembelajaran dalam sistem *Full Day School* dengan lebih nyaman dan optimal.

Berdasarkan uraian diatas penulis menyimpulkan, Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat dirangkum bahwa strategi MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam dalam mengatasi dampak sosial pembelajaran *Full Day School* dilakukan secara menyeluruh dan responsif terhadap kebutuhan siswa. Sekolah menyediakan waktu istirahat yang cukup, termasuk program tidur siang (Qailulah), serta ruang terbuka untuk menunjang kenyamanan dan interaksi sosial siswa. Selain itu, sekolah juga aktif membina karakter dan soft skills melalui berbagai kegiatan seperti P5RA, Leadership Camp, Perjusami, dan Mabit. Komunikasi dan kerja sama yang erat dengan orang tua serta masyarakat turut mendukung keberhasilan strategi ini. Ditambah lagi, layanan bimbingan konseling dilaksanakan secara fleksibel dan inklusif untuk menjaga kesehatan mental seluruh siswa.

Dengan demikian, strategi MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam dalam merespons dampak sosial dari sistem *Full Day School* menunjukkan efektivitasnya dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang sehat, inklusif, dan seimbang. Sekolah tidak hanya fokus pada aspek akademik, tetapi juga memberikan perhatian besar terhadap kesejahteraan emosional, karakter, serta hubungan sosial siswa.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Penerapan sistem *Full Day School* di MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam memberikan dampak sosial yang kompleks bagi siswa. Di satu sisi, sistem ini berkontribusi positif terhadap peningkatan kemampuan sosial dan pengembangan karakter. Namun di sisi lain, beban waktu belajar yang panjang juga memicu kelelahan fisik dan stres sosial, berkurangnya interaksi dengan keluarga, dan penurunan keterlibatan dalam kegiatan lingkungan tempat tinggal. Strategi yang diterapkan MTs Swasta Ummi Lubuk Pakam dalam mengatasi dampak sosial dari pembelajaran *Full Day School* dirancang secara menyeluruh dan responsif terhadap kebutuhan siswa. Melalui penyediaan waktu istirahat yang cukup, program tidur siang, serta ruang terbuka untuk interaksi sosial, sekolah berupaya menjaga keseimbangan antara beban akademik dan kenyamanan siswa. Upaya ini diperkuat dengan pembinaan karakter dan soft skills melalui kegiatan seperti P5RA, Leadership Camp, Perjusami, dan Mabit, yang mendorong perkembangan pribadi dan kepemimpinan siswa. Komunikasi yang terbuka dan kerja sama dengan orang tua serta masyarakat menjadi penopang penting dalam pelaksanaan strategi tersebut, sementara layanan bimbingan konseling dijalankan secara fleksibel untuk memastikan kesejahteraan mental siswa tetap terjaga. Secara keseluruhan, strategi ini mencerminkan komitmen sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang sehat, inklusif, dan seimbang antara tuntutan akademik dan kebutuhan sosial-emosional siswa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Aini, Putri Nur, Qonita Elviana Bahiyah, and Abdul Aziz. 2025. "Peran Pendidikan Holistik Pada Pendidikan Agama Islam Dalam Membangun Psikososial Peserta

Didik Di Era Digital.” *Qolamuna: Keislaman, Pendidikan, Literasi Dan Humaniora* 2(1):61–70.

- Bawazir, Ema Maulidya, I. Wayan Mudana, and Luh Putu Sendratari. 2020. “Penerapan Full Day School Di Sma Negeri 1 Singaraja (Latar Belakang Penerapan Dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Belajar Sosiologi Di Kelas Xi Iis).” *Jurnal Pendidikan Sosiologi Undiksha* 2(1):144–52. doi: 10.23887/jpsu.v2i1.28058.
- Maryono, and Hendra Budiono. 2020. “Jurnal Basicedu. Jurnal Basicedu,.” *Jurnal Basicedu* 5(5):3(2), 524–32.
- Moleong. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Ningsih, Prapti Octavia, and Muhammad Taufik Hidayat. 2022. “Dampak Pelaksanaan Full Day School Terhadap Perkembangan Sosial Anak Di Sekolah Dasar.” *Jurnal Basicedu* 6(3):4582–90. doi: 10.31004/basicedu.v6i3.2901.
- Oktaviani, Safira. 2022. “Impelementasi Program Kurikulum Full Day School Di Madrasah Tsanawiyah Darel Fadhilah Pekanbaru.”
- Rahmi Anggun Pratiwi, and Alfi Rahmi. 2023. “Dampak Full Day School Terhadap Konsetrasi Belajar Siswa Di Sma Negeri 4 Pariaman.” *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Kebudayaan* 1(1):105–12. doi: 10.59031/jkppk.v1i1.66.
- Setyawan, Farid, Ismail Fauzi, Bunga Fatwa, Hilmi Abdussalam Zaini, and Nur Mrs Jannah. 2021. “Analisis Kebijakan Pendidikan Full Day School Di Indonesia.” *Jurnal Pendidikan* 30(3):369. doi: 10.32585/jp.v30i3.1632.
- Wahyuli, Rahmi, and Ifdil Ifdil. 2020. “Perbedaan Kejenuhan Belajar Siswa Full Day School Dan Non Full Day School.” *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia* 4(3):188–94. doi: 10.24036/4.34380.
- Zulfa, Nur Fita Aulatul. 2024. “Implementasi Program Full Day School Dalam Membentuk Kepribadian Islami Siswa Di Smk Kesehatan Bina Karya Medika Ponorogo.” 35–36.