

**PENGARUH PELAKSANAAN *FULL DAY SCHOOL*
TERHADAP STRES AKADEMIK SISWA
DI MTsN 2 KOTA BANJARMASIN**

SKRIPSI

**OLEH
NAFISAH MUNAWARAH**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN
2025 M/1447 H**

**PENGARUH PELAKSANAAN *FULL DAY SCHOOL*
TERHADAP STRES AKADEMIK SISWA
DI MTsN 2 KOTA BANJARMASIN**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh

**Nafisah Munawarah
NIM. 210101050688**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
PROGRAM STUDI MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM
BANJARMASIN
TAHUN 2025 M/1447 H**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nafisah Munawarah
Nim : 210101050688
Tempat/Tanggal Lahir : Tapin, 01 Juni 2003
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul, “Pengaruh Pelaksanaan *Full Day School* Terhadap Stres Akademik Siswa di MTsN 2 Kota Banjarmasin” adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 01 Juli 2025
Yang membuat pernyataan,



Nafisah Munawarah



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
PROGRAM STUDI MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM
Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3258137
E-mail: mpi@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME
Nomor: B-417/Un.14/III.1.h/PP.00.9/07/2025

Ketua Program Studi Manajemen Pendidikan Islam menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama : Nafisah Munawarah
NIM : 210101050688
Program : S-1
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam

Judul Skripsi:

Pengaruh Pelaksanaan Full Day School Terhadap Stres Akademik Siswa di MTsN 2 Kota Banjarmasin

Hasil Uji Plagiasi : 13%

Berdasarkan hasil uji plagiasi dengan menggunakan <https://www.turnitin.com> bahwa naskah skripsi ini dinyatakan memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25%.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 02 Juli 2025

Ketua Prodi Manajemen Pendidikan Islam,



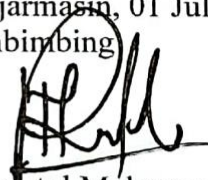
Drs. H. Muhammad Yuseran, M.Pd.
NIP 196902211994031001

PERSETUJUAN

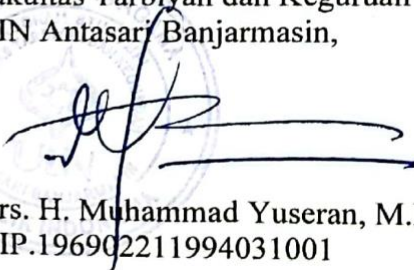
Skripsi yang berjudul : Pengaruh Pelaksanaan *Full Day School* Terhadap
Stres Akademik Siswa di MTsN 2 Kota
Banjarmasin
Ditulis oleh : Nafisah Munawarah
NIM : 210101050688
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
Program : Strata Satu (S1)
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam
Tahun Akademik : 2024/2025
Tempat dan Tanggal lahir : Tapin, 01 Juni 2003
Alamat : Jl, Margasari Pasar Baru, Kecamatan Candi Laras
Selatan, Kabupaten Tapin

Setelah diteliti dan diadakan perbaikan, kami dapat menyetujuinya untuk
dipertahankan di depan sidang Tim Penguji Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN
Antasari Banjarmasin.

Banjarmasin, 01 Juli 2025
Pembimbing


Nauratul Muharramah S.E.I., M.Pd. I
NIP.198609282023212027

Mengetahui
Ketua Program Studi MPI
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin,


Drs. H. Muhammad Yuseran, M.Pd.
NIP.196902211994031001

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul: Pengaruh Pelaksanaan *Full Day School* Terhadap Stres Akademik Siswa di MTsN 2 Kota Banjarmasin

Nama Nafisah Munawarah, telah diujikan dalam sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin pada:

Hari : Rabu
Tanggal : 09 Juli 2025
Nilai : 88,17 (A)

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin



Dr. H. Hamdan, M.Pd
NIP. 196604051993031005

TIM PENGUJI

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Dr. Ahmad Juhaidi, S.Ag., M.Pd.I. (Ketua)	1 
2.	Nauriatul Muharramah, S.E.I., M.Pd.I. (Anggota 1)	2 
3.	Drs. Mukhlis, M.Pd. (Anggota 2)	3 

ABSTRAK

Nafisah Munawarah: NIM. 210101050688. *Pengaruh Pelaksanaan Full Day School Terhadap Stres Akademik Siswa di MTsN 2 Kota Banjarmasin* Pembimbing: Nauriatul Muharramah S.E.I., M.Pd. I. Pada Program Studi Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin 2025.

Kata Kunci: *Full Day School*, Stres Akademik, Siswa

Pendidikan di Indonesia terus berkembang dengan berbagai inovasi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Salah satu model pendidikan yang diterapkan beberapa sekolah adalah *full day school* yang menawarkan waktu belajar lebih lama dibandingkan sekolah reguler. Namun, penerapan *full day school* bisa berdampak terhadap stres akademik siswa. Beberapa siswa mengalami tekanan berat akibat beban belajar yang meningkat dan aktivitas yang padat. Jadi penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat stres akademik siswa di MTsN 2 Kota Banjarmasin dan pengaruh pelaksanaan *full day school* terhadap stres akademik siswa di MTsN 2 Kota Banjarmasin.

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian lapangan. Populasi penelitian ini berjumlah 627 siswa kelas 7 dan 8 di MTsN 2 Kota Banjarmasin. Sampel penelitian sebanyak 244 siswa yang diambil menggunakan teknik *convenience sampling* dan rumus slovin. Data dikumpulkan melalui angket dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji prasyarat (uji normalitas, uji linearitas dan uji heteroskedastisitas) serta menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk verifikasi hipotesis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 64,3% siswa memiliki tingkat stres akademik sedang. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara *full day school* terhadap stres akademik siswa dengan nilai T hitung sebesar 12,698 lebih besar dari T tabel 1,970. Nilai R square menunjukkan bahwa pengaruh *full day school* terhadap stres akademik siswa sebesar 40%.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا
مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ، أَمَّا بَعْدُ

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam, yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Shalawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah membimbing umat manusia menuju jalan yang benar.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, bimbingan, dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Hamdan, M.Pd, Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang berkenan menerima dan menyetujui judul skripsi ini.
2. Bapak Drs. H. Muhammad Yuseran, M.Pd, Ketua Program Studi Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin, yang memberikan arahan penulisan skripsi yang sesuai dengan pengembangan pada program studi.
3. Ibu Nauriatul Muharramah S.E.I., M.Pd. I, selaku dosen pembimbing akademik dan pembimbing skripsi yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan dalam penulisan.

4. Para Dosen, Karyawan Karyawati Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah memberikan ilmu dan layanan yang baik selama penulis berstudi.
5. Bapak Dr. Saifuddin, M. Ag., selaku Kepala Perpustakaan UIN Antasari Banjarmasin dan seluruh staf perpustakaan yang telah memberikan bantuan dan pelayanan yang baik kepada penulis.
6. Bapak Drs. Riduansyah, M.Pd., selaku Kepala Madrasah MTsN 2 Kota Banjarmasin serta Guru dan Seluruh Staf Tata Usaha yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian sehingga berjalan dengan lancar.
7. Seluruh responden yang bersedia memberikan informasi dan data dalam penelitian ini.

Semoga Allah SWT, melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada mereka dan mencatatnya sebagai kebaikan dengan pahala yang berlipat ganda. Penulis berharap semoga tulisan ini dapat bermanfaat dan menjadi amal ibadah disisi-Nya.

Banjarmasin, 29 Dzulhijjah 1446 H
Banjarmasin, 25 Juni 2025 M

Nafisah Munawarah

TRANSLITERASI ARAB – INDONESIA

1.	ا : A	16.	ط : Th
2.	ب : B	17.	ظ : Zh
3.	ت : T	18.	ع : ‘
4.	ث : Ts	19.	غ : Gh
5.	ج : J	20.	ف : F
6.	ح : H	21.	ق : Q
7.	خ : Kh	22.	ك : K
8.	د : D	23.	ل : L
9.	ذ : Dz	24.	م : M
10.	ر : R	25.	ن : N
11.	ز : Z	26.	و : W
12.	س : S	27.	هـ : H
13.	ش : Sy	28.	ء : ’
14.	ص : Sh	29.	ي : Y
15.	ض : Dh		

1. Vokal

Vokal dalam bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong. Vokal tunggal memiliki ketentuan alih aksara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
َ	A	Fathah
ِ	I	Kasrah
ُ	U	Dhammah

Kata sandang: Contoh: (الرَّجَال) al-rijal bukan ar-rijal, (الدِّوَان) al-dîwân

bukan ad-dîwân.

Syiddah: Misalnya, kata (الضَّرُورَة) tidak ditulis *adh-dharurah* melainkan al

dharûrah, demikian seterusnya.

Vokal rangkap memiliki ketentuan alih aksara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
َـيَ	Ai	a dan i
َـوَ	Au	a dan u

2. Vokal Panjang

Ketentuan alih aksara vokal panjang (mad), yang dalam bahasa Arab dilambangkan dengan harakat dan huruf, yaitu:

Tanda Vokal Arab	Tanda vokal Latin	Keterangan
بَا	Â	a dengan topi di atas
بِي	Î	i dengan topi di atas

و	û	u dengan topi di atas
---	---	-----------------------

3. Kata Sandang

Kata sandang, yang dalam sistem aksara Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu dialihaksarakan menjadi huruf *al-*, baik diikuti huruf syamsiyah maupun huruf kamariah. Contoh: *al-rijâl* bukan *ar-rijâl*, *al-dîwân* bukan *ad-dîwân*.

4. Syiddah (Tasydid)

Syiddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda (ّ) dalam alih aksara ini dilambangkan dengan huruf, yaitu dengan menggandakan huruf yang diberi tanda syiddah itu. Akan tetapi, hal ini tidak berlaku jika huruf yang menerima tanda syiddah itu terletak setelah kata sandang yang diikuti oleh huruf-huruf syamsiyah. Misalnya, kata (قُرُورُضَلَا) tidak ditulis *adhdharûrah* melainkan *dharûrah*, demikian seterusnya.

5. Ta Marbûthah

Berkaitan dengan alih aksara ini, jika huruf *ta marbûthah* terdapat pada kata yang berdiri sendiri, maka huruf tersebut dialihaksarakan menjadi huruf /h/ (lihat contoh 1 di bawah). Hal yang sama juga berlaku jika *ta marbûthah* tersebut diikuti oleh kata sifat (*naʾt*) (lihat contoh 2). Namun, jika huruf *ta marbûthah* tersebut diikuti kata benda (*ism*), maka huruf tersebut dialihaksarakan menjadi huruf /t/ (lihat contoh 3).

No.	Kata Arab	Alih Aksara
1.	طَرِيقَةٌ	Tharîqah
2.	الْجَامِعَةُ الْإِسْلَامِيَّةُ	Al-Jâmi‘ah al-Islâmiyah
3.	وَحْدَةُ الْوُجُودِ	Wahdah al-Wujûd

6. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam alih aksara ini huruf kapital tersebut juga digunakan, dengan mengikuti ketentuan yang berlaku dalam ejaan Bahasa Indonesia, antara lain untuk menuliskan permulaan kalimat, huruf awal nama tempat, nama bulan, nama diri, dan lain-lain. Jika nama diri didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal atau kata sandangnya. Contoh: *al-Ghazali* bukan *Al-Ghazali*, *al-Banjari* bukan *Al-Banjari*.

Beberapa ketentuan lain dalam PUEBI sebetulnya juga dapat diterapkan dalam alih aksara ini, misalnya ketentuan mengenai huruf cetak miring (*italic*) atau cetak tebal (**bold**). Jika menurut PUEBI, judul buku itu ditulis dengan cetak miring, maka demikian halnya dalam alih aksaranya, demikian seterusnya.

Berkaitan dengan penulisan nama, untuk nama-nama tokoh yang berasal dari Nusantara sendiri, disarankan tidak dialihaksarakan meskipun akar katanya berasal dari bahasa Arab. Misalnya ditulis *Abdussamad al-Palimbani*, tidak *‘Abd al-Samad al-Palimbânî*; *Nuruddin al-Raniri*, tidak *Nûr al-Dîn al-Rânîrî*.

7. Cara Penulisan Kata

Setiap kata, baik kata kerja (*fi'l*), kata benda (*ism*), maupun huruf (*harf*) ditulis secara terpisah. Berikut adalah beberapa contoh alih aksara atas kalimat-kalimat dalam bahasa Arab

Aksara Arab	Alih Aksara
ذَهَبَ الْأُسْتَاذُ	dzahaba al-ustādzu
ثَبَتَ الْأَجْرُ	tsabata al-ajru
الْحَرَكَةُ الْعَصْرِيَّةُ	al-ḥarakah al-‘ashriyyah
أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ	asyhadu an lā ilāha illah Allāh
مَوْلَانَا مَلِكُ الصَّالِحِ	mawlānā Malik al-Shāliḥ
يُؤَثِّرُكُمْ اللَّهُ	yu’tsirukum Allāh
الْمَظَاهِرُ الْعَقْلِيَّةُ	al-mazāhir al-‘aqliyyah
حُبُّ الْإِسْطِطْلَاعِ	ḥub al-istithlā’
الْمَادَّةُ الْمَصْنُوعَةُ مِنَ الْحَيَوَانَ	al-māddah al-mashnū’ah min al-ḥayawān
طَرَفُ الْعَيْنِ	ṭarf al-‘ayni
الْمُسَاهَمَةُ	al-musāhamah
مَنْ سَلَكَ طَرِيقًا	man salaka ṭarīqan

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
SURAT BEBAS PLAGIASI	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
TRANSLITERASI ARAB – INDONESIA	ix
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Operasional.....	8
C. Rumusan Masalah	9
D. Tujuan Penelitian	9
E. Signifikansi Penelitian	10
F. Penelitian Terdahulu yang Relevan	10
G. Hipotesis Penelitian.....	15
H. Sistematika Penulisan.....	16
 BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR	 17
A. Kajian Teori	17
B. Kerangka Pikir	27
 BAB III METODE PENELITIAN	 28
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	28
B. Lokasi Penelitian	29
C. Populasi dan Sampel	29
D. Data dan Sumber Data	32
E. Teknik Pengumpulan Data	32
F. Instrumen Penelitian.....	33
G. Teknik Analisis Data.....	34
H. Teknik Validitas dan Reliabilitas	38

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil Penelitian	45
B. Pembahasan.....	53
 BAB V PENUTUP.....	 57
A. Simpulan	57
B. Saran.....	57
 DAFTAR PUSTAKA	 58
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	62
DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS	97

DAFTAR TABEL

No.	Halaman
3.1 Sampel Penelitian	30
3.2 Pengujian Karakteristik Jenis Kelamin.....	30
3.3 Pengujian Karakteristik Tingkatan Kelas	31
3.4 Pengujian Karakteristik Usia	31
3.5 Kisi-Kisi Angket <i>Full Day School</i>	34
3.6 Kisi-Kisi Angket Stres Akademik	34
3.7 Skor Instrumen Angket.....	34
3.8 Interpretasi Koefisien Korelasi	38
3.9 Uji Validitas Variabel X	39
3.10 Uji Validitas Variabel Y	40
3.11 Hasil Uji Reliabilitas.....	42
4.1 Hasil Uji Statistik Deskriptif	46
4.2 Pengelompokan Kategorisasi Stres Akademik	47
4.3 Hasil Rekapitulasi Analisis Stres Akademik	47
4.4 Hasil Uji Normalitas Data	48
4.5 Hasil Uji Linearitas Data	49
4.6 Hasil Uji Heteroskedastisitas	51
4.7 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	51
4.8 Hasil Uji T	52
4.9 Hasil Uji Koefisien Determinan (R^2)	53

DAFTAR GAMBAR

No.		Halaman
2.1	Kerangka Pikir	27
3.1	Teknik Analisis Data	35

DAFTAR LAMPIRAN

No.		Halaman
1.	Daftar Terjemah	62
2.	Identitas Madrasah	63
3.	Data Siswa	64
4.	Daftar Nama Tenaga Pendidik	65
5.	Daftar Nama Tenaga Kependidikan	67
6.	Keadaan Sarana dan Prasarana	68
7.	Jadwal Mengajar Guru	69
8.	Angket <i>Full Day School</i> dan Stres Akademik	70
9.	Tabulasi Data dari Microsoft Excel	72
10.	SK Penetapan Pembimbing Skripsi	82
11.	Surat Keterangan Telah Seminar Proposal	83
12.	Surat keterangan Persetujuan Riset	84
13.	Surat Riset Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan	85
14.	Rekomendasi Riset dari Kantor Kementerian Agama Banjarmasin	88
15.	Surat Izin Penelitian	89
16.	Surat Selesai Penelitian	90
17.	Surat Uji Validasi Instrumen Angket	91
18.	Lembar Validasi Angket	92
19.	Dokumentasi Kegiatan Penelitian	95