

Pemanfaatan Waktu Jam Kosong pada Peserta Didik

Ahmad Rafiqurrahman*, Rahmadi, Arie Rakhman

Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lambung Mangkurat, Indonesia

* Correspondence: 2010122110008@mhs.ulm.ac.id

Abstract

This study aims to examine the utilization of free time by seventh grade students at SMPN 1 Kelumpang Tengah and its impact on them. The method used was a survey method used with data collection techniques in the form of questionnaires. The population in this study were all students of SMPN 1 Kelumpang Tengah which involved 31 students of class VII as samples. The results showed that class management (empty hours) showed 100% reported that they often experienced empty hours, 68% received instructions, 32% reported often receiving instructions, student involvement in empty hours, namely most students 65% often do homework, 61% play social media on mobile phones, 55% play outside the classroom. While the impact of empty hours most students 65% often feel bored, with 71% of students often feel satisfied during empty hours, with 68% of students only sometimes motivated. Students' activities during empty hours are mostly filled with non-academic activities such as sleeping, playing games and social media, and playing outside the classroom, while academic activities such as reading textbooks are rarely done. The impact of free time varies; most students feel bored, but there are also those who feel satisfied with the free time.

Keyword: Student activity; impact of free time; utilization of free time; learners

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pemanfaatan waktu jam kosong oleh siswa kelas VII di SMPN 1 Kelumpang Tengah dan dampaknya terhadap mereka. Metode yang digunakan adalah metode survei digunakan dengan teknik pengumpulan data berupa kuesioner. Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa SMPN 1 Kelumpang Tengah yang melibatkan 31 siswa kelas VII sebagai sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen kelas (jam kosong) menunjukkan 100% melaporkan bahwa mereka sering mengalami jam kosong, 68% menerima intruksi, 32% melaporkan sering menerima intruksi, keterlibatan siswa pada jam kosong yaitu sebagian besar siswa 65% sering mengerjakan PR, 61% bermain media sosial di Hp, 55% bermain di luar kelas. Sedangkan dampak jam kosong sebagian besar siswa 65% sering merasa bosan, dengan 71% siswa sering merasa puas selama jam kosong, dengan 68% siswa hanya kadang-kadang termotivasi. Aktivitas siswa selama jam kosong lebih banyak diisi dengan kegiatan non-akademis seperti tidur, bermain game dan media sosial, dan bermain di luar kelas, sementara kegiatan akademis seperti membaca buku pelajaran jarang dilakukan. Dampak jam kosong bervariasi; sebagian besar siswa merasa bosan, namun ada juga yang merasa puas dengan waktu luang tersebut.

Kata kunci: Aktivitas siswa; dampak jam kosong; pemanfaatan jam kosong; peserta didik

Received: 24 Mei 2024 | Revised: 10 Juli, 24 August, 18 November 2024

Accepted: 19 November 2024 | Published: 30 Desember 2024



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pendahuluan

Menurut (Mayasari & Arifudin, 2023) pada pengembangan sumber daya manusia, pendidikan masih memiliki peran utama dalam rangka meningkatkan derajat, kecerdasan, dan moral seseorang, serta menjadikan individu lebih bermanfaat bagi orang lain. Melalui pendidikan, seseorang dapat mengembangkan potensinya secara maksimal dalam suasana belajar yang mendukung dan terencana (Annisa et al., 2020). Individu dapat meningkatkan keterampilannya, mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, serta lebih percaya diri dalam berkontribusi pada pembangunan negara (Serdar et al., 2017). Sekolah, sebagai lembaga pendidikan formal, berperan krusial dalam proses ini.

Bagaimana memanfaatkan waktu merupakan aspek perlu diperhatikan, termasuk waktu jam kosong, agar dapat mendukung proses belajar dan pengembangan diri siswa secara optimal di sekolah (Hasanah & Munandar, 2023). Waktu adalah sumber daya penting dalam proses pendidikan (Junaidi et al., 2023). Di lingkungan sekolah, pengelolaan waktu yang efektif dapat memberikan dampak signifikan terhadap perkembangan akademis dan non-akademis peserta didik (Skrbinjek, 2023). Salah satu aspek penting yang sering kali terabaikan adalah pemanfaatan waktu jam kosong, yakni waktu di luar jam pelajaran formal yang tersedia bagi peserta didik (Nabila et al., 2023).

Pemanfaatan waktu jam kosong ini memiliki potensi besar untuk mendukung pengembangan keterampilan dan pengetahuan yang mungkin tidak tercakup dalam kurikulum inti (Wati et al., 2024). SMP Negeri 1 Kelumpang Tengah adalah sekolah SMP Negeri yang lokasinya berada di Jl. Wantilan Rt 04, Kab. Kotabaru. Sekolah ini memiliki misi mengoptimalkan salah satunya prestasi dalam bidang jasmani dan kesehatan yang dituangkan dalam banyak kegiatan dan usaha-usaha sekolah demi mendukung terwujudnya misi ini salah satunya dengan membangun kesadaran kesehatan. Program ini dimanifestasikan melalui banyaknya media informasi terkait jasmani dan Kesehatan yang dapat diakses gratis oleh siswa.

Media informasi terutama berbentuk cetak dibagikan di kelas sebagai bahan belajar tambahan. Harapannya media informasi ini mampu menjadi langkah awal Gerakan kesadaran akan kesehatan di SMP Negeri 1 Kelumpang Tengah. Seperti halnya satuan pendidikan yang berada di Kabupaten, SMPN 1 Kelumpang Tengah juga belum mampu mengisi seluruh kegiatan pembelajaran di kelas oleh guru. Hal ini dilatarbelakangi dengan adanya beberapa kegiatan sekolah hingga kendala dari guru yang mengajar yang berakibat pada kegiatan belajar mandiri oleh siswa tanpa pengawasan guru atau dalam kacamata siswa adalah jam kosong.

Berdasarkan wawancara kepada siswa yang ada di sekolah sasaran yakni SMPN 1 Kelumpang Tengah mengatakan bahwa sering terjadi waktu jam kosong saat jam pelajaran. Waktu jam kosong ini disebabkan guru ada tugas lainnya seperti alasan pribadi misalkan turunnya kesehatan atau sakit, adanya pengembangan kompetensi guru berupa pendidikan hingga pelatihan, adanya aktivitas yang berhubungan dengan kegiatan masyarakat serta aktivitas guru sebagai guru penggerak sehingga guru hanya meninggalkan tugas saja kepada peserta didik. Selain itu penelitian oleh (Hasanah &

Munandar, 2023) menyebutkan bahwa adanya hubungan atau koneksi adanya jam pelajaran yang kosong terhadap potensi munculnya kenakalan remaja atau siswa dengan persentase sebesar 75,5% dan ini menjadi sesuatu yang dibutuhkan sebagai bahan evaluasi.

Kenakalan peserta didik (usia remaja) muncul dari hal negatif akibat dari adanya sesuatu yang menyimpang serta faktor penunjang lain, baik faktor yang berasal dari luar (lingkungan) maupun dari internal peserta didik itu sendiri (Amalia et al., 2019). Fenomena ini semakin terdukung tanpa adanya pengawasan dari para guru di sekolah yang mengakibatkan perilaku kenakalan seakan semakin terdukung (Hani et al., 2019). Adanya hal ini, mendorong dilaksanakannya evaluasi terkait fenomena ketidakhadiran guru pada aktivitas pembelajaran di kelas, dimana keadaan saat guru sering tidak hadir menjadikan jam terjadinya jam kosong.

Pada konteks pemanfaatan waktu jam kosong di sekolah, peran guru sangatlah vital. Peran guru tidak hanya sebagai guru yang mengajar namun juga sebagai inisiator bagi peserta didik (Nurjanah et al., 2023). Berlawanan dengan peran tersebut, fakta bahwa guru sering tidak masuk kelas karena kendala sesuatu masih sering ditemui. Hal ini menjadi faktor utama kurangnya perhatian dan pengawasan guru di ruang kelas. Tindakan dan perilaku guru memiliki dampak yang signifikan pada motivasi dan perilaku siswa. Ketika guru memberikan perhatian dan mendemonstrasikan perilaku yang baik, ini dapat menginspirasi siswa untuk berperilaku sama (Supiningsih, 2020).

Namun, jika guru tidak memanfaatkan waktu dengan baik atau tidak memberikan perhatian yang cukup, ini dapat mengakibatkan gangguan dalam proses pembelajaran dan kurangnya pengawasan terhadap siswa (Wu et al., 2020). Penelitian oleh (Hasanah & Munandar, 2023) menunjukkan bahwa guru sebagai pendidik memberikan dampak yang besar kepada peserta didik, serta guru yang luar biasa dapat menginspirasi siswa untuk mencapai potensi mereka yang tertinggi. Hal ini memperkuat bahwa penting untuk guru terus meningkatkan kualitas pembelajaran untuk kepentingan peserta didik, baik dari segi pengetahuan, keterampilan mengajar, maupun sikap (Jamin, 2018).

Karena, dalam dunia pendidikan, peningkatan kualitas guru akan membawa dampak positif bagi perkembangan siswa dan kualitas pendidikan secara keseluruhan (Saodah et al., 2020). Hal ini menjelaskan bahwa adanya jam kosong pada kegiatan belajar mengajar di sekolah memberikan dampak pada ilmu dan pembelajaran yang didapatkan oleh peserta didik di sekolah (Hasanah & Munandar, 2023). Permasalahan konkret yang terjadi membuat peneliti memberikan perhatian lebih dalam untuk peneliti melakukan penelitian terkait aktivitas peserta didik pada jam kosong Pelajaran.

Tujuan dari diadakannya penelitian ini adalah untuk menilik lebih dalam aktivitas yang dilakukan peserta didik saat jam Pelajaran kosong khususnya peserta didik di kelas VII DI SMPN 1 Kelumpang Tengah. Peneliti berharap hasil penelitian ini menjadi bahan pertimbangan untuk kegiatan evaluasi dan pengembangan program atau kegiatan untuk siswa serta pengaturan terhadap penjadwalan kegiatan dengan tujuan peningkatan kualitas pembelajaran di sekolah.

Metode

Tempat dilakukannya penelitian ini adalah pada SMPN 1 Kelumpang Tengah. Cara pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah metode pengambilan data dengan cara survei. Teknik pengumpulan data yang peneliti lakukan berupa kuesioner. Adapun yang tergolong dalam populasi pada penelitian adalah seluruh siswa di SMPN 1 Kelumpang Tengah. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VII di SMPN 1 Kelumpang Tengah dengan jumlah peserta didik sebanyak 31 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, di mana seluruh peserta didik kelas VII dipilih sebagai sampel karena mereka secara representatif mewakili populasi yang diteliti (Abdillah et al., 2022).

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner di mana peserta diberikan seperangkat pertanyaan tertulis supaya diisi. Jenis kuesioner yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuesioner tertutup. Menurut (Rahayu & Aini, 2021) rumus persentase digunakan untuk melakukan teknik analisis data pada kuesioner.

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P= Angka presentase (%)

F= Frekuensi (jumlah yang menjawab)

N= Jumlah sampel (responden)

Norma penilaian yang digunakan setelah analisis adalah: 80-100% sangat sering, 60-79% sering, 40-59% kadang-kadang, 20-39% jarang, dan 0-19% tidak pernah (Abdillah et al., 2022).

Hasil

Berdasarkan data yang dikumpulkan melalui kuesioner yang diberikan kepada 31 siswa, berbagai aspek mengenai kejadian dan pemanfaatan jam kosong di sekolah SMPN 1 Kelumpang Tengah, berikut tabel hasil penelitian yang dianalisis.

Tabel 1. Respon siswa tentang manajemen kelas (jam kosong)

| No | Pertanyaan | Frekuensi | | |
|----|---|--------------|---------------|---------------|
| | | Tidak Pernah | Kadang-Kadang | Sangat Sering |
| 1. | Pernah terjadi jam kosong dikelas | | | 11 |
| 2. | Guru memberikan tugas pada saat jam kosong | | 19 | 12 |
| 3. | Pernah terjadi jam kosong secara berturut-turut | | | 31 |
| 4. | Pernah terjadi jam kosong dalam waktu seminggu. | | | 31 |
| 5. | Pernah terjadi kegaduhan saat ada jam kosong. | | 18 | 13 |
| 6. | Durasi jam kosong di lebih dari 4 jam pelajaran dalam satu minggu | | | 18 |
| 7. | Alasan utama adanya jam kosong di kelas adalah ketidakhadiran guru dengan berbagai alasan | | 16 | 15 |
| 8. | Alasan paling sering karena adanya jadwal guru di luar jam mengajar | | | 20 |
| 9. | Guru memberikan instruksi tambahan saat ada jam kosong di kelas | | 21 | 10 |

Berdasarkan hasil penelitian dari total 31 siswa yang menjadi responden, terlihat bahwa jam kosong di kelas sering terjadi. Sebanyak 20 responden menyatakan sering mengalami jam kosong dan 11 responden sangat sering mengalami jam kosong. Guru tidak selalu memberikan tugas saat jam kosong, dengan 19 responden menyatakan kadang-kadang dan 12 responden sering menerima tugas. Semua responden pernah mengalami jam kosong secara berturut-turut dan dalam waktu seminggu. Kegaduhan di kelas saat jam kosong juga cukup sering terjadi, dengan 18 responden menyatakan kadang-kadang dan 13 responden sering mengalaminya.

Durasi jam kosong yang panjang (lebih dari 4 jam pelajaran dalam satu minggu) dialami oleh 18 responden sering dan 13 responden sangat sering. Alasan utama jam kosong adalah ketidakhadiran guru, dengan 16 responden menyatakan kadang-kadang dan 15 responden sering, dan alasan paling sering karena jadwal guru di luar jam mengajar, dengan 20 responden sering dan 11 responden sangat sering. Guru tidak selalu memberikan instruksi tambahan saat jam kosong, dengan 21 responden menyatakan kadang-kadang dan 10 responden sering.

Tabel 2. Respon siswa terhadap keterlibatan siswa pada jam kosong

| No | Pertanyaan | Frekuensi | | | |
|-----|---|--------------|---------------|--------|---------------|
| | | Tidak Pernah | Kadang-Kadang | Sering | Sangat Sering |
| 1. | Menghabiskan jam kosong untuk tidur | 9 | 7 | 11 | 4 |
| 2. | Memanfaatkan jam kosong untuk berkunjung ke UKS | 7 | 16 | 8 | |
| 3. | Memanfaatkan jam kosong untuk berolahraga didalam kelas | 3 | 6 | 14 | 8 |
| 4. | Menggunakan jam kosong untuk membaca buku pelajaran | 15 | 11 | 5 | |
| 5. | Menggunakan jam kosong untuk membaca buku non-pelajaran (novel, komik, dll.) | 3 | 6 | 14 | 8 |
| 6. | Menggunakan jam kosong untuk berdiskusi dengan teman mengenai pelajaran | 13 | 13 | 5 | |
| 7. | Menggunakan jam kosong untuk berdiskusi dengan teman mengenai hal-hal di luar pelajaran | | 11 | 12 | 8 |
| 8. | Menggunakan jam kosong untuk mengerjakan tugas atau PR | | 9 | 20 | 2 |
| 9. | Menggunakan jam kosong untuk bermain di luar kelas | 2 | 6 | 17 | 6 |
| 10. | Menggunakan jam kosong untuk bermain game di HP | | 15 | 12 | 4 |
| 11. | Menggunakan jam kosong untuk bermain media sosial di HP | | 7 | 19 | 5 |

Hasil penelitian diatas menunjukkan keterlibatan siswa waktu saat jam kosong. Tidur sering dilakukan oleh 11 responden dan sangat sering oleh 4 responden. Kunjungan ke UKS kadang-kadang dilakukan oleh 16 responden. Olahraga di dalam kelas sering dilakukan oleh 14 responden dan sangat sering oleh 8 responden. Membaca buku pelajaran tidak pernah dilakukan oleh 15 responden, sedangkan membaca buku non-pelajaran sering dilakukan oleh 14 responden dan sangat sering oleh 8 responden. Diskusi tentang pelajaran tidak pernah dilakukan oleh 13 responden dan kadang-kadang oleh 13 responden. Diskusi tentang hal lain kadang-kadang dilakukan oleh 12 responden. Mengerjakan tugas kadang-kadang dilakukan oleh 20 responden. Bermain di luar kelas sering dilakukan oleh 17 responden dan sangat sering oleh 6 responden. Bermain game di HP tidak pernah dilakukan oleh 15 responden, sedangkan bermain media sosial di HP kadang-kadang dilakukan oleh 19 responden.

Tabel 3. Respon siswa tentang dampak jam kosong

| No | Pertanyaan | Frekuensi | | | |
|----|--|--------------|---------------|--------|---------------|
| | | Tidak Pernah | Kadang-Kadang | Sering | Sangat Sering |
| 1. | Pernah merasa bosan saat jam kosong | 3 | 10 | 18 | |
| 2. | Merasa cemas atau stres saat tidak ada aktivitas yang terstruktur selama jam kosong di kelas | 20 | 10 | 1 | |
| 3. | Merasa puas dengan penggunaan jam kosong di kelas | | | 22 | 9 |
| 4. | Adanya jam kosong membuat saya termotivasi belajar sesuatu | 5 | 21 | 5 | |

Berdasarkan hasil penelitian, terlihat bahwa dampak jam kosong terhadap responden bervariasi. Merasa bosan saat jam kosong sering dialami oleh 18 responden dan kadang-kadang oleh 10 responden. Merasa cemas atau stres saat tidak ada aktivitas yang terstruktur selama jam kosong di kelas tidak pernah dialami oleh 20 responden, kadang-kadang oleh 10 responden, dan sering oleh 1 responden. Merasa puas dengan penggunaan jam kosong di kelas sering dirasakan oleh 22 responden dan sangat sering oleh 9 responden. Adanya jam kosong membuat 21 responden kadang-kadang termotivasi untuk belajar sesuatu, dan 5 responden sering termotivasi.

Berdasarkan hasil dari pengisian kuesioner dapat disimpulkan bahwa jam kosong di kelas sering terjadi dengan sebagian besar responden mengalami hal ini secara rutin setiap minggu, sering kali tanpa adanya tugas atau instruksi tambahan dari guru. Kegaduhan di kelas juga sering terjadi selama jam kosong. Siswa menghabiskan waktu jam kosong dengan berbagai aktivitas seperti tidur, mengunjungi UKS, berolahraga di dalam kelas, membaca buku non-pelajaran, dan bermain di luar kelas atau di HP. Dampak jam kosong juga bervariasi, dimana beberapa responden merasa bosan, sementara yang lain merasa puas dengan penggunaan waktu tersebut. Berikut merupakan hasil penelitian berdasarkan grafik persentase.

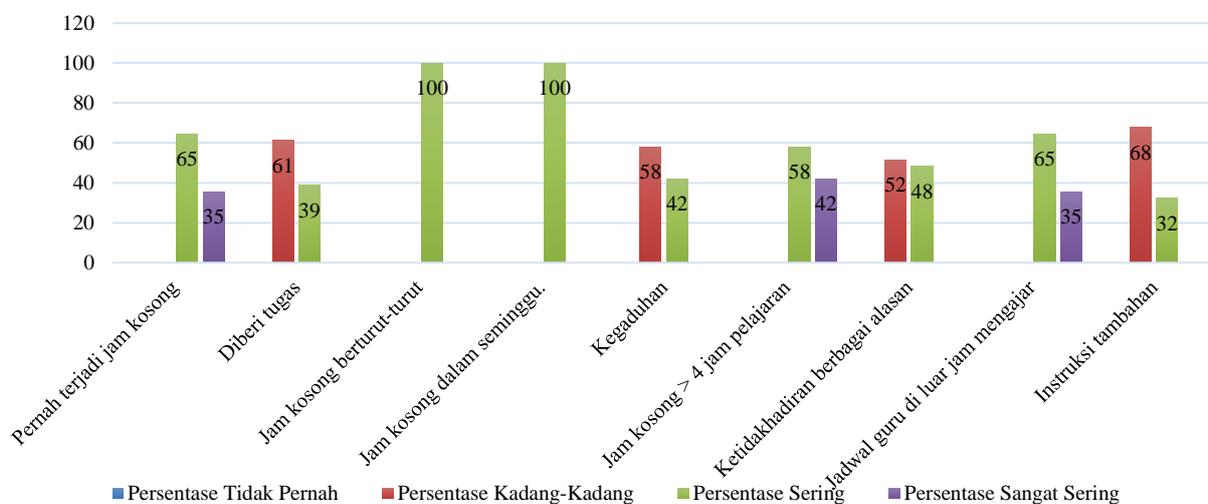


Diagram 1. Manajemen kelas (jam kosong)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jam kosong merupakan masalah umum dan konsisten, grafik presentasi tersebut menunjukkan 100% siswa mengalami jam kosong.

Selain itu, semua siswa (100%) melaporkan bahwa mereka sering mengalami jam kosong berturut-turut dan dalam waktu seminggu penuh, mengindikasikan masalah yang sistemik dalam manajemen waktu pengajaran di sekolah. Meskipun ada upaya untuk memberikan instruksi tambahan selama jam kosong, mayoritas siswa (68%) menyatakan bahwa mereka hanya kadang-kadang menerima instruksi tersebut, sementara 32% melaporkan sering menerima instruksi. Hal ini menunjukkan bahwa manajemen kelas (jam kosong) di SMP Negeri 1 Kelumpang Tengah masih belum optimal.

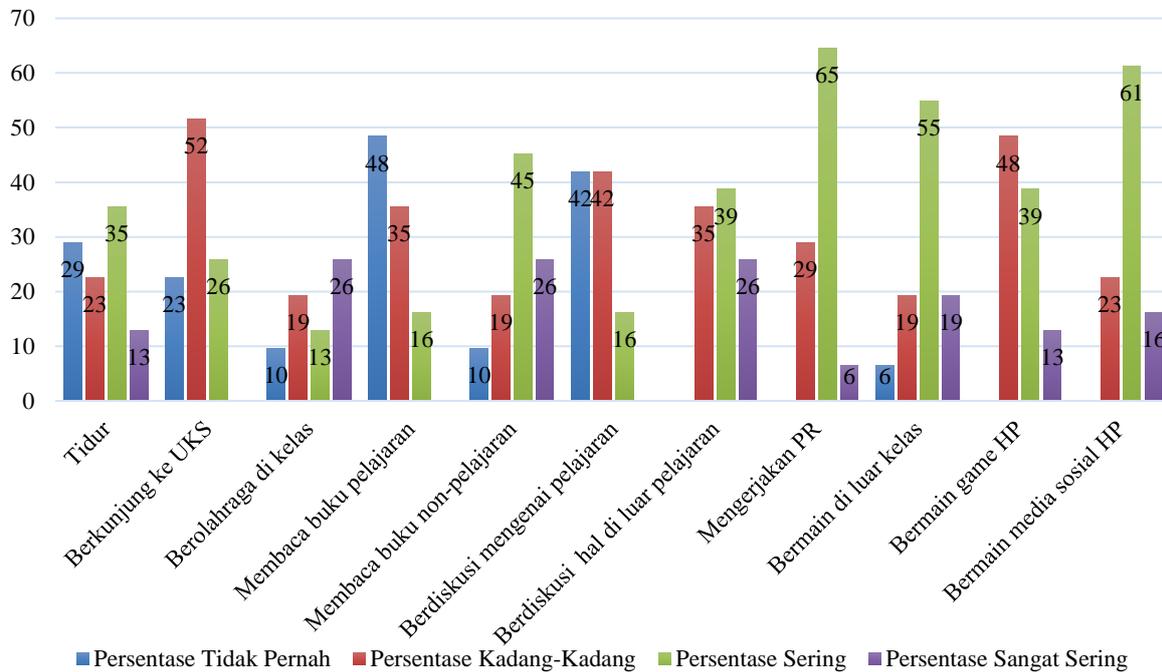


Diagram 2. Keterlibatan siswa pada jam kosong

Hasil penelitian menunjukkan bahwa selama jam kosong, sebagian besar siswa (65%) sering mengerjakan PR, menunjukkan bahwa jam kosong sering dimanfaatkan untuk menyelesaikan pekerjaan rumah. Namun, 61% siswa sering bermain media sosial di HP, yang menandakan bahwa penggunaan perangkat elektronik untuk aktivitas non-akademis juga cukup tinggi. Selain itu, 55% siswa sering bermain di luar kelas, yang mencerminkan keinginan untuk aktivitas fisik atau bersosialisasi di luar ruangan. Meskipun ada upaya untuk tetap produktif, aktivitas seperti membaca buku pelajaran hanya sering dilakukan oleh 16% siswa, menunjukkan bahwa penggunaan waktu jam kosong untuk aktivitas akademis masih kurang optimal. Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan siswa pada jam kosong lebih cenderung diisi dengan kegiatan non-akademis dan rekreasi, sementara pemanfaatan waktu untuk kegiatan yang mendukung pembelajaran masih perlu ditingkatkan.

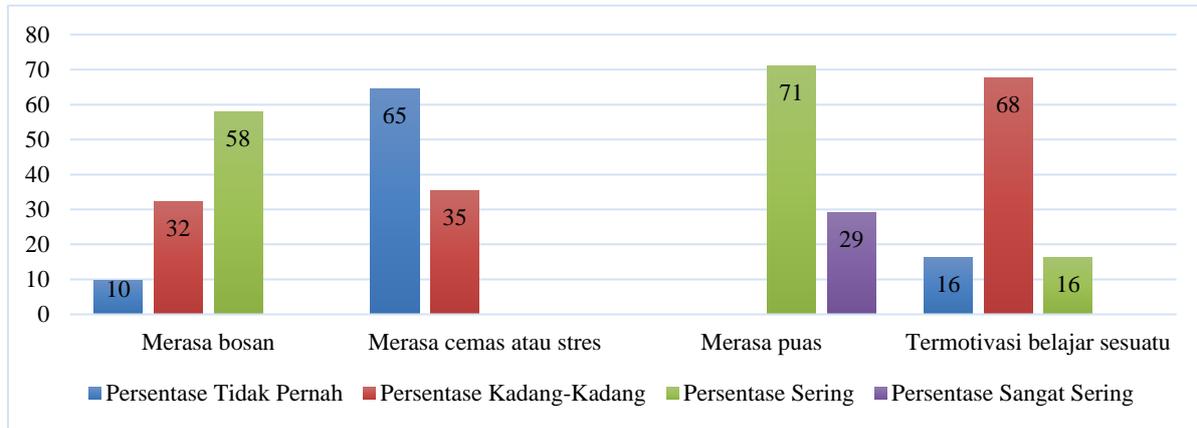


Diagram 3. Dampak jam kosong

Hasil penelitian menunjukkan dampak dari jam kosong terhadap siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Kelumpang Tengah. Sebagian besar siswa (58%) sering merasa bosan selama jam kosong, dan mayoritas (65%) tidak pernah merasa cemas atau stres, menunjukkan bahwa jam kosong lebih cenderung menimbulkan kebosanan daripada kecemasan. Selain itu, tingkat kepuasan cukup tinggi, dengan 71% siswa sering merasa puas selama jam kosong. Namun, motivasi untuk belajar sesuatu selama jam kosong rendah, dengan 68% siswa hanya kadang-kadang termotivasi. Hal ini menunjukkan bahwa jam kosong tidak mendorong motivasi siswa belajar sesuatu.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, pada manajemen kelas (jam kosong) di SMP Negeri 1 Kelumpang Tengah menjadi perhatian karena sebagian besar siswa mengalaminya secara rutin, bahkan ada yang mengalami jam kosong dalam waktu seminggu penuh. Hal ini menandakan adanya kekurangan dalam pengelolaan waktu belajar mengajar di sekolah tersebut. Penyebab utama dari jam kosong ini adalah ketidakhadiran guru dengan berbagai faktor seperti sakit, pelatihan di luar sekolah, atau kegiatan lainnya. Hal ini berdampak langsung pada waktu belajar siswa dan berpotensi menurunkan hasil belajar mereka. Selain itu, jadwal mengajar guru yang tidak optimal juga menjadi faktor penting lainnya.

Jadwal mengajar yang tidak optimal sering kali disebabkan oleh kurangnya koordinasi antara pihak sekolah, guru, dan staf tata usaha dalam penyusunan jadwal. Hal ini menyebabkan tumpang tindih dan ketidakseimbangan beban mengajar di antara guru-guru (Muhtadien & Krismayani, 2017). Di sisi lain, keterlibatan-keterlibatan siswa dalam jam kosong banyak diisi dengan kegiatan non-akademis seperti tidur, bermain game maupun membuka media sosial di handphone, bermain diluar kelas, membaca buku non pelajaran seperti novel/komik, serta mengerjakan PR. Kegiatan-kegiatan yang menunjang akademik seperti membaca buku pelajaran dan berkunjung ke UKS masih mendapatkan hasil yang rendah.

Penelitian oleh (Hasanah et al., 2023) menemukan bahwa jam kosong dapat menyebabkan kenakalan siswa di sekolah. Hal ini terjadi karena siswa yang tidak memiliki

kegiatan terstruktur selama jam kosong lebih rentan untuk terlibat dalam perilaku negatif seperti bermain game online, bertengkar dengan teman, atau bahkan bolos sekolah. (Azmi et al., 2023) juga menemukan bahwa jam kosong dapat menurunkan motivasi belajar siswa. Hal ini disebabkan karena siswa kehilangan waktu belajar yang berharga dan tidak memiliki kegiatan yang bermanfaat untuk dilakukan selama jam kosong. Kurangnya motivasi belajar dapat berakibat pada penurunan hasil belajar dan prestasi siswa.

Hasil penelitian juga menjelaskan terkait dampak jam kosong pada siswa adalah perasaan puas. Hal ini mungkin oleh beberapa faktor, seperti jam kosong memberikan waktu luang bagi siswa untuk beristirahat dan bersantai setelah mengikuti pelajaran yang padat. Jam kosong memberikan kebebasan bagi siswa untuk melakukan aktivitas yang mereka inginkan, tanpa terikat oleh aturan dan disiplin di kelas. Jam kosong dapat menjadi waktu bagi siswa untuk bersosialisasi dengan teman-teman mereka di luar jam belajar formal. Namun, meskipun siswa merasa puas, penelitian ini juga menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa selama jam kosong rendah. Hal ini menunjukkan bahwa jam kosong tidak mendorong siswa untuk belajar secara mandiri dan produktif.

Rendahnya motivasi belajar selama jam kosong dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kurangnya struktur dan arahan, jam kosong seringkali tidak memiliki struktur dan arahan yang jelas bagi siswa, sehingga mereka bingung dan tidak tahu apa yang harus dilakukan, selain itu karena kekurangan aktivitas yang bermanfaat, aktivitas yang dilakukan siswa selama jam kosong seringkali tidak bermanfaat untuk pembelajaran seperti bermain media sosial atau bermain di luar kelas. Kurangnya pengawasan Guru selama jam kosong juga merupakan faktor penyebab rendahnya motivasi belajar, sehingga siswa mudah tergoda untuk melakukan hal-hal yang tidak bermanfaat. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Amalia et al., 2019) menjelaskan bahwa jam kosong dapat menyebabkan siswa kehilangan fokus dan konsentrasi dalam belajar. Hal ini disebabkan karena siswa tidak memiliki kegiatan yang terstruktur dan terarah selama jam kosong. Kurangnya fokus dan konsentrasi dapat berakibat pada penurunan kualitas pembelajaran dan pemahaman siswa terhadap materi pelajaran.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya seperti yang dilakukan oleh (Supriadi 2014) dan (Hasanah & Munandar, 2023) yang lebih fokus pada dampak negatif dari jam kosong seperti kenakalan siswa dan penurunan motivasi belajar. Penelitian ini lebih menekankan pada deskripsi aktivitas yang dilakukan siswa selama jam kosong dan bagaimana aktivitas tersebut dapat diarahkan untuk mendukung pembelajaran. Kelebihanannya adalah penelitian ini memberikan data empiris yang dapat digunakan untuk perbaikan manajemen waktu di sekolah. Kesamaannya dengan penelitian relevan adalah sama-sama mengakui adanya dampak negatif dari jam kosong jika tidak diatur dengan baik. Kekurangannya adalah penelitian ini masih terbatas pada satu sekolah sehingga generalisasinya masih perlu diuji di konteks sekolah lain.

Simpulan

Penelitian ini menjelaskan bahwa pemanfaatan waktu jam kosong di SMPN 1 Kelumpang Tengah masih jauh dari optimal. Hasil survei menunjukkan bahwa jam kosong

sering terjadi, disebabkan oleh ketidakhadiran guru karena berbagai alasan. Selama jam kosong, siswa lebih banyak terlibat dalam kegiatan non-akademis seperti tidur, bermain media sosial, dan bermain di luar kelas, sementara aktivitas yang mendukung pembelajaran seperti membaca buku pelajaran jarang dilakukan. Dampak dari jam kosong ini bervariasi sebagian besar siswa merasa bosan, namun ada juga yang merasa puas karena memiliki waktu luang. Meskipun demikian, motivasi belajar selama jam kosong rendah, menunjukkan bahwa waktu ini tidak dimanfaatkan secara produktif untuk kegiatan akademis. Ketidakseimbangan ini dapat mengakibatkan penurunan hasil belajar dan potensi munculnya perilaku negatif.

Untuk mengatasi masalah ini, perlu adanya perbaikan dalam manajemen waktu di sekolah. Guru harus lebih aktif memberikan instruksi dan arahan yang jelas selama jam kosong, serta menyediakan aktivitas yang bermanfaat untuk mendukung pembelajaran siswa. Evaluasi dan penyesuaian jadwal mengajar juga perlu dilakukan untuk mengurangi frekuensi jam kosong. Dengan langkah-langkah ini, diharapkan kualitas pendidikan di SMPN 1 Kelumpang Tengah dapat ditingkatkan, sehingga siswa dapat memanfaatkan waktu di sekolah secara lebih efektif dan produktif.

Pernyataan Penulis

Dengan ini, penulis menyatakan bahwa artikel berjudul pemanfaatan waktu jam kosong pada peserta didik adalah karya asli penulis dan belum pernah dipublikasikan di jurnal atau publikasi lain mana pun. Penulis memastikan bahwa artikel ini tidak sedang dipertimbangkan untuk diterbitkan di tempat lain.

Daftar Pustaka

- Abdillah, F., Rahmadi, R., & Arifin, S. (2022). Pemanfaatan Waktu Luang Diluar Jam Sekolah pada Kabupaten Tabalong. *Stabilitas: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 3(3), 31–37. <https://doi.org/10.20527/mpj.v3i3.1526>
- Amalia, R. B., Subiyantoro, H., & Hadi, N. U. (2019). Fenomena Kenakalan Peserta Didik. *Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, 16(1), 70–81. <https://jurnal.stkipppgritulungagung.ac.id/index.php/inspirasi/article/view/1059>
- Annisa, M. N., Wilia, A., & Rahmawati, N. (2020). Pentingnya Pendidikan Karakter pada Anak Sekolah Dasar di Zaman Serba Digital. *Journal Pendidikan dan Sains*, 2(1), 204–226. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/bintang/article/view/558>
- Azmi, S., Bahri, S., & Bustamam, N. (2023). Motivasi Belajar Peserta Didik MTSN 1 Sabang Pasca Kematian Orang Tua. *Jurnal Suloh Bimbingan Konseling*, 8(2), 11–17. <https://jurnal.usk.ac.id/suloh/article/view/38022>
- Hani, F. D., Wicaksono, H., & Napisah, S. (2019). Identifikasi Faktor Penyebab Kenakalan Siswa Kelas XI di SMA Pgri Purwoharjo. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan dan Sosial*, 8(1), 76–84. <https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/sosioedukasi/article/view/1110>
- Hasanah, H., Andhayani, M., & Firdaus, F. (2023). Studi Survei Penggunaan Waktu Jam Kosong pada Siswa Kelas XI di SMK Banten Jaya. *Journal on Education*, 5(2), 1813–1819. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.815>

- Hasanah, H., & Munandar, A. F. (2023). Analisis Survei Pemanfaatan Waktu Jam Kosong pada Siswa Kelas X di SMKN 7 Kota Serang. *Linear : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(1), 8–14. <https://doi.org/10.53090/jlinear.v7i1.400>
- Jamin, H. (2018). Upaya Meningkatkan Kompetensi Profesional Guru. *Jurnal At-Tadib*, 10(1), 148–160. <https://ejournal.staindirundeng.ac.id/index.php/tadib/article/view/112>
- Junaidi, J., Zalisman, Z., Yusri, Y., Amin, K., & Wismanto, W. (2023). Pengembangan Manajemen Sumber Daya Manusia di Lembaga Pendidikan Islam. *Journal on Education*, 5(3), 131–146. <https://jonedu.org/index.php/joe/article/view/1887>
- Mayasari, A., & Arifudin, O. (2023). Penerapan Model Pembelajaran Nilai Melalui Pendidikan Agama Islam dalam Membentuk Karakter Siswa. *Jurnal Antologi Kajian Multididiplin Ilmu Al-Kamil*, 1(1), 47–59. <https://jurnal.rakeyansantang.ac.id/index.php/Alkamil/article/view/419>
- Muhtadien, S., & Krismayani, I. (2017). Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Minat Kunjung Siswa ke Perpustakaan SMAN 2 Mranggen. *Jurnal Ilmu Perpustakaan*, 6(4), 1–10. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jip/article/view/23240>
- Nabila, S. U., Lestari, G. D., & Yulianingsih, W. (2023). Pembiasaan Nilai-Nilai Kepedulian Lingkungan pada Anak Usia Dini melalui Prinsip Pembelajaran. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 1105–1118. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3859>
- Nurjanah, H., Iqbal, A. M., & Sukmawati, I. (2023). Peran Orang Tua dan Guru dalam Pengembangan Karakter Anak. *Jurnal Studi Islam Multidisiplin*, 1(1), 1–26. <https://riset-iaid.net/index.php/jsim/article/view/1341>
- Rahayu, I. F., & Aini, I. N. (2021). Analisis Self-Regulated Learning dalam Pembelajaran Matematika pada Siswa SMP. *Jurnal Jpmi*, 4(4), 1–10. <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/jpmi/article/view/7238>
- Saodah, S., Amini, Q., Rizkyah, K., Nuralviah, S., & Urfany, N. (2020). Pengaruh Globalisasi Terhadap Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan dan Dakwah*, 2(3), 375–385. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pandawa/article/view/907>
- Serdar, E., Demirel, D. H., Demirel, M., & Cakir, V. O. (2017). The Relationship Between University Students Free Time Management and Academic Succes. *The Online Journal of Recreation and Sport*, Volume 6(Volume 6 Issue 4), 72–82. <https://doi.org/10.22282/ojrs.2017.22>
- Skrbinjek, V. (2023). *Time Students Spend Studying: Quality Time or Poor Time Management*. May, 311–320.
- Supriadi. (2014). Pengaruh Jam Pelajaran Kosong Terhadap Kenakalan Peserta Didik Di SMAN 1 Rejotangan Tahun 2013. *Journal of Biology Education*, April, 84–98.
- Supiningsih. (2020). Upaya Meningkatkan Disiplin Guru dalam Kehadiran Mengajar di Kelas Melalui Penerapan Buku Pratinjau di SMKN 2 Gedangsari Kabupaten Gunungkidul. *Wacana Akademika: Majalah Ilmiah Kependidikan*, 4(1), 42. <https://doi.org/10.30738/wa.v4i1.7452>
- Wati, M. L. K., Subyantoro, & Wagiran. (2024). Peranan Guru dalam Manajemen Peserta Didik Untuk Meningkatkan Kualitas Peserta Didik. *Jurnal Onoma: Pendidikan, Bahasa, dan Sastra*, 10(1), 1073–1090. <https://doi.org/10.30605/onoma.v10i1.3436>

Wu, H., Cheng, Z., Xu, H., Huang, W., Chen, D., Hu, L., & Pu, X. (2020). Study on the Improvement of College Students' Spare Time Management Ability in Sichuan University of Arts and Sciences. *Voice of the Publisher*, 06(03), 140–149. <https://doi.org/10.4236/vp.2020.63016>