

---

## ANALISA PENGARUH PUASA TERHADAP PERFORMA DAN MINAT BELAJAR SISWA SDN GANDARIA UTARA 03 SELAMA BULAN RAMADHAN

Nur Rahmansyah<sup>1)</sup>, Ira Kurniati<sup>2)</sup>, Amelia Ayu Nur Aisha<sup>3)</sup>, Eri Mardiani<sup>4)</sup>, Feronica Eka Putri<sup>5)</sup>, Sugiyono<sup>6)</sup>

<sup>1</sup>Prodi Animasi, Jurusan Desain, Politeknik Negeri Media Kreatif

<sup>2</sup>Prodi Akuntansi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, ITB Swadharma

<sup>3</sup>SDN Gandaria Utara 03

<sup>4</sup>Prodi Informatika, Fakultas Teknologi Komunikasi dan Informatika, Universitas Nasional

<sup>5</sup>Prodi PAUD, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Singaperbangsa

<sup>6</sup>Prodi Teknik Elektro, Fakultas Teknologi, ITB Swadharma

Correspondence author: I.Kurniati, ira.kurniati@swadharma.ac.id, Jakarta, Indonesia

### Abstract

Ramadan is one of the meaningful months for Muslims because in that month, Muslims fast for one month. During Ramadan, there are changes in students' study time and students' physical conditions. This study aims to analyze the effect of Ramadan fasting on learning performance in Gandaria Utara 03 Elementary School students. This study is a qualitative study with an observational method. Data collection through questionnaires distributed to 102 students in grades 4, 5, and 6. The results of the study showed that Online and Offline learning methods were in demand by students during the month of Ramadan. Students were also able to maintain enthusiasm, productivity, and concentration in learning during the month of Ramadan. Obstacles that hindered learning during Ramadan were hunger, thirst, and drowsiness. It can be concluded that Ramadan fasting does not affect learning performance and students' interest in learning during the month of Ramadan.

**Keywords:** fasting, learning performance, learning interest, month of Ramadan

### Abstrak

Bulan Ramadhan adalah salah satu bulan yang bermakna bagi umat muslim karena pada bulan tersebut umat muslim melaksanakan puasa selama satu bulan. Pada saat Ramadhan terjadi perubahan waktu belajar serta kondisi fisik pada peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh puasa Ramadhan terhadap performa belajar pada siswa Sekolah Dasar Negeri Gandaria Utara 03. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode observasional. Pengumpulan data melalui kuesioner yang disebarikan kepada siswa kelas 4, 5 dan 6 sebanyak 102 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode pembelajaran Online dan Offline diminati oleh para peserta didik selama bulan ramadhan. Siswa juga mampu mempertahankan semangat, produktifitas, dan konsentrasi belajar saat bulan Ramadhan, kendala yang menghambat selama pembelajaran di bulan Ramadhan adalah lapar, haus, dan

mengantuk. Dapat ditarik kesimpulan bahwa puasa ramadhan tidak terlalu berpengaruh terhadap performa belajar dan minat siswa untuk belajar selama bulan Ramadhan.

**Kata Kunci:** puasa, performa belajar, minat belajar, bulan ramadhan

## A. PENDAHULUAN

Puasa merupakan salah satu ibadah yang diwajibkan bagi umat Muslim yang dilaksanakan selama bulan Ramadan. Selama bulan Ramadan, umat Muslim diwajibkan untuk menahan diri dari makan, minum, serta aktivitas yang dapat membatalkan puasa dari fajar hingga matahari terbenam (Asmawati, 2024). Ibadah puasa tidak hanya memiliki dimensi spiritual, tetapi juga berpengaruh terhadap aspek kesehatan fisik dan psikologis individu yang melaksanakannya, termasuk anak-anak yang sedang dalam masa perkembangan (Nuraini et al., 2023).

Siswa Sekolah Dasar (SD) adalah kelompok usia yang masih dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun mental. Pada usia ini, mereka tengah berada pada fase kritis dalam pembentukan kebiasaan belajar yang dapat mempengaruhi prestasi akademik mereka di masa depan (Zakiyah et al., 2024). Namun, pada bulan Ramadan, saat pelaksanaan puasa, banyak orang tua dan pendidik yang mempertanyakan apakah puasa dapat mempengaruhi performa belajar siswa, terutama di tingkat SD. Efek puasa terhadap konsentrasi, energi, serta tingkat stres yang dialami oleh anak-anak dapat berperan dalam mempengaruhi minat dan kemampuan mereka untuk belajar (Fernanda et al., 2023).

Sekolah Dasar Negeri Gandaria Utara 03 merupakan salah satu sekolah yang terletak di wilayah yang mayoritas penduduknya menjalankan ibadah puasa selama bulan Ramadan. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana puasa mempengaruhi siswa dalam konteks belajar, baik dalam hal performa akademik maupun minat belajar mereka. Berbagai penelitian sebelumnya

menunjukkan bahwa puasa dapat mempengaruhi kinerja mental dan fisik, namun efek tersebut bisa berbeda-beda tergantung pada kondisi individu dan lingkungan sekitar mereka (Mardhiah, 2022).

Sejarah sistem belajar saat Ramadhan sudah dimulai pada awal tahun 1900-an Pemerintah Hindia Belanda mulai memberikan libur sekolah selama Ramadan untuk murid-murid pribumi. Hal ini dilakukan sebagai bentuk toleransi terhadap para peserta didik yang agama Islam dan serta untuk membantu anak-anak Muslim menjalankan ibadah puasa. Hingga pada Pada tahun 1930 libur sekolah saat Ramadhan diperpanjang menjadi 39 hari. Pada tahun 1945 Kebijakan libur Ramadan tidak terpusat dan diserahkan kepada masing-masing sekolah. Pada 3 April 1978, Presiden Soeharto mengangkat Daoed Joesoef sebagai menteri pendidikan. Pada saat itu banyak mengeluarkan kebijakan Akan tetapi tidak semua kebijakannya berjalan dengan lancar, justru hampir semua kebijakan yang dikeluarkan oleh Menteri Daoed Joesoef menuai kontroversi di masyarakat Indonesia. Beberapa kebijakan yang dikeluarkannya yaitu NKK/BKK, Pedoman Pakaian Sekolah, Perubahan Sistem Tahun Ajaran Sekolah dan Perubahan Libur di Bulan Puasa. (Solihat et al., 2020). Aturan ini berlaku sampai tahun 1998. Pada tahun 1999 Di bawah kepemimpinan Presiden Abdurrahman Wahid (Gus Dur), libur Ramadan kembali diberlakukan. Tidak hanya sekedar meliburkan sekolah begitu saja, Gus Dur mengimbau sekolah-sekolah untuk membuat kegiatan pesantren kilat pada tahun 1999. Pada Tahun 2001 - sekarang: Kebijakan

libur Ramadan kembali berubah dan diserahkan kepada masing-masing daerah.

Pada era ini, teknologi informasi mengalami perkembangan yang sangat pesat, termasuk juga perkembangan TIK pada dunia pendidikan. Sudah banyak aplikasi dan media pembelajaran yang bisa diakses baik yang gratis maupun berbayar sehingga cukup banyak membantu kegiatan belajar mengajar. (Nur Rahmansyah, 2023).

Dengan adanya penggunaan TIK maka pembelajaran secara online dapat menjadi penunjang, ditambah dengan kemajuan Kecerdasan Buatan/Artificial Intelligence (AI) adalah tools komputer yang berfungsi untuk membantu manusia dalam melakukan pekerjaan, dengan adanya teknologi ini semakin memudahkan guru dalam menyampaikan materi pembelajaran, sehingga belajar menjadi lebih banyak variasi dan tidak harus selalu di sekolah pada saat bulan ramadhan. Sekolah adalah tempat bagi peserta didik untuk belajar, namun beberapa kali ditemukan keluhan orang tua dan meminta gurunya untuk menegur anaknya, karena anaknya hanya lebih mendengarkan apa kata gurunya dibanding orang tuanya sendiri, salah satu efektifitas penggunaan aplikasi online ini bisa membantu anak belajar bersama orang tua sekaligus menciptakan kedekatan peran orang tua pada saat pembelajaran.

Penelitian ini bermaksud untuk mendapatkan gambaran terhadap kondisi para peserta didik pada Sekolah Dasar Negeri di Jakarta dalam pembelajaran selama bulan Ramadhan. Penelitian ini didasari karena melihat kondisi peserta didik yang semangat datang sekolah, namun saat di kelas sering kali kurang maksimal. Dengan memahami pengaruh tersebut, diharapkan dapat ditemukan cara untuk meningkatkan pengalaman belajar siswa selama bulan Ramadan serta menciptakan kebijakan pendidikan yang lebih responsif terhadap kebutuhan siswa yang sedang berpuasa.

## B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di SDN Gandaria Utara 03, untuk siswa kelas 4-6. SDN Gandaria Utara 03 berlokasi di Jalan Hidup Baru IV/39, Gandaria Utara, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan. Penelitian dilakukan pada bulan Januari sampai dengan April 2024.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang digunakan untuk mendeskripsikan dan menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2021).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Observasi adalah bagian dalam pengumpulan data. Observasi berarti mengumpulkan data langsung dari lapangan. Observasi adalah suatu proses yang didahului dengan pengamatan kemudian pencatatan yang bersifat sistematis, logis, objektif, dan rasional terhadap berbagai macam fenomena dalam situasi yang sebenarnya, maupun situasi buatan. Observasi merupakan suatu penyelidikan yang dilakukan secara sistematis dan sengaja diadakan dengan menggunakan alat indera terutama mata terhadap kejadian yang berlangsung dan dapat di analisa pada waktu kejadian itu terjadi.

Wawancara ialah proses komunikasi atau interaksi untuk mengumpulkan informasi dengan cara tanya jawab antara peneliti dengan informan atau subjek penelitian. Dengan kemajuan teknologi informasi seperti saat ini, wawancara bisa saja dilakukan tanpa tatap muka, yakni melalui media telekomunikasi.

Penelitian yang dilakukan ini menggunakan alat dan bahan, seperti google form dengan data kuesioner sebanyak 102 peserta didik, kelas 4, 5 dan 6 SD dengan rentang usia 9 – 13 tahun.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kuesioner dibagikan kepada 102 peserta didik, kelas 4, 5 dan 6 SD dengan rentang usia 9 – 13 tahun. Hasil olah kuesioner didapatkan temuan bahwa:

1. terdapat 88,2% koresponden merasa belajar pada ramadhan itu efektif. dan hanya 11,8% responden yang merasa belajar pada ramadhan itu efektif.
2. Hasil olah kuesioner didapatkan temuan bahwa terdapat 62,7% koresponden merasa semangat dalam belajar pada ramadhan. 35,3% koresponden merasa biasa semangat dalam belajar pada ramadhan dan hanya 2% responden yang merasa tidak semangat dalam belajar pada ramadhan.
3. Faktor-faktor apa yang mempengaruhi kondisi fisik Anda selama bulan Ramadan 41,2% merasa mengantuk. 30,4%, merasa badan segar, 24,5%, merasa biasa saja, 3,9% merasa ingin tidur.
4. Belajar Offline Saat Ramadhan Itu Efektif dalam belajar pada ramadhan 68,6% koresponden merasa Efektif Belajar Offline Saat Ramadhan, 31,4% koresponden merasa tidak Efektif Belajar Offline Saat Ramadhan.
5. Belajar Online Saat Ramadhan Itu Efektif dalam belajar pada ramadhan adalah 54,8% koresponden merasa Efektif Belajar Online Saat Ramadhan, 45,1% koresponden merasa tidak Efektif Belajar Online Saat Ramadhan.
6. Aplikasi apa yang disukai koresponden untuk belajar online selama bulan Ramadhan adalah Zoom 57,8 %. Whats App 14,7 %, Google Class Room 11,7%, Google Meet 3,9 %, Youtube, Quizzes, Game, Brainly masing-masing 1 %
7. Selama bulan Ramadhan koresponden merasa konsentrasi belajar meningkat, menurun, atau tetap sama selama bulan Ramadhan adalah 66,7% merasa sama atau tak ada perubahan saat berpuasa. 20% koresponden merasa konsentrasi

belajar 12,7% merasa konsentrasi belajar menurun.

8. Koresponden merasa melakukan penyesuaian jadwal belajar selama bulan Ramadhan adalah 84,3% merasa bisa melakukan penyesuaian 15,7% merasa tidak bisa melakukan penyesuaian
9. Koresponden merasa lebih produktif dalam belajar selama bulan Ramadhan dibandingkan dengan di luar bulan Ramadan adalah 56,9% merasa biasa. 30,4% merasa lebih produktif, 12,7% merasa kurang produktif.
10. Faktor yang paling menghambat koresponden dalam belajar selama bulan Ramadhan adalah 44% merasa lapar dan haus, 26% merasa malas belajar, 23% merasa mengantuk, 7% merasa biasa saja

Hasil dari penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa minat belajar siswa pada ramadhan itu efektif untuk anak Sekolah Dasar dengan Belajar secara Online. Aplikasi yang banyak digunakan siswa untuk belajar online adalah Aplikasi Zoom. Proses Penerapan Aplikasi Zoom sebagai Media Belajar Online yang diminati dari Minat Siswa pada ramadhan itu efektif

Berikut beberapa poin utama yang bikin Aplikasi Zoom menarik bagi penggunaanya yaitu :

1. Kemudahan Penggunaan (*User-Friendly*) baik dalam : Antar muka simpel dan intuitif, cocok untuk semua kalangan usia, penggunaan Zoom yang cukup klik link untuk masuk ke rapat, tanpa perlu akun (untuk peserta).dan tidak butuh perangkat canggih—cukup HP, laptop, atau tablet.Kualitas Video & Audio yang Stabil baik dalam Fitur penyesuaian otomatis terhadap kecepatan internet, Ada opsi HD Video, serta fitur noise cancellation.
2. Fitur Lengkap untuk Kolaborasi baik dalam : Share screen, Breakout rooms, Polling, whiteboard, Reactions dan chat, Rekaman rapat otomatis/manual.
3. Skalabilitas dan Fleksibilitas karena bisa digunakan : untuk 2 orang atau ribuan

peserta (Zoom Webinar), cocok untuk pendidikan, bisnis, webinar, hingga acara keluarga.

4. Fitur Keamanan, baik dalam : Waiting room, Password meeting, Host control atas audio/video peserta.

Mayoritas siswa merasa nyaman menggunakan Zoom karena kemudahan akses, fitur lengkap, serta stabilitas layanan. Hal ini menunjukkan bahwa aplikasi Zoom memiliki daya tarik kuat di kalangan pengguna, khususnya dalam konteks pembelajaran dan pertemuan virtual.

Hasil penelitian yang dilakukan diantaranya :

1. Peserta didik mengantuk saat pembelajaran.
2. Hasil survey dengan pengamatan fisik agak berbeda, dalam mengisi kuesioner peserta didik memilih jawaban semangat namun kenyataan dikelas penulis dan guru melihat sebagian peserta didik tidak terlalu fokus, kurang produktif, saat belajar.
3. Sebagian besar peserta didik setuju jika pembelajaran dilaksanakan secara online.
4. Selama bulan Ramadhan peserta didik cenderung ingin cepat pulang sekolah.
5. Di sekolah peserta didik ingin berkumpul dan bermain dengan teman temannya.

Solusi dari penelitian ini adalah :

1. Pembelajaran dibuat bervariasi beberapa kali pertemuan dikelas dan beberapa kali pertemuan online.
2. Peserta didik, orang tua dan guru dapat memanfaatkan penggunaan teknologi dalam kegiatan belajar, mengajar, sehingga saat Ramadhan tidak selalu belajar disekolah.
3. Metode blended learning dalam pembelajaran menjadi fleksibel.
4. Dengan dilaksanakannya blended learning orang tua peserta didik dapat membangun kedekatan antara orang tua dan peserta didik.
5. Blended learning membantu peserta didik agar tidak selalu mendengarkan

apa yang guru jelaskan namun dapat membentuk peserta didik untuk belajar mandiri dengan diberikan tugas).

#### D. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan uraian tersebut, bahwa Setelah peneliti melakukan riset kepada peserta didik selama ramadhan, maka di dapatkan kesimpulan diantaranya : Dengan berkembangnya teknologi informasi/teknologi komputer, membuat belajar di bulan ramadhan menjadi lebih bervariasi.

Belajar Online dan Offline diminati oleh para peserta didik, namun untuk menerapkan blended learning perlu dukungan dari pihak terkait dengan mengeluarkan Surat keputusan mengenai Blended Learning Saat bulan ramadhan.

Berdasarkan respon dari peserta didik semangat, produktifitas, mempertahankan konsentrasi belajar saat bulan Ramadhan merupakan hal yang biasa saja, namun hal yang menghambat selama pembelajaran bulan Ramadhan adalah lapar, haus, dan mengantuk. Menonton video sebagai pembelajaran saat Ramadhan lebih disukai para peserta didik.

#### E. DAFTAR PUSTAKA

- Asmawati. (2024). Puasa Sebagai Kewajiban Ditinjau dari Tata Cara dan Manfaat. *Khidmat: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 2(2), 280–283. <https://ejournal.edutechjaya.com/index.php/khidmat/article/view/914>
- Fernanda, A., Elhamsyah, M., & Fathurrahman. (2023). Pengaruh Pembelajaran Fisik di Bulan Puasa. *Journal Islamic Education*, 1(3), 29–33. <https://maryamsejahtera.com/index.php/Education/article/view/194>
- Mardhiah, A. (2022). Efektivitas Pelaksanaan Puasa Ramadhan Sambil Bersekolah Pada Siswa Sekolah Dasar di Banda Aceh. *Intelektualita: Journal of*

*Education Sciences and Teacher Training*, 11(1), 155–165.  
<https://doi.org/10.22373/ji.v11i01.14771>

Nuraini, N. S., Asari, F. A., Nur'Aini, R., & Habibah, S. S. (2023). Pengaruh Puasa Terhadap Kesehatan Tubuh Dan Mental Dalam Islam. *JIS: Journal Islamic Studies*, 1(2), 235–241.  
<https://doi.org/10.71456/jis.v1i2.260>

Solihat, A., Syukur, A., & Kurniawati. (2020). Kebijakan Kontroversial Menteri Daoed Joesoef 1978-1983: Perubahan Tahun Ajaran dan Libur Bulan Ramadhan. *JPS: Jurnal Pendidikan Sejarah*, 9(1), 55–73.  
<https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jps/article/view/15782>

Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D, Cetakan Ketiga*. Bandung : Alfabeta.

Zakiah, S., Hasibuan, N. H., Yasifa, A., Siregar, S. P., & Ningsih, O. W. (2024). Perkembangan Anak pada Masa Sekolah Dasar. *DIAJAR: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(1), 71–79.  
<https://doi.org/10.54259/diajar.v3i1.233>

8