

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Kajian Teori

2.1.1 Teori Konstruktivisme

Teori konstruktivisme merupakan suatu pandangan pada pendekatan pembelajaran yang beranggapan bahwa siswa secara aktif membangun dan menyusun pengetahuan berdasarkan pada pengalaman yang mereka alami secara langsung (Nurlina dkk., 2021:58). Dalam teori ini, pengetahuan dianggap sebagai hasil dari pembentukan yang dibangun melalui struktur pengetahuan yang telah ada dalam diri individu. Setiap siswa membawa struktur pengetahuan awal yang berbeda, dan proses pembelajaran yang sebenarnya adalah proses pengembangan struktur tersebut melalui proses penyerapan informasi dan penyesuaian hingga tercapai keseimbangan pengetahuan dan terbentuknya struktur pengetahuan yang baru. Hal ini menunjukkan bahwa teori konstruktivisme menekankan bahwa belajar bukan suatu proses yang pasif dalam menerima informasi dari luar, melainkan suatu proses aktif yang melibatkan kemampuan berpikir, refleksi, dan pembentukan makna dari setiap pengalaman yang diperoleh siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

Lathifah dkk., (2024:37) menjelaskan teori pembelajaran konstruktivisme menganggap belajar bukan hanya aktivitas yang dijalani manusia, melainkan proses manusia untuk menciptakan dan menyusun pengetahuannya sendiri berdasarkan pengalaman masing-masing. Pembelajaran yang berlandaskan pada teori konstruktivisme menuntut siswa untuk berperan aktif dalam memahami materi yang dipelajari. Guru bukan lagi menjadi sumber utama pengetahuan melainkan sebagai fasilitator yang mengarahkan siswa untuk melakukan refleksi, menemukan pengetahuan melalui proses berpikir, dan membangun pemahaman berdasarkan kemampuan berpikir siswa. Proses pembelajaran teori ini menekankan pada pembelajaran generatif, yaitu di mana siswa berupaya mengembangkan pemahaman dari pengalaman belajar, sehingga pembelajaran menjadi aktif, kreatif, produktif, dan berdasarkan pengalaman yang bermakna. Pendekatan ini secara langsung menuntut kesiapan kognitif siswa agar proses pembentukan pengetahuan

dapat berlangsung secara efektif dan menghasilkan pemahaman yang mendalam serta bermakna bagi siswa.

Teori konstruktivisme merupakan landasan berpikir pendekatan kontekstual, di mana pengetahuan dibangun secara bertahap melalui pengalaman dalam konteks yang nyata dan terbatas (Nurlina dkk., 2021:58). Pengetahuan bukan hanya kumpulan fakta atau konsep yang dapat dipraktikkan secara langsung oleh manusia, tetapi harus dikonstruksi melalui pengalaman, pemecahan masalah, dan mengembangkan ide-ide yang ada. Dalam mengkonstruksi pengetahuan tersebut, siswa harus memiliki kemampuan awal untuk membuat dan merumuskan hipotesis, menguji kebenaran gagasan, melakukan refleksi, serta mengungkapkan ide secara mandiri untuk membentuk struktur pengetahuan yang lebih mendalam. Kemampuan-kemampuan konstruktif ini hanya dapat berkembang secara optimal ketika kondisi fisik dan psikologis siswa berada dalam keadaan baik, sehingga jam pembelajaran berkaitan erat dengan kondisi fisik dan psikologis siswa saat mengikuti kegiatan pembelajaran. Siswa yang mengikuti pembelajaran pada jam pagi kondisi tubuhnya masih segar dan siap menerima pembelajaran dengan baik sehingga hasilnya lebih optimal dibandingkan siswa yang mengikuti pembelajaran pada jam siang ataupun sore.

Salah satu tokoh yang memelopori teori konstruktivisme adalah Jean Piaget. Jean Piaget menyatakan bahwa penekanan teori konstruktivisme merupakan proses menemukan teori atau membangun pengetahuan berdasarkan pengalaman nyata yang dialami. Menurut Piaget guru berperan sebagai fasilitator atau moderator yang menciptakan kondisi belajar yang memungkinkan siswa melakukan kegiatan asimilasi dan akomodasi sesuai pola pikir yang mereka miliki. Dalam penelitian ini, guru sejarah di SMA Negeri 8 Tasikmalaya berperan sebagai fasilitator yang menciptakan kondisi belajar pada setiap jam pembelajaran, baik jam pagi, siang, ataupun sore. Namun kondisi fisik dan psikologis siswa yang berbeda pada setiap jam pembelajaran turut menentukan sejauh mana proses konstruksi pengetahuan tersebut dapat berlangsung efektif.

Piaget menjelaskan bahwa proses mengkonstruksi pengetahuan meliputi empat komponen, yaitu skemata, asimilasi, akomodasi, dan keseimbangan

(ekuilibrasi). Pertama, skemata merupakan rangkaian konsep yang digunakan ketika seseorang berinteraksi dengan lingkungan, yang berfungsi sebagai landasan dalam memaknai setiap pengalaman dan informasi baru yang diterima. Dalam penelitian ini, siswa yang mengikuti pembelajaran sejarah pada jam pagi memiliki skemata yang lebih siap untuk menerima informasi baru karena kondisi kognitif mereka masih dalam keadaan segar dan optimal setelah beristirahat semalam penuh. Kedua, asimilasi adalah proses pengetahuan di mana seseorang menyatukan persepsi, konsep maupun pengalaman baru ke dalam skema yang sudah ada di dalam pikirannya, sehingga pengetahuan baru dapat dikaitkan dengan pengetahuan yang telah dimiliki sebelumnya. Proses asimilasi materi sejarah akan berlangsung lebih efektif pada siswa kelompok pagi karena tingkat konsentrasi dan daya serap siswa terhadap materi pembelajaran masih berada dalam kondisi yang paling optimal dibandingkan kelompok siang dan sore.

Ketiga, akomodasi dilakukan untuk membentuk skema baru yang sesuai dengan pengaruh yang baru atau mengubah skema yang telah ada sehingga sesuai dengan pengaruh tersebut. Proses ini terjadi ketika informasi baru tidak dapat sepenuhnya diserap melalui proses asimilasi dan memerlukan penyesuaian struktur kognitif yang lebih mendasar. Dalam penelitian ini, siswa pada kelompok sore yang sudah mengalami kelelahan fisik dan psikologis sepanjang hari cenderung mengalami hambatan dalam proses akomodasi, karena kapasitas kognitif siswa yang menurun menyulitkan proses penyesuaian skema pengetahuan yang diperlukan untuk memahami materi sejarah yang baru. Keempat, ekuilibrasi atau keseimbangan muncul antara asimilasi dan akomodasi, keseimbangan ini membuat seseorang menyatukan pengalaman luar dengan struktur dalamnya sehingga tercapai kondisi kognitif yang stabil dan harmonis. Proses ekuilibrasi ini berlangsung paling optimal pada siswa kelompok pagi karena otak mereka masih dalam kondisi segar dan belum terbebani oleh serangkaian aktivitas pembelajaran sepanjang hari, sehingga pencapaian keseimbangan kognitif yang diperlukan untuk membangun pemahaman yang bermakna terhadap materi sejarah dapat terjadi dengan lebih mudah dan efektif dibandingkan kelompok siang maupun sore. Keempat komponen ini bekerja secara selaras dan berkesinambungan dalam

membentuk struktur pengetahuan siswa yang semakin berkembang dan mendalam seiring dengan bertambahnya pengalaman belajar yang diperoleh, dan kualitas proses tersebut sangat bergantung pada kesiapan kognitif siswa yang turut dipengaruhi oleh jam pembelajaran yang mereka jalani di sekolah.

Hasil belajar sejarah dan jam pembelajaran relevan dengan teori konstruktivisme Piaget karena proses pembentukan pengetahuan yang dijelaskan oleh Piaget melalui skemata, asimilasi, akomodasi, dan ekuilibrasi sangat dipengaruhi oleh kesiapan fisik serta psikologis siswa pada saat mengikuti pembelajaran. Jam pembelajaran menentukan tingkat konsentrasi dan kemampuan berpikir siswa, sehingga jam pembelajaran yang tepat akan memungkinkan proses konstruksi pengetahuan siswa terjadi secara efektif. Siswa yang kondisi kognitifnya optimal lebih mampu mengolah materi dan mampu membangun pemahaman baru yang berpengaruh terhadap hasil belajar sejarah yang dicapai. Sebaliknya, siswa yang mengikuti pembelajaran pada jam sore setelah seharian mengikuti pembelajaran dengan kondisi fisik dan psikologis yang kurang optimal, cenderung mengalami hambatan dalam proses asimilasi dan akomodasi pengetahuan sehingga capaian hasil belajarnya kurang maksimal.

2.1.2 Jam Pembelajaran

Jam pembelajaran merupakan satuan waktu yang dialokasikan untuk pelaksanaan kegiatan belajar mengajar di sekolah. Jam merupakan benda yang berfungsi sebagai alat untuk mengukur waktu yang menjadi acuan dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran secara terstruktur dan sistematis. Suardi dalam Alfarabi dan Kuntjoro (2024:13590) mengemukakan bahwa pembelajaran adalah bentuk bantuan ilmu pengetahuan yang diberikan kepada anak didik oleh pengajar untuk membentuk sikap, penguasaan keterampilan, dan kepercayaan diri seorang siswa. Secara umum, Jam pembelajaran merupakan waktu berlangsungnya interaksi antara guru dan siswa dalam ruang kelas yang mendukung proses belajar mengajar. Jam pembelajaran yang terstruktur dan terencana dengan baik akan menciptakan kondisi belajar yang lebih kondusif, sehingga proses penyampaian materi dari guru kepada siswa dapat berlangsung secara efektif.

Menurut J. Biggers dalam Al Kahdafi (2025:11), belajar di waktu pagi dianggap lebih efektif dibandingkan dengan waktu lainnya, karena pada saat pagi kondisi fisik dan mental siswa lebih segar sehingga siap menerima materi pembelajaran dari guru dengan lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa tidak hanya durasi pembelajaran yang perlu diperhatikan, tetapi juga waktu pelaksanaan pembelajaran yang memiliki pengaruh signifikan terhadap kualitas proses belajar yang dijalani siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nasucha, Afghohani, dan Farahsanti yang menemukan bahwa terdapat hasil belajar yang signifikan antara siswa yang mengikuti kegiatan pembelajaran pada jam pagi dan jam siang, di mana siswa yang mengikuti pembelajaran pada jam pagi cenderung memperoleh hasil yang lebih optimal dibandingkan siswa yang mengikuti pembelajaran pada jam siang (Nasucha dkk., 2023). Perbedaan ini berkaitan erat dengan kondisi biologis dan psikologis siswa yang berbeda-beda pada setiap rentang waktu dalam sehari.

Dalam konteks pendidikan, jam pembelajaran memiliki peranan penting untuk menyusun jadwal kegiatan belajar mengajar supaya setiap mata pelajaran mendapatkan pembagian waktu yang cukup dan sesuai untuk diajarkan kepada siswa. Pembagian waktu ini bertujuan untuk memastikan seluruh materi dalam kurikulum dapat disampaikan dengan benar sesuai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Menurut Dimyati dan Mudjiono (2013:246), waktu belajar merupakan salah satu faktor yang memengaruhi proses dan hasil belajar siswa, di mana pengaturan waktu belajar yang tepat akan memberikan kesempatan bagi siswa untuk memahami materi dengan lebih baik dan mengurangi risiko kelelahan yang dapat menghambat proses pembelajaran. Jam pembelajaran yang terstruktur membantu guru dan siswa dalam mengatur alur pembelajaran agar tidak jenuh dan kelelahan akibat intensitas belajar yang tinggi. Selain itu, pengaturan jam pembelajaran yang baik juga memberikan kesempatan bagi siswa untuk melakukan refleksi dan pengulangan materi yang telah dipelajari, sehingga pemahaman yang diperoleh menjadi lebih mendalam dan bertahan lebih lama dalam ingatan siswa.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat dipahami bahwa jam pembelajaran merupakan waktu yang dialokasikan untuk pelaksanaan kegiatan pembelajaran

secara formal di sekolah. Efektivitas jam pembelajaran sejarah bukan hanya tentang lamanya waktu pembelajaran, tetapi bagaimana waktu tersebut dimanfaatkan secara optimal untuk menciptakan interaksi pembelajaran yang bermakna antara guru dan siswa. Oleh karena itu, pemilihan dan pengaturan jam pembelajaran yang benar perlu menjadi perhatian bagi pihak sekolah dalam upaya mengoptimalkan capaian hasil belajar siswa secara menyeluruh.

Efektivitas jam pembelajaran tersebut pada dasarnya tercermin dari kondisi belajar siswa selama proses pembelajaran berlangsung, baik secara fisik, mental, maupun kognitif. Kesiapan belajar dipahami sebagai keadaan siswa yang siap mengikuti proses belajar di kelas, baik secara fisik, psikis, maupun materi, yang dipengaruhi oleh aspek perhatian, motivasi, dan perkembangan kesiapan siswa itu sendiri. Kesiapan fisik berkaitan erat dengan kesehatan yang berpengaruh pada hasil belajar, di mana individu yang kondisi tubuhnya kurang prima akan kekurangan energi untuk belajar sehingga proses belajar menjadi terhambat. Sejalan dengan itu, kesiapan belajar turut dipengaruhi oleh faktor daya ingat, motivasi, konsentrasi, dan perhatian, kesiapan materi berupa ketersediaan bahan belajar, serta pengalaman berupa memori atas peristiwa yang pernah dialami siswa, di mana kematangan yang mencakup aspek kognitif, emosional, sosial, dan fisik menjadi dasar penting terbentuknya kesiapan tersebut. Dengan demikian, kondisi belajar siswa tidak dapat dipandang sebagai satu aspek tunggal, melainkan merupakan hasil interaksi dari berbagai aspek fisik dan psikologis yang saling memengaruhi selama proses pembelajaran berlangsung, khususnya pada jam-jam pembelajaran yang berbeda dalam satu hari.

Kondisi fisik dan mental yang optimal juga menjadi prasyarat bagi munculnya konsentrasi belajar yang baik. Konsentrasi belajar siswa dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti motivasi, minat, kondisi fisik, psikologis, dan emosional, tingkat kecerdasan, lingkungan, hingga gangguan kesehatan dan pembelajaran yang bersifat pasif, sehingga kesiapan guru dalam mengecek kondisi siswa sebelum pembelajaran menjadi penting untuk memastikan siswa dapat menerima materi dengan baik. Konsentrasi yang terjaga akan berdampak langsung pada pemahaman materi dan daya ingat siswa terhadap apa yang telah dipelajari,

karena proses penyimpanan informasi ke dalam memori membutuhkan pemusatan perhatian yang stabil sepanjang jam pembelajaran berlangsung (Adila dkk., 2022:1266). Selain aspek kognitif, keaktifan belajar turut menjadi indikator penting dalam menggambarkan kondisi belajar siswa. Aktivitas belajar mencakup aspek fisik, mental, dan emosional yang dapat diupayakan melalui pelibatan sebanyak mungkin indera siswa, di mana semakin banyak keterlibatan indera tersebut dalam proses belajar maka semakin maksimal pula keaktifan siswa, yang ditunjukkan misalnya melalui perilaku memperhatikan penjelasan guru, mencatat, bertanya, dan mengerjakan tugas. Keaktifan belajar erat kaitannya dengan tingkat energi dan motivasi siswa, yang secara alami dapat mengalami penurunan pada jam-jam tertentu akibat kelelahan fisik maupun kejenuhan mental. Adapun kesehatan fisik dan mental siswa berperan penting dalam kemampuan mereka untuk belajar dan menyerap informasi, di mana siswa yang sehat cenderung memiliki energi lebih baik sehingga mampu berkonsentrasi dengan lebih optimal dalam pembelajaran, sehingga motivasi belajar dan kestabilan emosional turut menjadi penentu penting keberhasilan proses belajar pada setiap jam pembelajaran yang dijalani siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kondisi belajar siswa dalam jam pembelajaran Sejarah dapat diidentifikasi melalui tujuh indikator, yaitu kesiapan fisik yang berkaitan dengan kondisi kesehatan dan energi tubuh siswa selama pembelajaran berlangsung; kesiapan mental yang mencerminkan kesiapan psikologis dan kematangan berpikir siswa dalam menerima pelajaran; tingkat konsentrasi yaitu kemampuan siswa memusatkan perhatian pada materi tanpa terganggu oleh hal lain; pemahaman materi yaitu kemampuan siswa menangkap dan memaknai informasi yang disampaikan guru; daya ingat yaitu kemampuan siswa menyimpan dan memanggil kembali materi yang telah dipelajari; keaktifan belajar yaitu keterlibatan aktif siswa dalam kegiatan pembelajaran; serta motivasi belajar dan kondisi emosional yaitu dorongan dan kestabilan perasaan siswa yang menggerakkan serta mempertahankan semangat belajarnya. Ketujuh indikator tersebut saling berkaitan dan membentuk satu kesatuan yang menggambarkan kualitas kondisi belajar siswa, sehingga penurunan pada satu indikator berpotensi memengaruhi indikator lainnya dan pada akhirnya berdampak pada hasil belajar

Sejarah yang dicapai siswa pada jam pembelajaran tertentu, baik pagi, siang, maupun sore.

2.1.3 Hasil Belajar

Belajar adalah kegiatan yang dilakukan secara sadar oleh seseorang dan menunjukkan adanya keterlibatan mental yang mampu memberikan perubahan pada dirinya (Al Kahdafi, 2025:25). Apabila seseorang menunjukkan peningkatan dalam keterlibatan baik fisik maupun mental, itu artinya proses pembelajaran dianggap efektif. Sebaliknya, jika seseorang menunjukkan partisipasi fisik dan mental yang minim artinya orang tersebut belum sepenuhnya memperlihatkan bahwa ia benar-benar memahami dan menyadari proses belajar yang sedang dijalannya. Belajar bukan sekadar kegiatan menghafal atau mengingat materi, melainkan suatu proses aktif yang melibatkan pemikiran, pemahaman, dan pembentukan makna dari pengalaman yang diperoleh selama proses pembelajaran berlangsung.

Kompri (2017:42) menyatakan hasil belajar merupakan kemampuan yang dimiliki oleh siswa setelah menerima pengalaman belajarnya. Hasil belajar adalah hasil akhir dari belajar yang berupa keterampilan, pengetahuan, nilai, dan sikap. Sejalan dengan pendapat tersebut, Sudjana dalam Yunita dan Wijayanti (2017:154) mendefinisikan hasil belajar sebagai kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah menerima pengalaman belajarnya, yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Aspek kognitif berkaitan dengan kemampuan berpikir dan pengetahuan yang diperoleh siswa, aspek afektif berkaitan dengan sikap dan nilai yang terbentuk melalui proses pembelajaran, sedangkan aspek psikomotorik berkaitan dengan keterampilan fisik yang dikuasai siswa sebagai hasil dari proses belajar yang telah dilaksanakan. Ketiga aspek tersebut merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan dalam menggambarkan keberhasilan siswa secara menyeluruh dalam proses pembelajaran.

Hasil dalam proses mengajar merupakan hal penting yang dapat dijadikan tolak ukur keberhasilan dalam proses pembelajaran. Pencapaian hasil belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya motivasi siswa, kualitas pembelajaran, metode yang digunakan, suasana kelas atau lingkungan belajar, dan

dukungan keluarga. Slameto (2015:54) membagi faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar menjadi dua kelompok besar, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik, psikologis, dan kelelahan siswa. Sedangkan faktor eksternal meliputi kondisi keluarga, sekolah (termasuk di dalamnya jam pembelajaran), dan masyarakat. Pemahaman mengenai faktor-faktor yang memengaruhi hasil belajar ini penting bagi guru dan pihak sekolah dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih efektif dan responsif terhadap kebutuhan siswa.

Bloom dalam Sudjana (2016:22) mengklasifikasikan hasil belajar ke dalam tiga ranah utama yaitu, ranah kognitif yang mencakup pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis, dan evaluasi; ranah afektif yang mencakup penerimaan, respons, penilaian, organisasi, dan karakterisasi; serta ranah psikomotorik yang mencakup keterampilan motorik dan kemampuan mengendalikan gerakan tubuh. Dalam pembelajaran sejarah, hasil belajar yang diharapkan tidak hanya terbatas pada penguasaan fakta dan peristiwa sejarah, tetapi mencakup kemampuan siswa dalam menganalisis, menginterpretasikan, dan mengambil pelajaran dari peristiwa-peristiwa sejarah yang dipelajari, sehingga pembelajaran sejarah dapat memberikan dukungan nyata bagi pembentukan karakter dan wawasan kebangsaan siswa.

Hasil belajar yang maksimal menunjukkan bahwa siswa dapat mencapai tujuan pembelajaran yang ditetapkan dan siap menerapkan pengetahuan serta keterampilan yang didapatkannya dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Hamalik (2014:155), hasil belajar tampak sebagai terjadinya perubahan tingkah laku pada diri siswa yang dapat diamati dan diukur dalam bentuk perubahan pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Perubahan tersebut dapat diartikan sebagai terjadinya peningkatan dan pengembangan yang lebih baik dibandingkan dengan sebelumnya. Misalnya dari yang tidak tahu menjadi tahu, dari tidak terampil menjadi terampil, dan dari sikap yang kurang baik menjadi lebih baik. Oleh karena itu, pengukuran hasil belajar merupakan langkah penting dalam proses pendidikan untuk mengetahui sejauh mana tujuan pembelajaran telah tercapai dan sebagai dasar bagi guru dalam merencanakan tindak lanjut pembelajaran yang lebih efektif.

2.1.4 Hubungan Jam Pembelajaran dan Hasil Belajar

Beberapa penelitian sebelumnya menyatakan bahwa terdapat hubungan antara jam pembelajaran dan hasil belajar siswa. Penelitian Prayitno (2009:11) menunjukkan bahwa waktu pembelajaran yang cukup dan suasana kondusif berkontribusi pada peningkatan prestasi siswa. Jam pembelajaran tidak hanya harus optimal dari sisi kualitas, tetapi juga dari penggunaan waktu belajar. Waktu pembelajaran yang dimanfaatkan secara efektif akan memberikan dampak positif terhadap pemahaman siswa tentang materi yang dipelajari, yang akhirnya terlihat dari capaian hasil belajar siswa yang lebih baik.

Dalam penelitian pendidikan, variabel waktu sering dimasukkan sebagai salah satu faktor yang memengaruhi dalam model analisis untuk melihat seberapa besar pengaruhnya terhadap hasil belajar. Penelitian yang dilakukan oleh Azis dan Sam Ali menunjukkan bahwa jam belajar berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar siswa, dengan nilai t-hitung sebesar 2,529 yang signifikan pada $0,013 < 0,05$ (Azis & Ali, 2019). Temuan ini menunjukkan bahwa waktu pelaksanaan pembelajaran merupakan variabel yang perlu diperhatikan dalam upaya meningkatkan capaian hasil belajar siswa di sekolah. Selain itu, penelitian Suci Rahayu juga menunjukkan bahwa durasi belajar berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam, yang semakin memperkuat argumen bahwa aspek waktu dalam pembelajaran memiliki hubungan yang erat dengan capaian hasil belajar siswa (Rahayu, 2024).

Hubungan antara jam pembelajaran dan hasil belajar tidak terlalu sederhana atau linier. Banyaknya jam pembelajaran tanpa adanya istirahat atau variasi bisa membuat siswa lelah dan menurunkan efektivitas belajar. Penelitian Darajaad dan Fitrayati (2016:5) menjelaskan bahwa kombinasi antara jam belajar dan minat belajar berpengaruh terhadap hasil belajar ekonomi siswa SMA, sehingga penggunaan waktu belajar yang efisien dan seimbang sangat penting agar proses belajar tidak menimbulkan kelelahan dan penurunan konsentrasi. Hal ini sejalan dengan pendapat Muhibbin Syah (2014:145) yang menyatakan bahwa kelelahan fisik maupun psikis dapat menjadi penghambat yang serius dalam proses

pencapaian hasil belajar yang optimal, karena kelelahan fisik maupun psikis dapat mengurangi kemampuan konsentrasi dan motivasi belajar siswa secara signifikan.

Pemilihan jam pembelajaran yang tepat, disertai jeda atau variasi sangat menentukan kualitas hasil belajar siswa ditingkat SMA. Penelitian Arief Ardiansyah (2021) yang mengkaji pengaruh penerapan jam pembelajaran terhadap hasil belajar siswa menemukan bahwa rata-rata hasil belajar siswa pada kelas pagi sebesar 86,56 lebih tinggi dibandingkan kelas siang yaitu sebesar 80,88, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara jam pembelajaran dan hasil belajar siswa.

Hasil kajian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa jam pembelajaran memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil belajar. Pemilihan jam pembelajaran yang tepat dan suasana pembelajaran yang kondusif dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Penentuan jam yang disesuaikan dengan kondisi fisik dan psikologis siswa turut berperan penting dalam mencapai hasil belajar yang optimal. Oleh karena itu, pihak sekolah perlu mempertimbangkan faktor jam pembelajaran dalam penyusunan jadwal pembelajaran, khususnya untuk mata pelajaran yang menuntut pemahaman materi secara mendalam seperti sejarah, agar proses pembelajaran dapat berlangsung dengan baik dan mendapatkan capaian hasil belajar yang optimal.

2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan

Peneliti menyadari bahwa secara konseptual penelitian ini memiliki kesamaan dan telah dikaji oleh beberapa peneliti sebelumnya. Penelitian ini dimaksudkan sebagai upaya untuk melanjutkan serta memperkuat temuan-temuan dari penelitian sebelumnya. Peneliti melakukan kajian literatur yang mencakup berbagai sumber dan hasil penelitian yang relevan sebagai landasan konseptual untuk mencapai tujuan penelitian ini.

1. Penelitian Suci Rahayu dalam skripsinya yang berjudul “Pengaruh Durasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di MTs Ibnu Daud Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan”. Penelitian ini menunjukkan bahwa durasi belajar berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar siswa. Kesamaan dari penelitian ini dengan

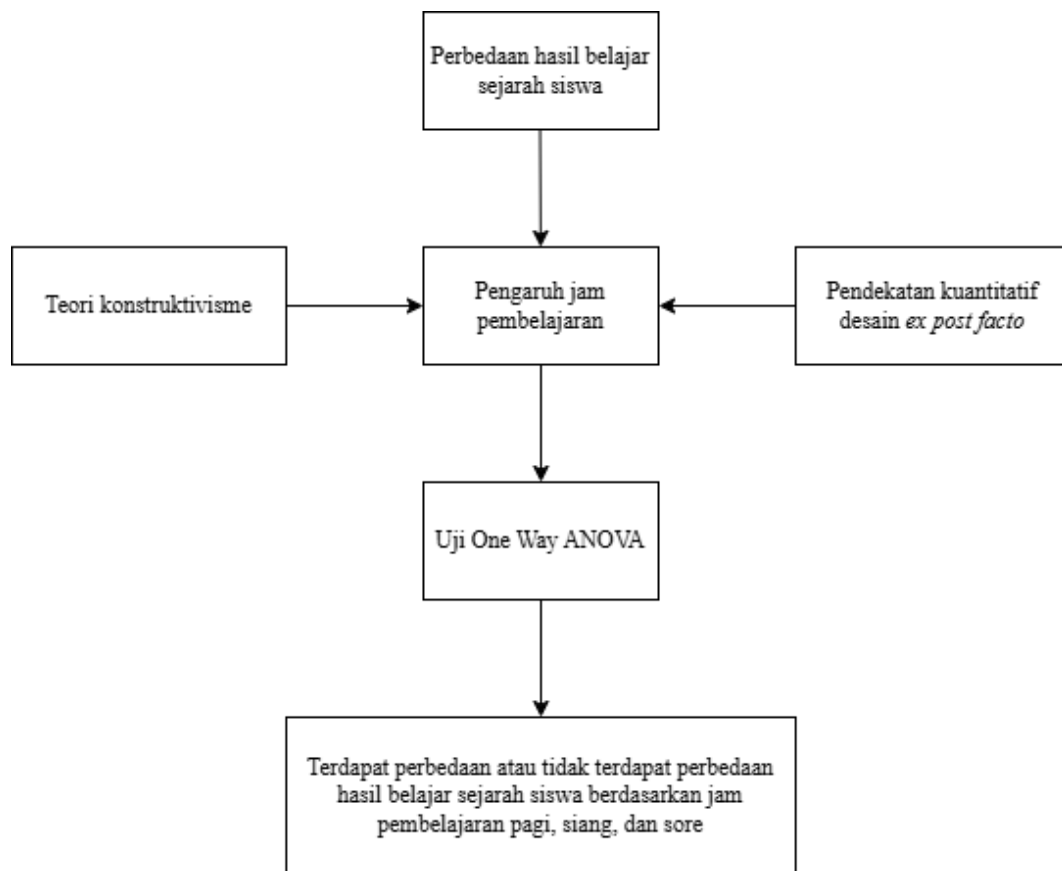
penelitian yang akan diteliti yaitu sama-sama membahas mengenai waktu pembelajaran dan hasil belajar, tapi terdapat perbedaan pembahasan pada variabel x. Variabel x dipenelitian ini lebih membahas pada durasi atau lamanya pembelajaran di kelas, sedangkan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti fokus pada perbedaan jam pembelajaran disetiap kelas. Sample yang digunakan pada penelitian Suci Rahayu adalah seluruh siswa MTs Ibnu Daud, sedangkan yang akan diteliti peneliti hanya kelas XI.

2. Penelitian Azis dan Sam Ali (2019) dalam jurnalnya yang berjudul “Pengaruh Jam Belajar Pada Mata Pelajaran Matematika Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Batauga”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa jam belajar berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar siswa, dengan nilai thitung yang diperoleh sebesar 2,529 signifikan pada $0,013 < 0,05$, artinya terdapat pengaruh jam belajar prestasi belajar siswa. Persamaan penelitian ini dengan yang akan diteliti adalah pada variabel bebasnya yaitu jam belajar, metode penelitian yang digunakan, serta populasi dan sample. Perbedaan dari Azis dan Sam Ali ini adalah pada variabel terikatnya yaitu prestasi belajar dan mata pelajaran yang diteliti matematika, sedangkan peneliti menggunakan hasil belajar sebagai variabel terikatnya dan sejarah sebagai mata pelajarannya.
3. Penelitian Arief Ardiansyah dalam jurnalnya yang berjudul “Pengaruh Penerapan Jam Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Akidah Akhlak Kelas X MA An-Nur Bululawang”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata hasil belajar siswa pada kelas pagi sebesar 86,56 sedangkan pada kelas siang sebesar 80,88, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara jam pembelajaran dan hasil belajar siswa. Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan diteliti, yaitu pada variabel penelitian yang sama-sama menggunakan jam pembelajaran sebagai variabel bebas dan hasil belajar sebagai variabel terikatnya. Perbedaan dari penelitian ini terdapat pada mata pelajaran yang dipilih yaitu Akidah Akhlak dan yang dijadikan populasi adalah siswa kelas X.
4. Penelitian Ilham Nasucha, Afif Afghohani, dan Isna Farahsanti (2023) yang berjudul “Pengaruh Waktu Belajar dan Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar

Matematika”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil belajar yang signifikan antara siswa yang mengikuti kegiatan pembelajaran pagi dan siang. Selain hasil belajar, penelitian ini juga meneliti pengaruh minat belajar terhadap hasil belajar dan hasilnya menunjukkan bahwa minat belajar juga berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar. Namun pada variabel waktu belajar dan minat belajar tidak ditemukan interaksi yang signifikan dengan hasil belajar. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan diteliti yaitu persamaan penggunaan variabel waktu belajar sebagai variabel bebas dan hasil belajar sebagai variabel terikat. Perbedaan dari penelitian ini terdapat pada penggunaan variabel bebasnya, penelitian ini menggunakan dua variabel bebas yaitu waktu belajar dan hasil belajar, sedangkan yang akan diteliti oleh peneliti adalah jam pembelajaran. Perbedaan lainnya pada penelitian ini terdapat pada mata pelajaran yang dipilih yaitu Matematika, sedangkan peneliti memilih mata pelajaran Sejarah.

2.3 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual atau biasa disebut kerangka konsep adalah kerangka berpikir yang memiliki fungsi untuk menjelaskan alur pemikiran antara konsep yang satu dengan konsep yang lain yang terhubung, dengan tujuan memberikan gambaran berupa asumsi yang terkait dengan variable-variabel yang akan diteliti (Ahmad dkk., 2023:78). Pada penelitian ini, kerangka konseptual disusun berdasarkan perbedaan hasil belajar sejarah siswa kelas XI di SMA Negeri 8 Tasikmalaya karena perbedaan jam pembelajaran.



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

2.4 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap masalah yang telah dirumuskan oleh peneliti dan masih membutuhkan pembuktian kebenarannya. Hipotesis bisa juga diartikan sebagai jawaban sementara terhadap pertanyaan-pertanyaan penelitian sebelum penelitian dilaksanakan (Muin, 2023:41). Berdasarkan definisi di atas, maka dapat dipilih hipotesis penelitiannya sebagai berikut:

1. (Ha) : Terdapat perbedaan signifikan pengaruh jam pembelajaran terhadap hasil belajar sejarah siswa kelas XI SMA Negeri 8 Tasikmalaya.
2. (Ho) : Tidak terdapat perbedaan signifikan pengaruh jam pembelajaran terhadap hasil belajar sejarah siswa kelas XI SMA Negeri 8 Tasikmalaya.

2.5 Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan penelitian dijabarkan berdasarkan rumusan masalah yang diangkat dari penelitian ini, diantaranya:

1. Apakah terdapat pengaruh jam pembelajaran terhadap hasil belajar sejarah siswa kelas XI SMA Negeri 8 Tasikmalaya?
2. Apakah terdapat perbedaan hasil belajar sejarah siswa berdasarkan jam pembelajaran di kelas XI SMA Negeri 8 Tasikmalaya?