Jurnal Serunai Ilmu Pendidikan
Vol.10 No.2, Desember2024
e-ISSN 2621 – 2676, p-ISSN 2528 - 0775

PENERAPAN TEKNIK *HYPNOTEACHING* DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR MATEMATIS DAN AKTIFITAS BELAJAR SISWA

[1]Lilis Saputri, [2]Mardiati
[1]*STKIP Budidaya*
falinsyah16@gmail.com
[2]*STKIP Budidaya*
mardiati2208@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan teknik *Hypnoteaching* dalam meningkatkan hasil dan aktivitas belajar siswa pada pokok bahasan sistem persamaan linier dua variabel (SPLDV). Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan desain *one group pretest-postest design*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik *hypnoteaching* memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan hasil belajar siswa. Sebanyak 87,5% siswa berhasil mencapai ketuntasan belajar dengan nilai di atas 65. Pencapaian indikator pembelajaran terkait SPLDV menunjukkan keberhasilan yang bervariasi, dengan indikator mengenal SPLDV mencapai 97%, sedangkan indikator penyelesaian SPLDV dengan metode grafik dan substitusi masih membutuhkan penguatan lebih lanjut. Aktivitas siswa juga mengalami peningkatan, dengan rata-rata ketercapaian sebesar 76,4%, yang menunjukkan progres yang baik dalam keterlibatan siswa. Secara keseluruhan, penerapan *hypnoteaching* terbukti efektif dalam menciptakan suasana belajar yang dinamis dan mendukung proses pembelajaran yang lebih mendalam. Namun, beberapa aspek seperti aplikasi SPLDV dalam konteks kehidupan nyata masih memerlukan penguatan agar siswa dapat menghubungkan konsep matematika dengan situasi sehari-hari. Penelitian ini menyarankan penggunaan pendekatan pembelajaran berbasis masalah untuk memperkuat pemahaman siswa dalam menerapkan konsep-konsep matematika pada dunia nyata.

Kata Kunci : teknik *hypnoteaching*, hasil belajar matematis, aktivitas belajar

ABSTRACT

This study aims to explore the implementation of the Hypnoteaching technique to enhance student learning outcomes and activity in the topic of Systems of Linear Equations in Two Variables (SPLDV). This research is a quasi-experimental study using a one-group pretest-posttest design. The results show that the application of Hypnoteaching has a positive effect on improving student learning outcomes. A total of 87.5% of students achieved learning mastery with scores above 65. The achievement of learning indicators related to SPLDV showed varying success, with the indicator of recognizing SPLDV reaching 97%, while the indicators for solving SPLDV using the graphical and substitution methods still require further reinforcement. Student activity also improved, with an average achievement of 76.4%, indicating good progress in student engagement. Overall, the implementation of Hypnoteaching was effective in creating a dynamic learning atmosphere and supporting a deeper learning process. However, some aspects, such as applying SPLDV in real-life contexts, still require strengthening to help students connect mathematical concepts with everyday situations. This study suggests the use of problem-based learning approaches to further enhance students' understanding in applying mathematical concepts to the real world.

Keywords*: Hypnoteaching technique, Mathematical learning outcomes, Learning activities.*

I. PENDAHULUAN

Belajar adalah perjalanan pribadi yang dilakukan seseorang untuk mengembangkan kemampuan, keterampilan, dan cara pandang terhadap dunia. Proses ini melibatkan pengalaman hidup yang mengubah cara berpikir dan bertindak secara mendalam dan bertahan lama. Menurut teori R. Gagne, belajar memiliki dua dimensi utama. Pertama, belajar adalah proses menemukan motivasi dalam diri untuk mendapatkan pengetahuan, keterampilan, kebiasaan, serta perilaku baru. Kedua, belajar mencakup penguasaan kemampuan yang diperoleh melalui arahan dan pembelajaran yang terstruktur (Slameto, 2003). Dengan kata lain, belajar tidak hanya tentang apa yang kita

ketahui, tetapi juga bagaimana pengetahuan itu membentuk siapa kita sebagai individu.

Pembelajaran adalah proses dinamis yang melibatkan interaksi antara siswa, materi pelajaran (seperti matematika), dan guru (Nurdiniah, 2024). Siswa, sebagai individu yang sedang belajar, adalah makhluk unik dengan persepsi, perhatian, daya nalar, motivasi, budaya, serta kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan (Saputri & Sari, 2018). Belajar matematika adalah perjalanan mental yang melibatkan upaya aktif seseorang untuk memahami, menyusun ulang, atau menguasai konsep-konsep matematika (Zulmaulida et al., 2021). Proses ini terjadi melalui interaksi langsung antara individu dan materi matematika, di mana setiap reaksi atau pemahaman yang muncul menjadi bagian penting dari pengalaman belajar (Huda et al., 2023).

Pada intinya, belajar matematika adalah proses yang terarah menuju pencapaian tujuan tertentu. Salah satu tujuan utamanya, dari sudut pandang kognitif, adalah tercapainya *transfer belajar* (Abdurakhman & Rusli, 2015). *Transfer belajar* berarti kemampuan untuk menggunakan konsep-konsep matematika yang telah terorganisasi dalam pikiran untuk memecahkan berbagai masalah baru yang dihadapi (Hudoyo, 1983). Dengan demikian, belajar matematika bukan hanya tentang memahami teori, tetapi juga bagaimana teori tersebut diterapkan dalam kehidupan nyata. Namun, banyak siswa menganggap matematika sebagai mata pelajaran yang sulit dan membosankan. Persepsi ini seringkali menjadi penghalang, membuat siswa merasa kesulitan sejak awal dan memengaruhi pencapaian belajar siswa.

Untuk mengatasi tantangan ini, khususnya pada materi seperti sistem persamaan linier dua variabel, siswa perlu dilatih untuk membangun pemahaman siswa. Proses ini melibatkan penerimaan informasi, analisis fakta, dan pembentukan hipotesis sebagai dasar pemikiran siswa (Saputri, 2020). Karena setiap siswa memiliki kemampuan yang berbeda, hasil dari proses ini pun akan bervariasi. Prestasi belajar siswa sendiri dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, termasuk peran penting guru dalam mendukung proses belajar mereka (Syah, 2003). Guru perlu mengadopsi model pembelajaran inovatif yang melibatkan siswa secara aktif.

Pendekatan pembelajaran yang efektif adalah yang memberikan ruang bagi siswa untuk belajar melalui pengalaman langsung (Sugrah, 2019). Dengan melakukan aktivitas sendiri, seperti memecahkan masalah matematika secara praktis, siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga mengembangkan keterampilan yang relevan dengan kehidupan mereka (Sari et al., 2022). Proses ini memperkaya pengalaman mereka, menjadikan belajar lebih bermakna, dan membantu mereka memahami bagaimana konsep matematika diterapkan dalam kehidupan nyata (Safari & Inayah, 2024). Salah satu teknik yang terbukti efektif adalah *hypnoteaching*, yang tidak hanya meningkatkan hasil belajar, tetapi juga membangun keaktifan siswa dalam proses pembelajaran (Hm, 2019). Teknik ini menjadikan pembelajaran lebih bermakna, membantu siswa mengatasi persepsi negatif, dan menciptakan pengalaman belajar yang inspiratif serta aplikatif.

II. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu (*quasi-experimental research*) yang menggunakan desain *one group pretest-posttest design*. Desain ini melibatkan satu kelompok subjek yang diberi perlakuan tanpa adanya kelompok pembanding (Arikunto, 2006).

Tabel 1. ***One Group Pre Test – Post Test Design***

Kelompok	Pre-test	Perlakuan	Post-test
Eksperimen	O_1	X	O_2

Sebelum perlakuan diberikan, kelompok ini menjalani *pretest* untuk mengukur kemampuan awal, kemudian dilakukan perlakuan, dan diakhiri dengan *posttest* untuk menilai perubahan atau pengaruh dari perlakuan yang diberikan (Arikunto, 2003). Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 5 Stabat pada mata pelajaran Matematika dengan pokok bahasan

Sistem Persamaan Linear Dua Variabel (SPLDV).

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh siswa kelas VIII di SMP Negeri 5 Stabat. Dari populasi tersebut, diambil sampel penelitian berupa satu kelas, yaitu kelas VIII-3, yang terdiri dari 32 siswa. Pemilihan sampel ini bertujuan untuk mendapatkan data yang representatif, sekaligus memungkinkan peneliti untuk lebih fokus dalam mengamati dan menganalisis efek perlakuan terhadap kelompok yang diteliti. Desain penelitian ini memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi efektivitas metode pembelajaran atau perlakuan yang diterapkan terhadap peningkatan hasil belajar dan aktivitas belajar siswa mengenai SPLDV.

Tingkat Penguasaan Siswa

Dari data skor hasil belajar siswa, masing-masing siswa ditentukan Persentase Penguasaan Siswa (PPS) hasil belajar dengan rumus :

$$PPS = \frac{skor\ yang\ diperoleh\ siswa}{skor\ normal} \times 100\%$$

Tingkat penguasaan siswa akan terlihat pada tinggi rendahnya skor mentah yang dicapai pada pedoman konvensi umum yang digunakan dalam konvensi lima norma absolut (Nurkancana, 1992). Kriteria tingkat penguasaan siswa secara klasikal akan dipenuhi jika minimal termasuk ke dalam kategori sedang.

Tabel 2. Persentase Penguasaan Siswa

Tingkat Penguasaan Siswa	Kriteria
90% - 100%	Sangat Tinggi
80% - 89%	Tinggi
65% - 79%	Sedang
55% - 64%	Rendah
0% - 54%	Sangat Rendah

Untuk memahami pencapaian belajar siswa, kita perlu menentukan skor yang kemudian digunakan untuk menghitung persentase ketuntasan belajar, baik secara individu maupun klasikal. Menurut Nurkancana (1992), ketuntasan belajar memiliki dua kriteria utama. Pertama, ketuntasan individu**,** di mana seorang siswa dianggap telah tuntas jika ia mencapai minimal 65% dari skor maksimum atau memperoleh nilai 65. Kedua, ketuntasan klasikal, di mana sebuah kelas dianggap tuntas apabila setidaknya 85% siswa dalam kelas tersebut mencapai ketuntasan individu, yaitu 65%.

Ketuntasan Belajar Siswa

Untuk menghitung Persentase Daya Serap (PDS) setiap siswa secara individual, digunakan rumus berikut:

$$PDS = \frac{skor\ yang\ diperoleh\ siswa}{skor\ normal} \times 100\%$$

Kriteria :

$0\% \leq PDS < 65\%$ Tidak tuntas belajar

$65\% \leq PDS < 100\%$ Tuntas belajar

Rumus ini membantu memahami sejauh mana siswa mampu menyerap materi yang telah diajarkan. Dengan menggunakan rumus ini, guru dapat mengevaluasi keberhasilan pembelajaran, baik secara individu maupun keseluruhan dalam kelas. Jika ada siswa yang belum mencapai ketuntasan belajar, atau sebaliknya, sudah tuntas secara individu, kita dapat menentukan apakah hasil pembelajaran tersebut sesuai dengan kriteria ketuntasan yang ditetapkan berdasarkan pedoman pelaksanaan proses belajar mengajar (Nurkancana, 1992). Selain itu, persentase siswa yang telah mencapai ketuntasan belajar secara klasikal dapat dihitung menggunakan rumus berikut:

$$D = \frac{jumlah\ siswa}{jumlah\ siswa\ yang\ telah\ mencapai\ daya\ serap \geq 65\%} \times 100\%$$

Ketuntasan belajar secara klasikal dianggap tercapai apabila setidaknya 85% siswa di kelas telah memperoleh daya serap sebesar 65% atau lebih. Dengan kata lain, jika sebagian besar siswa telah mencapai tingkat pemahaman yang ditentukan, maka pembelajaran di kelas tersebut dapat dinyatakan berhasil secara keseluruhan.

Ketuntasan Tujuan Pembelajaran Khusus (TPK)

Tujuan Pembelajaran Khusus (TPK) dianggap tercapai jika setidaknya 65% siswa berhasil menyelesaikan semua soal yang terkait dengan TPK tersebut (Nurkancana, 1992). Selain itu, pencapaian keseluruhan TPK dalam pembelajaran dinyatakan berhasil apabila minimal 75% dari TPK yang telah ditetapkan berhasil dicapai. Untuk mengukur sejauh mana TPK telah tercapai, dapat digunakan rumus berikut:

$$TPK = \frac{jumlah\ skor\ siswa\ untuk\ butir\ soal\ ke{-}i}{jumlah\ skor\ maksimal\ untuk\ butir\ soal\ ke{-}i} \times 100\%$$

Dengan kriteria :
$0\% \leq TPK < 75\%$ TPK tidak tuntas
$75\% \leq TPK < 100\%$ TPK tuntas

Secara keseluruhan, Tujuan Pembelajaran Khusus (TPK) dianggap tercapai apabila setidaknya 75% dari semua TPK yang telah direncanakan berhasil diselesaikan dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar tujuan pembelajaran telah terpenuhi sesuai dengan standar yang ditetapkan.

Aktivitas Siswa

Proses belajar mengajar dapat diamati melalui aktivitas guru dan siswa selama pembelajaran berlangsung. Menurut Arikunto (2006), evaluasi dari setiap observasi dapat dihitung menggunakan rumus berikut:

$$Presentase\ aktivitas\ siswa = \frac{jumlah\ aktivitas\ yang\ melalukan\ siswa}{total\ nilai\ aktivitas\ siswa} \times 100\%$$

Dengan Kriteria
50% – 59% : Sangat buruk
60% – 69% : Buruk
70% – 79% : Cukup
80% – 89% : Baik
90% – 100% : Sangat Baik

Peningkatan Hasil Belajar Matematis

Data yang diperoleh meliputi nilai pre-test dan post-test, yang digunakan untuk melihat apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara keduanya. Analisis ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pembelajaran dengan membandingkan rata-rata dari kedua nilai tersebut. Untuk mengukur perbedaan tersebut, dilakukan uji statistik menggunakan uji beda rata-rata (t-test). Dalam pengujian hipotesis, keputusan diambil berdasarkan perbandingan antara t_{hitung} dan t_{tabel}. Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Sebaliknya, jika $t_{hitung} < t_{tabel}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Pengujian ini dilakukan pada tingkat signifikansi α sebesar 0,05 dengan derajat kebebasan (d.b) yang dihitung menggunakan rumus N−1, dimana N adalah jumlah sampel.

II. HASIL DAN PEMBAHASAN

a) Penerapan teknik *Hypnoteaching*

Hypnoteaching adalah pendekatan pembelajaran yang bertujuan untuk menciptakan kondisi pikiran siswa dalam keadaan alpha, yaitu kondisi di mana siswa lebih terbuka terhadap masukan, fokus, rileks, dan mampu menyerap informasi secara maksimal tanpa terganggu oleh pikiran lain. Dalam keadaan ini, *Reticular Activating System* (RAS) berfungsi membuka jalur informasi menuju pikiran bawah sadar, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif dan bermakna. Ciri-ciri kondisi hypnosis yang mendukung pembelajaran mencakup perhatian siswa yang terpusat, relaksasi fisik, peningkatan kemampuan sebagian atau seluruh panca indera, serta pengendalian refleks dan aktivitas fisik sesuai dengan modalitas pembelajaran, seperti kinestetik, auditori, visual, atau audiovisual. Respons siswa setelah mengalami kondisi ini dapat diamati melalui peningkatan pemahaman, minat, dan keterlibatan mereka dalam pembelajaran. Teknik hypnoteaching yang diterapkan meliputi sugesti positif untuk meningkatkan rasa percaya diri, visualisasi untuk memperdalam pemahaman, penggunaan cerita inspiratif untuk menciptakan hubungan emosional dengan materi, relaksasi terarah untuk membangun suasana yang kondusif, dan penguatan dengan repetisi untuk membantu penyimpanan informasi dalam memori jangka panjang. Dengan pendekatan ini, pembelajaran tidak hanya bersifat informatif tetapi juga transformatif, membantu siswa mencapai potensi belajar secara optimal. Teknik *hypnoteaching* yang diterapkan pada pembelajaran meliputi :

1. *Yelling*. Yelling yang akan digunakan peneliti diberikan pada tabel berikut:

Tabel 3. Yelling

GURU	SISWA
Hai	*Yes*
Halo	*Hai*
Apa kabar juara?	*Semangat, belajar, berprestasi*

2. *Reward* dan *Penalty*. *Reward* dan *Penalty* yang akan digunakan peneliti adalah *reward* dan *penalty* berbentuk bintang ekspresi. Jika siswa mendapat reward maka guru memberikan bintang dengan ekspresi tersenyum, sebaliknya.

Tabel 4. *Reward* dan *Penalty*

Reward	Penalty

3. Jam Emosi
Jam emosi adalah alat sederhana namun efektif yang diletakkan di depan kelas untuk membantu mengelola suasana hati dan konsentrasi siswa selama pembelajaran. Dengan desain yang mudah terlihat oleh semua siswa, jam ini memiliki empat pengaturan yang membantu menciptakan suasana belajar yang dinamis dan kondusif. Jam tenang menandakan waktu bagi siswa untuk menenangkan diri dan berkonsentrasi penuh karena pelajaran akan dimulai. Jam diskusi menunjukkan bahwa siswa diajak untuk berinteraksi melalui diskusi kelompok, baik untuk membahas topik baru maupun untuk memecahkan soal yang diberikan oleh guru. Selanjutnya, jam lepas memberikan waktu bagi siswa untuk melepaskan emosi mereka secara terkontrol, seperti tertawa, berbicara, atau menghela napas, namun tetap dalam batas waktu tertentu agar tidak mengganggu suasana kelas lainnya. Terakhir, jam tombol digunakan untuk mengaktifkan kondisi belajar siswa. Dalam sesi ini, guru menggambar sebuah bulatan hitam di papan tulis dan meminta siswa untuk melihatnya sambil bernapas dengan santai. Teknik ini bertujuan untuk mengaktifkan pikiran bawah sadar siswa, membantu mereka tetap fokus dan siap menerima pembelajaran. Dengan pengaturan jam emosi ini, suasana kelas menjadi lebih harmonis, terorganisir, dan mendukung proses belajar-mengajar yang efektif.

Langkah-langkah pembelajaran *hypnoteacing* dalam proses pembelajaran adalah sebagai berikut :

Tabel 5. Langkah-Langkah Hypnoteaching

Langkah	Aktivitas Guru	Aktivitas Siswa
Mind (Menciptakan Ketenangan dalam Berpikir)	1. Menciptakan suasana kelas yang tenang dengan menggunakan nada suara lembut dan kata-kata positif. 2. Mengatur lingkungan kelas agar mendukung ketenangan, seperti penataan tempat duduk yang nyaman. 3. Memberikan sugesti positif untuk menenangkan pikiran siswa.	1. Duduk dengan tenang di tempat masing-masing. 2. Mengikuti instruksi guru untuk relaksasi sederhana, seperti bernapas dalam-dalam. 3. Menyiapkan diri untuk fokus pada pembelajaran.
Acquiring the Fact (Memperoleh Fakta)	1. Menyampaikan fakta atau contoh relevan yang terhubung dengan kehidupan sehari-hari. 2. Menjelaskan manfaat pembelajaran materi dalam kehidupan nyata, seperti hubungan kimia dengan produk sehari-hari.	1. Mendengarkan penjelasan guru dengan antusias serta mencatat fakta-fakta penting yang disampaikan guru. 2. Mengajukan pertanyaan jika ada hal yang belum dipahami.
Search Out the Meaning (Menemukan Arti yang Sebenarnya)	1. Memberikan analogi atau ilustrasi yang realistis terkait materi pelajaran. 2. Menghubungkan materi dengan tujuan pembelajaran.	1. Mencermati analogi dan ilustrasi yang diberikan guru. 2. Merenungkan dan mendiskusikan arti dari

		materi pelajaran yang diberikan.
Trigger the Memory (Memicu Memori)	1. Menyajikan pertanyaan menarik dalam bentuk permainan atau diskusi interaktif. 2. Menghubungkan materi baru dengan pengetahuan sebelumnya untuk memperkuat memori siswa.	1. Berpartisipasi aktif dalam permainan atau diskusi. 2. Berusaha menjawab pertanyaan dengan mengingat informasi yang telah dipelajari.
Exhibit (Memeragakan)	1. Menyediakan latihan atau soal yang relevan dengan materi. 2. Memberikan contoh nyata atau simulasi untuk mempraktikkan materi yang diajarkan.	1. Mengerjakan latihan atau soal yang diberikan. 2. Mempraktikkan konsep yang dipelajari dalam simulasi atau diskusi kelompok.
Reflect (Merefleksikan yang Telah Dipelajari)	1. Menyimpulkan materi yang baru saja disampaikan dengan cara yang sederhana dan jelas. 2. Meminta siswa menyampaikan refleksi mereka terkait apa yang telah dipahami.	1. Mendengarkan kesimpulan dari guru dan mencatat poin penting. 2. Memberikan tanggapan terkait pemahaman atau kesulitan yang dihadapi selama pembelajaran.

b) Efektivitas Penerapan Teknik *Hypnoteaching* terhadap Peningkatan Hasil Belajar dan Aktivitas Belajar Siswa

Deskripsi tingkat penguasaan terhadap pokok bahasan sistem persamaan linier dua variabel dapat dilihat dalam table berikut ini :

Tabel 6. Deskripsi Tingkat Penguasaan Siswa

Banyak Siswa	Persentase Jumlah siswa	Tingkat Penguasaan
6	18,75%	Sangat Tinggi
8	25%	Tinggi
14	43,75%	Sedang
3	9,375%	Rendah
1	3,125%	Sangat Rendah

Berdasarkan data tabel, mayoritas siswa, yaitu sebanyak 14 siswa (43,75%), berada pada tingkat penguasaan Sedang, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pemahaman yang cukup terhadap materi yang diajarkan, meskipun belum mencapai tingkat tinggi atau sangat tinggi. Sebanyak 8 siswa (25%) berada pada tingkat Tinggi, dan 6 siswa (18,75%) berada pada tingkat Sangat Tinggi, sehingga total 14 siswa (43,75%) menunjukkan pemahaman yang baik hingga sangat baik terhadap materi. Di sisi lain, terdapat 3 siswa (9,375%) yang berada pada tingkat penguasaan Rendah, dan 1 siswa (3,125%) berada pada tingkat Sangat Rendah, mengindikasikan adanya beberapa siswa yang membutuhkan perhatian lebih untuk memahami materi. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa berada pada kategori sedang hingga tinggi, tetapi masih ada kelompok kecil yang memerlukan bimbingan khusus. Untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran, guru dapat memberikan dukungan tambahan, seperti pembelajaran remedial atau metode pengajaran yang lebih interaktif, kepada siswa dengan tingkat penguasaan rendah dan sangat rendah. Sementara itu, siswa dengan tingkat penguasaan tinggi dan sangat tinggi dapat diberikan tantangan tambahan untuk menjaga motivasi belajar mereka dan mengembangkan kemampuan lebih lanjut.

Deskripsi data ketuntasan belajar siswa pada pokok bahasan sistem persamaan linier dua variabel dapat dilihat pada table berikut ini :

Tabel 7. Deskripsi Ketuntasan Belajar Siswa

Jumlah	Persentase	Keterangan
28	87,5%	Siswa yang tuntas belajar
4	12,5%	Siswa yang tidak tuntas belajar

Dari hasil tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran di kelas menunjukkan hasil yang sangat baik secara keseluruhan. Sebanyak 28 dari 32 siswa, atau 87,5%, berhasil mencapai nilai di atas 65, yang merupakan skor minimum untuk dinyatakan tuntas. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa mampu memahami materi dengan baik dan memenuhi standar yang telah ditetapkan. Berdasarkan kriteria ketuntasan belajar, jika setidaknya 85% siswa di kelas mencapai nilai ≥65, maka ketuntasan belajar secara klasikal dapat dianggap tercapai. Dengan pencapaian 87,5%, kelas ini telah melampaui ambang batas tersebut. Hasil ini mencerminkan keberhasilan metode pembelajaran yang digunakan, sekaligus memberikan motivasi untuk terus meningkatkan kualitas pembelajaran bagi siswa yang belum mencapai nilai tuntas.

Tabel 8. Deskripsi Ketercapaian Tujuan Pembelajaran Khusus

Indikator	Persentase Pencapaian Butir Soal	Ketercapaian TPK
Mengenal SPLDV dalam berbagai bentuk.	97 %	Tercapai
Menentukan penyelesaian SPLDV dengan metode Grafik.	72 %	Tercapai
Menentukan penyelesaian SPLDV dengan metode Substitusi.	75 %	Tercapai
Menentukan penyelesaian SPLDV dengan metode Eliminasi.	88 %	Tercapai
Menentukan penyelesaian SPLDV dengan metode Reduksi/Campuran.	81 %	Tercapai
Membuat dan menyelesaikan model matematika dari masalah sehari-hari yang berkaitan dengan SPLDV.	66 %	Tercapai

Berdasarkan hasil tabel, dapat disimpulkan bahwa seluruh indikator pembelajaran terkait SPLDV telah tercapai dengan tingkat pencapaian yang bervariasi antara 66% hingga 97%. Indikator dengan pencapaian tertinggi adalah mengenal SPLDV dalam berbagai bentuk dengan persentase sebesar 97%, menunjukkan pemahaman siswa yang sangat baik dalam mengenali SPLDV. Sementara itu, indikator menentukan penyelesaian SPLDV dengan metode Eliminasi dan Reduksi/Campuran juga memperoleh pencapaian tinggi, masing-masing sebesar 88% dan 81%, yang mencerminkan pemahaman siswa yang cukup kuat dalam menggunakan kedua metode tersebut. Namun, metode grafik dan substitusi memiliki tingkat pencapaian yang sedikit lebih rendah, yaitu 72% dan 75%. Hal ini menunjukkan perlunya pendampingan lebih lanjut dalam memperkuat kemampuan siswa menggunakan metode-metode tersebut. Selain itu, indikator Membuat dan menyelesaikan model matematika dari masalah sehari-hari yang berkaitan dengan SPLDV memiliki tingkat pencapaian terendah, yaitu 66%. Meskipun indikator ini telah tercapai, hasil ini mengindikasikan bahwa siswa membutuhkan lebih banyak latihan untuk menghubungkan konsep SPLDV dengan konteks kehidupan nyata melalui pemodelan matematika. Secara keseluruhan, meskipun pembelajaran telah berhasil mencapai tujuan pembelajaran khusus (TPK), masih diperlukan penguatan pada beberapa indikator, terutama dalam aplikasi SPLDV di dunia nyata dan penyelesaian SPLDV dengan metode tertentu seperti Grafik. Penguatan ini dapat dilakukan melalui pendekatan pembelajaran yang lebih kontekstual dan berbasis masalah, sehingga siswa dapat mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam dan kemampuan penerapan konsep yang lebih baik.

Tabel 9. Hasil Observasi Aktivitas Siswa

Pertemuan	Presentase	Kriteria
I	72,4%	Cukup Baik
II	75,6%	Cukup Baik
III	81,1%	Baik

Rata – Rata	76,4%	Cukup Baik

Berdasarkan tabel, dapat dilihat perkembangan persentase ketercapaian pembelajaran dari pertemuan I hingga III. Pada pertemuan I, persentase ketercapaian adalah 72,4%, yang termasuk dalam kategori cukup baik. Persentase ini mengalami peningkatan pada pertemuan II menjadi 75,6%, yang tetap berada dalam kategori cukup baik. Pada pertemuan III, persentase meningkat lebih signifikan menjadi 81,1%, masuk ke dalam kategori baik. Rata-rata persentase keseluruhan dari tiga pertemuan adalah 76,4%, yang menunjukkan bahwa secara umum, ketercapaian pembelajaran berada pada kategori cukup baik. Peningkatan yang konsisten dari pertemuan I ke III menunjukkan adanya progres positif dalam proses pembelajaran, meskipun peningkatan dari kategori cukup baik ke baik baru tercapai pada pertemuan III. Hal ini mengindikasikan bahwa upaya pembelajaran yang dilakukan sudah berjalan cukup efektif, tetapi masih diperlukan strategi yang lebih terarah untuk mempertahankan dan meningkatkan persentase ketercapaian, sehingga seluruh pertemuan dapat mencapai kategori baik atau lebih tinggi. Misalnya, dengan menggunakan pendekatan yang lebih interaktif dan evaluasi yang lebih mendalam terhadap hambatan yang mungkin dialami siswa pada pertemuan awal.

Tabel 10. Pencapaian Efektivitas Pembelajaran

Aspek Kategori	Keterangan	Kesimpulan
Tingkat penguasaan siswa	Sedang	Efektif
Ketuntasan belajar siswa	Tuntas	
Ketercapaian tujuan pembelajaran khusus (TPK) atau indikator	Tercapai	
Kegiatan proses belajar mengajar dilihat dari lembar aktivitas guru dan aktivitas siswa	Cukup Baik	

Berdasarkan tabel, analisis menunjukkan bahwa meskipun tingkat penguasaan siswa berada pada kategori Sedang, hal ini masih mencerminkan bahwa proses pembelajaran berjalan dengan cukup baik. Namun, tentu ada peluang untuk meningkatkan penguasaan siswa agar lebih banyak dari mereka yang mencapai pemahaman yang lebih mendalam. Yang menggembirakan, ketuntasan belajar siswa telah tercapai, artinya sebagian besar siswa telah berhasil memenuhi atau melampaui standar yang ditetapkan, yang merupakan pencapaian penting dalam pembelajaran. Selain itu, tujuan pembelajaran khusus (TPK) yang telah ditentukan juga berhasil tercapai, yang berarti siswa berhasil memahami materi sesuai dengan apa yang diharapkan dari mereka. Untuk proses belajar mengajar, aktivitas guru dan siswa dinilai Cukup Baik, yang menunjukkan bahwa interaksi di dalam kelas telah berjalan dengan baik, meski ada ruang untuk peningkatan agar semakin menarik dan memotivasi siswa. Secara keseluruhan, meskipun pembelajaran sudah efektif dan sebagian besar tujuan tercapai, ada potensi untuk lebih mengoptimalkan proses pembelajaran. Upaya lebih lanjut dapat difokuskan pada pemahaman siswa yang lebih mendalam serta membuat proses belajar lebih dinamis dan menyenangkan bagi siswa.

c) Peningkatan Hasil Belajar Matematis

Berdasarkan hasil perhitungan statistik yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik *hypnoteaching* pada pembelajaran Sistem Persamaan Linier Dua Variabel (SPLDV) di kelas VIII SMP N 5 Stabat memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajar matematis siswa. Hal ini terlihat dari hasil perbandingan antara nilai t_{hitung} dan t_{tabel}. Dengan t_{hitung} sebesar 3,684 yang lebih besar daripada t_{tabel} yang bernilai 2,0377, maka Ho ditolak dan Ha diterima. Ini berarti terdapat peningkatan yang signifikan hasil belajar matematis setelah penerapan teknik *hypnoteaching* pada materi Sistem Persamaan Linier Dua Variabel (SPLDV) di kelas VIII SMP N 5 Stabat.

Penerapan teknik *hypnoteaching* terbukti memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan hasil belajar matematis siswa, karena siswa untuk lebih fokus dan terbuka terhadap materi yang diajarkan. Teknik ini dapat memengaruhi kondisi mental siswa, membuat

siswa lebih mudah menyerap informasi, dan mengurangi gangguan pikiran yang dapat menghambat proses belajar. Hal ini menjadi penting terutama pada topik yang membutuhkan pemahaman konsep yang jelas dan terstruktur seperti SPLDV. Dengan demikian, hasil ini memberikan bukti empiris bahwa teknik *hypnoteaching* tidak hanya meningkatkan konsentrasi siswa, tetapi juga memperbaiki pemahaman siswa terhadap materi pembelajaran, yang pada akhirnya meningkatkan hasil belajar siswa secara keseluruhan. Sejalan dengan penelitian Wahid & Astuti (2020) penerapan teknik *hypnoteaching* di kelas dapat meningkatkan daya serap siswa terhadap materi pelajaran, terutama pada mata pelajaran yang membutuhkan pemikiran logis dan pemecahan masalah, seperti matematika. Diharapkan, temuan ini dapat menjadi referensi untuk penerapan teknik pembelajaran yang lebih inovatif dan efektif di masa depan.

III. KESIMPULAN

Berdasarkan tujuan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik *hypnoteaching* dalam pembelajaran sistem persamaan linier dua variabel (SPLDV) memberikan hasil yang positif dalam meningkatkan pemahaman, aktivitas, dan hasil belajar siswa. Teknik ini berhasil menciptakan suasana kelas yang lebih nyaman dan mendalam, sehingga siswa merasa lebih fokus, rileks, dan terbuka untuk menerima informasi yang diberikan. Hal ini membuat proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan mudah dipahami. Melalui metode seperti *yelling*, *reward* dan *penalty*, serta jam emosi, siswa menjadi lebih terlibat dalam pembelajaran. Yelling membantu menarik perhatian, sedangkan *reward-penalty* memberikan motivasi tambahan agar siswa lebih aktif berpartisipasi. Jam emosi, di sisi lain, membantu siswa mengatur suasana hati mereka, sehingga lebih mudah berkonsentrasi dan mengikuti pelajaran dengan baik. Selain itu, hasil belajar siswa juga menunjukkan peningkatan yang signifikan. Banyak siswa yang berhasil menguasai materi SPLDV dengan lebih baik, yang menunjukkan bahwa teknik *hypnoteaching* tidak hanya membantu siswa memahami materi, tetapi juga meningkatkan kualitas hasil belajar siswa. Teknik ini juga membuat pembelajaran menjadi lebih interaktif dan menyenangkan, yang pada gilirannya meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses belajar.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan gambaran bahwa *hypnoteaching* bisa menjadi solusi praktis untuk menciptakan suasana belajar yang lebih baik, terutama dalam pembelajaran matematika yang sering dianggap sulit. Dengan menggunakan pendekatan ini, siswa bisa lebih mudah memahami materi, lebih aktif, dan lebih termotivasi dalam belajar.

DAFTAR PUSTAKA

Abdurakhman, O., & Rusli, R. K. (2015). Teori Belajar dan Pembelajaran. *DIDAKTIKA TAUHIDI: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, *2*(1). https://doi.org/10.30997/dt.v2i1.302

Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (VI). Pt. Rineka Cipta.

Hm, M. A. (2019). Menciptakan Pembelajaran Efektif Melalui Hypnoteaching. *Ekspose: Jurnal Penelitian Hukum Dan Pendidikan*, *16*(2), 469–480. https://doi.org/10.30863/ekspose.v16i2.106

Huda, M., Fawaid, A., & Slamet, S. (2023). Implementasi Teori Belajar Behavioristik Dalam Proses Pembelajaran. *Pendekar: Jurnal Pendidikan Berkarakter*, *1*(4), 64–72. https://doi.org/10.51903/pendekar.v1i4.291

Hudoyo, H. (1983). *Teori Belajar Untuk Pengajaran Matematika*. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.

Nurdiniah, S. (2024). Langkah-langkah Partisipasi Guru dalam Pendekatan Pembelajaran Aktif di Muslimeen Suksa School, Thailand. *Karimah Tauhid*, *3*(8), 8581–8598. https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v3i8.14890

Nurkancana, W. (1992). *Evaluasi Hasil Belajar*. PT. Usaha Nasional.

Safari, Y., & Inayah, Y. (2024). Penerapan Teori Bruner Dalam Pembelajaran Matematika di Tingkat Sekolah Dasar Dengan Pendekatan Kurikulum Merdeka. *Seroja: Jurnal Pendidikan*, *3*(1), 156–164. https://doi.org/10.572349/seroja.v3i1.1815

Saputri, L. (2020). Peningkatan Self Confidence Mahasiswa Prodi Prndidikan Matematika

Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Di STKIP Budidaya. In *Jurnal Serunai Ilmu Pendidikan* (Vol. 6, Issue 1).

Saputri, L., & Sari, D. P. (2018). *Perkembangan Peserta Didik*. Budidaya Press.

Sari, D. T., Aula, A. W., Nugraheni, V. A., Dina, Z. K., & Romdhoni, W. (2022). Penerapan Pembelajaran Berbasis Masalah Pada Siswa SD Untuk Menumbuhkan Kemampuan Berpikir Kritis. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, *2*(1), 82–96.

Slameto. (2003). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya* (Cetakan ke). PT. Gramedia.

Sugrah, N. (2019). Implementasi teori belajar konstruktivisme dalam pembelajaran sains. *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, *19*(2), 121–138. https://doi.org/10.21831/hum.v19i2.29274

Syah, M. (2003). *Psikologi Belajar*. PT. Rajawali Pers.

Wahid, J., & Astuti, R. J. (2020). Penerapan Metode Hypnoteaching Dalam Upaya Meningkatkan Kecerdasan Otak Peserta Didik. *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal*, *2*(1), 67–97. https://doi.org/10.47467/reslaj.v2i1.136

Zulmaulida, R., Saputra, E., Munir, M., Zanthy, L. S., Wahnyuni, M., Irham, M., & Akmal, N. (2021). *Problematika pembelajaran matematika*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.