

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa pembelajaran dengan menggunakan teknik *brain break* dalam mata pelajaran Penerapan Rangkaian Elektronika pada materi Rangkaian Digital Kombinasional efektif dalam meningkatkan hasil belajar pada siswa kelas XI EIND 3 dalam ranah kognitif. Dengan demikian hipotesis penelitian (H_1) dapat diterima. Hasil tersebut secara rinci dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Pembelajaran dengan menggunakan teknik *brain break* dalam mata pelajaran Penerapan Rangkaian Elektronika pada materi Rangkaian Digital Kombinasional kelas XI EIND 3 di SMKN 1 Katapang berlangsung dengan baik. Namun dalam pelaksanaannya masih terdapat kendala, seperti kondisi kelas yang kurang kondusif baik sebelum dan sesudah perlakuan karena letak jam pelajaran yang berada pada siang menuju sore hari.
2. Pembelajaran menggunakan teknik *brain break* dapat memberikan pengaruh pada rata-rata hasil belajar. Hal ini dibuktikan dengan hasil perhitungan dengan menggunakan uji t- berpasangan dengan hasil yang didapat, yaitu *Sig. (one-tailed)* atau nilai p sebesar 3.157×10^{-20} , lebih kecil dari taraf signifikansi ($3.157 \times 10^{-20} < \alpha; \alpha = 0.05$) dengan t_{hitung} sebesar 24.416, yang artinya terdapat kenaikan yang signifikan dari rata-rata nilai *pretest* dan nilai *posttest*. Besar pengaruh dari teknik ini bervariasi antar siswa, hal ini terjadi karena beragam faktor internal maupun eksternal siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran.
3. Berdasarkan Uji *gain* ternormalisasi, pembelajaran dengan menggunakan teknik *brain break* dalam mata pelajaran Penerapan Rangkaian Elektronika pada materi Rangkaian Digital Kombinasional dapat meningkatkan hasil belajar dengan kategori sedang ($0.3 \leq g < 0.7$), sehingga teknik ini dapat meningkatkan hasil belajar dengan cukup pesat.

5.2. Implikasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan hasil belajar dengan diterapkannya teknik *brain break* pada mata pelajaran Penerapan Rangkaian Elektronika dalam ranah kognitif. Hasil belajar siswa yang diperoleh dari hasil *posttest* lebih tinggi dibandingkan dengan nilai dari hasil *pretest*. Hal ini membuktikan bahwa siswa membutuhkan “jeda” waktu pada saat jam pelajaran berlangsung, dan memberikan otak siswa memproses informasi tanpa tekanan dan dengan cara yang menyenangkan. Sehingga siswa menjadi lebih mudah menguasai materi, dan lebih partisipatif dalam melakukan pembelajaran.

Selain itu, dengan teknik tersebut, guru dapat menumbuhkan interaksi dengan siswa, dan siswa dengan siswa lainnya, sehingga akan muncul rasa untuk mencapai tujuan pembelajaran yang pada akhirnya mencapai hasil belajar yang memuaskan.

Bagi guru, teknik ini sangat mudah diterapkan. Guru hanya cukup merencanakan kegiatan apa yang akan dilakukan pada waktu jeda tersebut. Tanpa perlu aktivitas yang rumit pun, aktivitas sederhana seperti meregangkan badan selama 5-15 menit akan sangat berdampak pada prestasi hasil belajar siswa. Selain itu, guru juga harus mengetahui kapan waktu yang tepat untuk memberikan waktu jeda pada siswa, agar waktu yang dipakai tidak akan mengganggu pembelajaran yang sedang berlangsung.

Berdasarkan uraian diatas, maka hasil penelitian ini adalah dengan diterapkannya teknik *brain break*, hasil belajar siswa pada pembelajaran rangkaian digital kombinasional dapat meningkat.

5.3. Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian di atas, maka beberapa rekomendasi yang dapat peneliti sampaikan, antara lain:

1. Teknik *brain break* dapat dikembangkan lagi agar menjadi teknik pembelajaran yang lebih bervariasi, adaptif, dan praktis.
2. Teknik *brain break* dapat diintegrasikan dengan teknik lain agar pembelajaran menjadi lebih efektif.

3. Sebaiknya teknik pembelajaran ini diterapkan pada mata pelajaran lain, agar proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan.
4. Sekolah memfasilitasi guru untuk melakukan pelatihan dalam menerapkan teknik belajar ini agar guru memiliki bekal dalam mengkondisikan kelas, dan mempergunakan waktu jeda secara efektif.