

PENGONDISIAN ZONA ALFA DENGAN MUSIK TERHADAP MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BAHASA DAN SASTRA INDONESIA PADA MATA KULIAH STATISTIKA

Dian Ratna Puspananda¹, Dwi Erna Novianti²

^{1,2}IKIP PGRI Bojonegoro

¹bjn.air87@gmail.com, ²dwiernanovianti@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan musik dalam pengondisian zona alfa terhadap motivasi belajar mahasiswa IKIP PGRI Bojonegoro program studi pendidikan bahasa dan sastra Indonesia pada mata kuliah statistika. Jenis penelitian yang dilakukan adalah Penelitian Tindakan Kelas. Subjek penelitian sejumlah 30 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan adalah sampel jenuh. Model dalam penelitian ini adalah model penelitian Kurt Lewin yang terdiri atas empat tahap yaitu; perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi, dokumentasi, dan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan dengan mengkondisikan zona alfa melalui musik, motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika mengalami peningkatan dengan capaian prosentase sebesar 80,20% pada siklus I. Sedangkan pada siklus II motivasi belajar siswa mencapai 87,5%. Terbukti dari capaian peningkatan motivasi belajar mahasiswa maka pengondisian zona alfa dengan musik mampu meningkatkan motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika.

Kata Kunci: Pengondisian zona alfa dengan musik; motivasi belajar mahasiswa; statistika

PENDAHULUAN

Kualitas sumber daya manusia memiliki peranan yang sangat penting dalam kemajuan suatu bangsa. Kualitas sumber daya manusia itu meliputi kualitas intelegensi, emosi, dan spiritual. Meningkatkan kualitas sumber daya manusia dilakukan melalui pendidikan. Menurut Ismail (2012), upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas pendidikan sehingga bisa menghasilkan sumber daya manusia yang lebih berkualitas adalah sebuah keniscayaan, agar bangsa Indonesia menjadi bangsa yang produktif, efisien, dan memiliki kepercayaan diri yang kuat sehingga mampu bersaing dengan bangsa-bangsa lain dalam kehidupan global [1].

Ahmad Tafsir (2010), menyatakan pendidikan merupakan hal yang sangat penting tidak hanya sebagai proses transfer informasi dari guru ke siswa, melainkan juga sekaligus sebagai proses memanusiakan manusia yakni proses penghayatan nilai dan norma [2]. Dengan begitu, melalui pendidikan diharapkan terlahir sumber daya manusia yang berkualitas. Meningkatkan kualitas sumber daya manusia tersebut dapat dilakukan melalui kegiatan belajar. Kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok dalam keseluruhan proses pendidikan. Hal ini mengandung arti bahwa

berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh peserta didik. Keberhasilan siswa dalam belajar tidak terlepas dari peranan dan tugas guru.

Pembelajaran formal di Indonesia dimulai sejak pendidikan anak usia dini hingga jenjang perguruan tinggi. Pada jenjang perguruan tinggi, terdapat satu mata kuliah yang diajarkan pada setiap jurusan yaitu statistika. Statistika merupakan cabang ilmu matematika yang mempelajari tentang data, cara mengolahnya, dan menarik kesimpulan dari data tersebut. Menurut Budiyo (2009: 2), statistika adalah pengetahuan yang berhubungan dengan cara penyusunan data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan mengenai suatu keseluruhan (yang disebut populasi) berdasarkan data yang ada pada bagian dari keseluruhan tadi [3]. Statistika sangat diperlukan dalam dunia penelitian. Hal ini sependapat dengan Sudjana (2005: 1), dunia penelitian atau riset, dimanapun dilakukan, bukan saja telah mendapat manfaat yang baik dari statistika tetapi sering harus menggunakannya [4]. Pada kehidupan sehari-hari statistika sangat diperlukan. Hal ini dapat dilihat dari seseorang mampu memprediksi sesuatu dengan alat bantu statistik, misalnya data *quick count* untuk memprediksi hasil pemilu dari data yang dikumpulkan dari

berbagai daerah, mengetahui jumlah dan pertumbuhan penduduk, bermanfaat dalam bidang ekonomi, teknologi, kedokteran, dan lain – lain.

Statitika adalah mata kuliah yang harus ditempuh mahasiswa prodi pendidikan Bahasa dan Sastra di IKIP PGRI Bojonegoro. Mata kuliah ini ditempuh pada semester VI. Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti, sebagian besar mahasiswa kurang termotivasi untuk mengikuti mata kuliah ini. Salah satu faktor yang menyebabkan mereka kurang termotivasi dengan mata kuliah ini adalah karena suasana pembelajaran yang terlalu serius dan harus selalu fokus. Hal ini menyebabkan peserta didik menjadi jenuh dan pembelajaran tidak bisa dinikmati. Agar mahasiswa menjadi lebih menikmati pembelajaran, maka suasana pembelajaran harus menyenangkan. Selain itu dalam diri peserta didik sendiri harus berada pada keadaan yang rileks tapi siap (waspada). Keadaan ini yang disebut dengan gelombang zona alfa. Siswa harus benar – benar dalam keadaan siap (waspada) dan rileks dalam kegiatan pembelajaran. Disinilah peran guru sebagai fasilitator untuk dapat mengondisikan siswa siap belajar. Kondisi siap dan rileks belajar tersebut dapat dicapai ketika peserta didik berada pada zona alfa. Untuk memaksimalkan keberhasilan guru dalam melaksanakan pembelajaran, maka guru perlu melakukan pengondisian gelombang otak zona alfa bagi siswa berupa mengondisikan siswa dalam keadaan yang nyaman dan rileks untuk belajar.

Pengondisian gelombang zona alfa dapat dilakukan dengan *fun stroy*, *ice breaking*, *brain gym*, atau *music*. Pada penelitian ini, dipilih dua cara pengondisian zona alfa yaitu *music*. Dipilih *music* karena dirasa lebih mudah diterapkan di kelas dan tidak memerlukan banyak waktu untuk penerapannya. Selain itu *music* bisa diberikan sembari pembelajaran berlangsung. Menurut Manfred Clynes (1982), menyatakan bahwa musik punya efek terhadap otak. Irama musik mempunyai pengaruh meningkatkan produksi serotonin dalam otak. Serotonin adalah sebuah neuro transmitter yang berperan penting dalam menyalurkan getaran – getaran syaraf dan membantu memunculkan perasaan gembira. Saat otak menghasilkan serotonin, keteganganpun menurun [5]

Menurut Siegel (dalam Munif Chatib, 2013: 101), seorang peneliti dan ahli perkembangan otak, musik berperan dalam

proses pematangan hemisfer kanan otak (belahan otak kanan), walaupun dapat berpengaruh ke hemisfer sebelah kiri (belahan otak kiri) karena adanya *cross over* dari kanan ke kiri dan sebaliknya [6]. Adanya pengondisian gelombang zona alfa dengan musik diduga akan memicu peserta didik termotivasi untuk belajar yang berarti adanya dorongan dalam diri peserta didik untuk melakukan kegiatan belajar sehingga tujuan pembelajaran akan tercapai.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru sehingga hasil belajar siswa meningkat.^[8] Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus yang terdiri atas empat komponen, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi.

Penelitian Tindakan Kelas dilaksanakan di IKIP PGRI Bojonegoro, Jalan Panglima Polim 46 Bojonegoro. Subyek penelitiannya adalah mahasiswa tingkat III program studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia. Penelitian dilaksanakan pada bulan April—Juni 2019. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi, dokumentasi, dan kuesioner. Teknik analisis data dengan menggunakan analisis deskriptif.

Pedoman penilaian instrumen motivasi setelah diperoleh skor penilaian instrumen motivasi siswa dihitung dengan menggunakan rumus:

$$\text{Prosentase tingkat motivasi} = \frac{\text{Jumlah skor yang dicapai}}{\text{Jumlah skor maksimum}} \times 100$$

Sesuai dengan rumusan di atas maka diperoleh data tentang persentase tingkat motivasi masing-masing deskriptor secara klasikal. Penilaian motivasi pada tiap siklus dikatakan berhasil apabila hasil perhitungannya bernilai tinggi atau sangat tinggi. Data persentase tersebut dikelompokkan melalui persentase tingkat motivasi yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Kriteria Skor Tingkat Motivasi

Nilai	(%)	Kriteria
80—100		Sangat tinggi
66—79		Tinggi
56—65		Sedang
40—55		Rendah
≤ 40		Sangat rendah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Motivasi mahasiswa dalam belajar pada siklus I memperoleh skor dengan persentase 80,20% termasuk dalam kategori motivasi sangat tinggi. Siswa sudah termotivasi, terlihat semangat, antusias, dan senang ketika pembelajaran berlangsung. Motivasi belajar pada siklus II mengalami peningkatan dengan persentase 87,5% termasuk dalam kategori motivasi sangat tinggi. Dari siklus I dan II motivasi belajar siswa mengalami peningkatan sebesar 7,3%. Peningkatan motivasi belajar dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Peningkatan Motivasi Belajar

Tindakan	Nilai	Kriteria	Peningkatan
Pra Tindakan	60%	Sedang	-
Siklus I	80,20%	Sangat Tinggi	20,20%
Siklus II	87,5%	Sangat Tinggi	7,3%

Berdasarkan paparan pada hasil penelitian, diketahui pengkondisian alfa dengan musik dapat meningkatkan motivasi belajar siswa tampak pada pra tindakan, siklus I dan siklus II terjadi peningkatan dengan kriteria "sangat tinggi". Rata-rata peningkatan motivasi awal ke motivasi belajar siklus I mencapai 20,20%. Dari siklus I ke II mencapai peningkatan sebesar 7,3%. Berdasarkan data tersebut dapat dinyatakan bahwa motivasi belajar mahasiswa dalam pembelajaran semakin meningkat dan sudah termotivasi dalam belajar.

Musik dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arif Hidayat pada tahun 2016 yang berjudul Penggunaan Media Pembelajaran Melalui Musik Instrumental untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas di Madrasah Aliyah Bustanul Makmur Banyuwangi.

Kesimpulan dari penelitian tersebut adalah "musik berpengaruh untuk mengkondisikan kelas menjadi menyenangkan, yang mana dengan pembelajaran yang menyenangkan tersebut dapat menumbuhkan motivasi belajar siswa dan proses pembelajaran di dalam kelas lebih efektif" [7].

Selain itu Jumaryatun, dkk., dalam penelitiannya yang berjudul Penggunaan media lagu sebagai upaya meningkatkan motivasi dan kemampuan menulis cerpen pada tahun 2014, berkesimpulan bahwa "penggunaan media lagu dapat meningkatkan motivasi" [8].

Kategori motivasi belajar siswa yang dapat diamati dalam proses pembelajaran, meliputi (1) *attention* (perhatian) yaitu dorongan rasa ingin tahu, (2) *relevance* (keterkaitan), (3) *confidence* (keyakinan), dan (4) *satisfaction* (kepuasan). Berdasarkan perhitungan rata-rata motivasi belajar diketahui mencapai kriteria sangat tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan siswa yang memiliki rasa ingin tahu, perhatian terhadap tugas, mampu memahami materi pelajaran dengan baik yang sesuai dengan keinginan, dapat mengaitkan materi pelajaran dengan kehidupan sehari-hari, mampu siswa merasa yakin dan mampu untuk mengerjakan tugas dengan baik, yakin mencapai keberhasilan dalam pembelajaran, puas dalam mengikuti pelajaran dan mendapatkan hasil belajar yang baik sehingga menjadi siswa yang berprestasi. Sardiman (2011) menyatakan bahwa hasil belajar akan diperoleh secara optimal apabila terdapat motivasi yang tepat oleh karena itu, motivasi memegang peranan yang sangat penting dalam pembelajaran [9].

Hasil penelitian dan pembahasan tuliskan di sini. Untuk rumus matematika diberi penomoran apabila akan diacu. Apabila ada tabel dan grafik, judul tabel dituliskan di atasnya, keterangan grafik / gambar ditulis dibawahnya. Gambar dan tabel sebaiknya dirujuk dalam makalah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa melalui Pengkondisian zona alfa dengan musik dapat meningkatkan motivasi belajar mahasiswa. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan motivasi siklus I memperoleh skor dengan persentase 80,20% kategori motivasi sangat tinggi. Pada siklus II mengalami peningkatan persentase



87,5% kategori sangat tinggi. Dari siklus I dan II mengalami peningkatan sebesar 7,3%.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Budiyono. 2009. *Statistika untuk Penelitian*. Surakarta: UNS Press
- [2] Chatib, M. (2014). *Gurunya Manusia*. Bandung: Kaifa.
- [3] Clynes, Manfred. 1982. *[Ed] Music, Main and Brain: The Neuropsychology of Music*. Plenum: New York \
- [4] Hidayat, A. 2016. *Penggunaan Media Pembelajaran Melalui Musik Instrumental untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas di Madrasah Aliyah Bustanul Makmur Banyuwangi*. Tesis tidak diterbitkan. Malang. Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Maulana Ibrahim.
- [5] Ismail, M. I. (2012). *Orientasi Baru dalam Ilmu Pendidikan*. Makassar: Alauddin University Press.
- [6] Jumaryatun, Mulyono, S., Anindyarini, A. 2014. *Penggunaan Media Lagu sebagai Upaya Meningkatkan Motivasi dan Kemampuan Menulis Cerpen*. *BASASTRA Jurnal Penelitian Bahasa, Sastra Indonesia, dan Pengajarannya*. Vol. 1 No. 3: 504-513
- [7] Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito
- [8] Sardiman, A. M. 2011. *Interaksi dan Motivasi Belajar*. Jakarta: PT Raja Gafindo Persada.
- [9] Tafsir, A. (2010). *Ilmu Pendidikan dalam Perspektif Islam*. Bandung: Remaja Rosdakarya.