

Pengaruh Metode *Hypnoteaching* Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik

Rifdah Haniffah¹, Maulina Hendrik², Yorenza Meifinda³

rifdahhaniffah2@gmail.com¹, maulina.hendrik@unmuhbabel.ac.id²,

yorenza.meifinda@unmuhbabel.ac.id³

Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung^{1,2,3}

The Influence of Hypnoteaching Methods on The Learning Motivation for The Third Grade Students at SD Negeri 60 Pangkalpinang

ABSTRACT

This research was motivated by the low learning motivation of third-grade students. The hypnoteaching method was used as a solution to increase learning motivation because it conveys learning through subconscious language, thereby fostering student interest and motivation. The purpose of this study was to determine the effect of the hypnoteaching method on the learning motivation of third-grade students at SD Negeri 60 Pangkalpinang. The research used a quantitative method with a One-Group Pretest-Posttest design. The sample was third-grade students at SD Negeri 60 Pangkalpinang, selected using nonprobability sampling with a purposive sampling technique. Data collection used a questionnaire, while data analysis was conducted using the Shapiro-Wilk normality test and hypothesis testing using a Paired Sample T-Test. Based on the research results, it can be concluded that the hypnoteaching method has an effect on student learning motivation of class III students of SD Negeri 60 Pangkalpinang. The results were obtained from the posttest results which were greater than the pretest results. So it can be interpreted that after carrying out treatment using the hypnoteaching method, learning motivation was higher than before carrying out treatment using the hypnoteaching method. Based on the result obtained, the results of the hypothesis test using the paired sample t-test with the result of 'hitung = 18.382 and 'abel = 1.691. This research using the hypnoteaching method can provide solutions in conveying student learning motivation for teachers and other researchers.

Keywords: *Hypnoteaching Method, Learning Motivation*

Corresponding Author : *rifdahhaniffah2@gmail.com*

Article Info

Received date: 6 Maret 2025

Revised date: 5 September 2025

Accepted date: 26 September 2025

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, saat ini diperlukan guru yang memiliki kemampuan untuk meningkatkan keahlian dalam memilih metode pengajaran yang sesuai. Metode pengajaran yang dilaksanakan oleh tenaga pendidik di sekolah biasanya dilakukan satu-persatu dalam pengelolaan pengajaran termasuk perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian terhadap peserta didik (Fikri *et al.*, 2019). Proses pembelajaran secara keseluruhan bergantung pada tujuan pendidikan yang sudah dilakukan sebelumnya untuk menetapkan tujuan pendidikan, seperti dengan pengalaman dalam pembelajaran dikelas (Suryadin *et al.*, 2020). Dalam menyelenggarakan pembelajaran, setiap guru pada dasarnya harus memiliki kompetensi supaya tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal. Menurut (Febriana, 2019) terdapat beberapa kompetensi guru, yaitu meliputi: (1) kompetensi pedagogik, yaitu kemampuan dalam mengelola pembelajaran; (2) kompetensi profesional, yaitu penguasaan terhadap materi yang diajarkan; dan (3) kompetensi sosial, yaitu kemampuan berkomunikasi serta berinteraksi dengan peserta didik. Seorang guru perlu menerapkan ketiga kompetensi tersebut, terutama dengan memahami karakter setiap siswa agar terbangun hubungan yang baik. Salah satu caranya adalah memilih suatu metode pembelajaran yang efektif atau sesuai dengan karakteristik peserta didik, supaya dapat menumbuhkan atau meningkatkan motivasi belajar pada peserta didik tersebut. Sanjaya (2016) menjelaskan metode pembelajaran merupakan salah satu hal penting bagi setiap guru yang perlu di

persiapkan supaya dapat melaksanakan kegiatan pembelajaran dan mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Menurut Febriana (2019), metode pembelajaran yang inovatif akan membuat siswa memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi, sehingga dalam hal ini setiap guru harus dapat mengelola metode pembelajaran yang inovatif atau tidak monoton.

Pendidikan memiliki peran penting dalam mengembangkan berbagai keterampilan pemahaman yang diperlukan untuk mencapai keberhasilan akademis peserta didik. Salah satu kemampuan yang mencapai dalam akademis pembelajaran. Keterampilan ini meliputi kemampuan dalam membayangkan dalam pendidikan (Lokollo et al., 2024). Salah satunya dalam bidang pendidikan dasar dibutuhkan peran pendidik atau calon pendidik untuk mencapai tujuan tersebut, khususnya dalam perancangan pembelajaran di sekolah dasar. Guru perlu memiliki empat kompetensi, yaitu kepribadian, sosial, pedagogis dan profesional (Dias Laksita Dewi et al., 2024). Kesulitan dalam belajar yang sudah dialami oleh peserta didik tentu saja dalam mengganggu proses pembelajaran dan berakibat pada keberhasilan belajar sehingga pencapaian prestasinya menjadi tidak maksimal. Maka dari itu, masalahnya pada peserta didik ketika belajar di sekolah dan juga harus didukung oleh guru kelas (Danny Soesilo et al., 2024).

Motivasi adalah suatu aspek dinamis yang memiliki peran penting dalam proses belajar siswa. Rendahnya prestasi siswa sering kali bukan disebabkan karena kurangnya kemampuan siswa tersebut, akan tetapi disebabkan oleh kurangnya kemauan para siswa untuk belajar lebih giat dan tidak adanya dorongan untuk mencapai potensi belajar yang maksimal. Dalam suatu kegiatan pembelajaran yang tradisional maka akan cenderung menggunakan pendekatan eksplanatif, guru sering kali melupakan pentingnya unsur motivasi. Padahal, motivasi memiliki peran besar dalam setiap tahapan pendidikan karena mampu mendorong para siswa supaya selalu aktif dalam kegiatan belajar mengajar di dalam kelas (Emda Amna, 2017). Sejalan dengan itu, Tafanao (dalam Amalia et al., 2022), menyampaikan bahwa ketika peserta didik merasa termotivasi, maka mereka akan lebih mudah dalam memahami tujuan pembelajaran serta terdorong untuk mencari pengalaman belajar yang menantang sekaligus menyenangkan. Sehingga, supaya para siswa termotivasi untuk belajar, maka metode pembelajaran di dalam kelas harus menyenangkan, dan bervariasi. Jika guru hanya menggunakan ceramah, siswa akan cepat bosan dan kehilangan minat. Metode yang sesuai (seperti bermain peran, diskusi kelompok, eksperimen sederhana) dapat membuat suasana belajar mengajar di dalam kelas menjadi lebih aktif, interaktif, serta menyenangkan bagi para siswa, sehingga hal tersebut dapat membuat para siswa menjadi lebih bersemangat untuk mengikuti kegiatan belajar. Sebaliknya, metode yang monoton membuat siswa pasif, jenuh, dan tidak termotivasi. pembelajaran lebih bermakna.

Diantara merancang pembelajaran yang kreatif dan menyenangkan guru perlu menyesuaikan dengan watak peserta didik serta kebutuhan peserta didik terlebih dahulu. Guru dapat menggunakan asesmen sebagai alat bantu untuk mengumpulkan data siswa untuk mengetahui kemampuan dan kesulitan yang dialami serta untuk mengidentifikasi kebutuhan belajar peserta didik (Anugrahana et al., 2025). Belajar merupakan suatu perubahan sikap terhadap pengetahuan yang sudah dimiliki peserta didik sebelumnya. Proses perubahan ini mencapai aspek kognitif, efektif dan psikomotor, yang secara seluruh mempengaruhi perilaku dan penguasaan keterampilan peserta didik dengan kurikulum pendidikan yang sudah dijalankan. Adanya kemampuan belajar yang baik, siswa mampu beradaptasi dengan perubahan dan kemajuan, hal ini disebabkan oleh proses pembelajaran sesuatu kegiatan yang kreatif dan inovatif yang melibatkan interaksi antara pengajar dan peserta didik (Ariadi et al., 2024).

Namun berdasarkan hasil pengamatan, kondisi yang ditemukan di SDN 60 Pangkalpinang, khususnya di kelas III, menunjukkan adanya masalah motivasi atau rendahnya motivasi belajar pada siswa. Siswa tampak kurang tekun dalam mengerjakan tugas, tidak bersungguh-sungguh menyelesaikan soal, bahkan tidak berusaha memberikan jawaban yang benar. Selain itu, banyak siswa juga yang terlihat ragu saat menyampaikan pendapat, mudah terpengaruh oleh teman atau guru, serta kurang berani untuk mengungkapkan ide mereka sendiri. Hasil wawancara dengan wali kelas III memperkuat hasil pengamatan tersebut. Diketahui bahwa rendahnya motivasi belajar siswa dipengaruhi oleh kurangnya semangat dan perhatian ketika proses belajar berlangsung. Sebagian siswa terlihat malas, bosan, tidak fokus, bahkan sibuk dengan dirinya sendiri di kelas. Selain itu, metode pembelajaran yang digunakan oleh guru biasanya masih terbatas, kebanyakan guru masih cenderung menggunakan metode pembelajaran berbasis ceramah, kemudian mengadakan sesi tanya jawab antar siswa dan guru, dan yang terakhir guru melakukan penugasan kepada siswa, sehingga metode pembelajaran tersebut kurang inovatif dan variatif. Implementasi metode ceramah yang terlalu dominan perlu dievaluasi karena

membuat siswa kurang aktif, suasana kelas menjadi membosankan, serta mengurangi semangat belajar. Kondisi ini berdampak pada rendahnya motivasi siswa dan tidak maksimalnya pencapaian hasil belajar (Gulo & Tafonao, 2023)).

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka dapat kita ketahui bahwa berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan di SDN 60 Pangkalpinang, khususnya di kelas III menunjukkan adanya masalah seperti rendahnya motivasi belajar pada siswa kelas III yang ada di SDN 60 Pangkalpinang tersebut, penggunaan metode pembelajaran yang digunakan yaitu metode ceramah (cenderung monoton), proses belajar mengajar hanya sekedar tanya jawab dan penugasan kepada siswa, sehingga hal tersebut menyebabkan para siswa seringkali merasa bosan karena tidak ada motivasi (ketertarikan) untuk mengikuti kegiatan pembelajaran secara interaktif, serta siswa cenderung sulit merasa percaya diri untuk beradaptasi dengan teman atau gurunya. Berdasarkan permasalahan diatas, maka dari itu penulis tertarik untuk menerapkan metode *Hypnoteaching*. Menurut Anwar (2017) Metode *hypnoteaching* adalah metode pembelajaran yang menekankan pada komunikasi dengan pikiran bawah sadar peserta didik melalui sugesti dan imajinasi. Dalam penerapannya, guru perlu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk dapat mengeksperisikan diri dan berimajinasi. Sehingga metode *Hypnoteaching* ini dapat diterapkan pada proses pembelajaran supaya siswa kelas III tersebut lebih termotivasi dan lebih fokus selama proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan uraian diatas tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Metode *Hypnoteaching* Terhadap Motivasi Belajar SDN 60 Pangkalpinang”. Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka yang akan menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh metode *hypnoteaching* terhadap motivasi belajar siswa di kelas III SD Negeri 60 Pangkalpinang. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh metode Hypnoteaching terhadap motivasi belajar siswa kelas III SDN 60 Pangkalpinang.

KAJIAN PUSTAKA

Hypnoteaching merupakan suatu metode pembelajaran yang dimana dilakukan dengan menggunakan teknik komunikasi persuasif dan sugestif supaya para siswa lebih mudah memahami materi. Karena pikiran bawah sadar mudah menerima sugesti, baik positif maupun negatif, guru perlu lebih berhati-hati ketika akan menggunakan kata-kata, supaya tidak berdampak buruk pada siswa. Metode ini menekankan komunikasi dengan alam bawah sadar yaitu melalui cara sugesti dan imajinasi siswa. Sugesti yang terus teringat dapat mendorong seseorang mewujudkan apa yang sedang dipikirkan, sedangkan imajinasi dapat membantu siswa untuk membayangkan suatu hal sebelum mereka melakukan hal tersebut. Oleh karena itu, guru perlu memberi ruang bagi siswa untuk berekspresi dan berimajinasi. Hipnosis itu sendiri merupakan suatu kondisi dimana ketika seseorang tersebut menerima saran atau sugesti yang dapat mengubah perilaku orang tersebut menjadi lebih baik lagi dari yang sebelumnya. Dalam pembelajaran, sugesti sebaiknya disampaikan dengan bahasa positif, singkat, jelas, mudah dipahami, sesuai usia dan tingkat intelektual siswa. Guru perlu menghindari kata yang bersifat memaksa atau negatif, seperti “tidak”, “bukan”, dan “jangan”, serta membiasakan diri menggunakan kalimat yang menumbuhkan semangat. Penerapan *hypnoteaching* dilakukan melalui penggunaan bahasa yang ringan, tidak memberatkan, dan memberi kenyamanan bagi siswa dalam belajar (Anwar, 2017). Selain itu, metode ini juga mendorong guru menjadi pendidik profesional yang mampu memberi teladan positif, baik melalui ucapan, perilaku, maupun penampilan (Syarifuddin, 2024)

Aktivitas pembelajaran di kelas memiliki peran yang penting dalam mengelola pendidikan, hal tersebut dihasilkan dari institusi pendidikan dalam menerapkan serta mencapai tujuan kurikulum sangat dipengaruhi oleh keberhasilan guru dalam mengelola aktivitas pembelajaran di dalam kelas. Oleh dari itu proses pembelajaran yang dicakup yaitu perencanaan, pelaksanaan dan penilaian hasil pembelajaran yang bermutu serta hasil belajar peserta didik (Anwar, 2017)

Metode *hypnoteaching* dapat diterapkan untuk menciptakan pembelajaran yang menarik dan interaktif di dalam kelas, supaya metode ini efektif digunakan di dalam kelas, maka para guru harus memperhatikan langkah-langkah penerapan metode *hypnoteaching* yang tepat, yaitu sebagai berikut: Pertama, niat dan motivasi diri dalam guru. Keberhasilan seorang guru berawal dari niat yang tulus dalam mengajar. Niat tidak hanya sebatas menyampaikan materi, tetapi juga niat dalam membangun masa depan para siswa supaya dapat bermanfaat bagi bangsa dan negara dimasa depan kelak, sehingga

dengan adanya niat yang besar tersebut maka guru akan memiliki motivasi untuk dapat mengembangkan segala kemampuan terbaiknya demi mencerdaskan siswa. Kedua, *pacing*, yaitu menyesuaikan bahasa, sikap, dan cara berkomunikasi dengan peserta didik agar tercipta kenyamanan. Misalnya, guru TK dapat menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami oleh anak-anak TK tersebut. Kesamaan ini dapat membuat pesan guru lebih mudah diterima oleh siswa. Ketiga, *leading*, yaitu mengarahkan siswa setelah mereka merasa nyaman dengan guru. Pada tahap ini, hampir semua instruksi guru akan diterima dengan senang hati sehingga materi, meski sulit, dapat lebih mudah dipahami oleh pikiran bawah sadar siswa. Keempat, menggunakan kata-kata positif. Pikiran alam bawah sadar tidak akan menerima kata-kata negatif, sehingga dalam hal ini para guru harus menyampaikan pesan dengan bahasa yang jelas, sederhana, dan bernuansa positif agar siswa lebih percaya diri dalam belajar. Kelima, memberikan pujian. Pujian adalah bentuk penghargaan yang dapat meningkatkan harga diri dan memotivasi siswa. Pujian yang tulus, bahkan untuk pencapaian kecil, akan mendorong siswa untuk terus memperbaiki diri dan berprestasi lebih baik (Anwar, 2017).

Metode *hypnoteaching* memiliki beberapa kelebihan yaitu sebagai berikut: (1) pembelajaran terasa lebih menyenangkan bagi guru dan siswa; (2) metode ini dapat menarik perhatian siswa melalui permainan kreatif; (3) guru menjadi lebih terampil dalam mengelola emosi; (4) hubungan antara guru dan siswa dapat terjalin lebih harmonis; (5) guru dapat membantu siswa yang mengalami kesulitan belajar dengan pendekatan personal; dan (6) metode *hypnoteaching* ini juga mampu menumbuhkan semangat belajar siswa melalui permainan *hypnoteaching* (Hariawan, 2020). Namun, metode *hypnoteaching* juga memiliki kelemahan. (1) guru kesulitan memberikan perhatian individual jika jumlah siswa terlalu banyak sehingga efektivitas sugesti menjadi terbatas; (2) penerapannya membutuhkan pelatihan dan keterampilan khusus yang belum banyak dikuasai guru; (3) metode *hypnoteaching* ini masih tergolong baru sehingga belum terlalu populer di dunia pendidikan Indonesia, hal tersebut membuat metode *hypnoteaching* ini masih sangat minim dukungan praktiknya. Keempat, sarana dan fasilitas pendukung untuk penerapan *hypnoteaching* belum tersedia merata di sekolah, sehingga membatasi penerapannya secara optimal (Syarifuddin, 2024).

Sejalan dengan pendapat (Wiguna, 2020), penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan metode *hypnoteaching* di kelas X efektif mengubah suasana belajar yang semula pasif menjadi lebih tenang dan aktif. Suasana kelas yang menyenangkan membuat siswa merasa betah saat belajar. Berdasarkan perhitungan, rata-rata nilai hasil belajar siswa kelas X MIPA 6 adalah 88 dengan daya serap 88%. Nilai tersebut berada pada rentang 61–100 sehingga termasuk kategori Efektif dan Sangat Efektif. Temuan ini diperkuat oleh penelitian (Asteria et al., 2018) yang membuktikan bahwa penerapan *hypnoteaching* melalui pembelajaran bermain peran yaitu dengan menciptakan suasana belajar di dalam kelas menjadi lebih kondusif sehingga para siswa merasa penting, aman, dan nyaman selama kegiatan belajar mengajar. Hasil belajar siswa bahkan mencapai 100. Penelitian-penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas metode *hypnoteaching* semakin memperkuat keyakinan penulis untuk meneliti lebih lanjut penerapan metode ini dalam pembelajaran.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, pembelajaran dengan pendekatan *hypnoteaching* terbukti efektif dalam meningkatkan minat dan motivasi belajar pada siswa SD. Hal tersebut dikarenakan metode *hypnoteaching* ini bersifat unik, kreatif dan imajinatif. Sebelum pembelajaran dimulai, siswa dipersiapkan agar lebih siap belajar, sehingga mereka mengikuti kegiatan dengan lebih semangat dan lebih mudah untuk menerima materi. Dalam prosesnya, guru berperan memberi sugesti, sedangkan siswa sebagai penerima sugesti. Guru tidak perlu menidurkan siswa, cukup menggunakan bahasa persuasif yang sesuai dengan kebutuhan siswa tersebut (Goni, 2022). Metode *hypnoteaching* itu sendiri mampu menciptakan suasana belajar yang nyaman dan menyenangkan atau bebas dari tekanan. Dengan begitu, siswa menjadi lebih bersemangat, fokus, dan termotivasi. Penggunaan bahasa positif, pemberian pujian, serta permainan edukatif juga membuat siswa merasa dihargai dan percaya diri. Dampaknya, minat belajar meningkat, siswa lebih berani berpendapat, dan terdorong menyelesaikan tugas dengan sungguh-sungguh. Oleh karena itu, *hypnoteaching* dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif metode pembelajaran untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa SD, karena metode ini terbukti efektif.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa motivasi merupakan suatu dorongan yang dapat membuat siswa ingin melakukan suatu kegiatan. Jika sesuatu tidak menarik bagi mereka, maka akan muncul usaha untuk menghilangkan rasa tidak tertarik tersebut. Walaupun motivasi pada dasarnya berasal dari dalam diri seseorang (Winata, 2021). Terdapat beberapa indikator dalam motivasi belajar, antara lain sebagai berikut: (1) Rajin dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawab; (2) Gigih

menghadapi tantangan; (3) Memiliki minat belajar meskipun ada kendala; (4) Lebih suka berusaha secara mandiri; (5) Mampu mempertahankan pendapatnya (Sardiman, 2019). Motivasi belajar merupakan suatu dasar yang sangat penting bagi para siswa supaya dapat mencapai hasil belajar yang lebih optimal. Hasil belajar tersebut menjadi ukuran pencapaian kompetensi yang diharapkan, sedangkan nilai yang diperoleh menentukan ketuntasan belajar siswa. Hasil belajar menjadi ukuran pencapaian kompetensi yang diharapkan, sedangkan nilai yang diperoleh menunjukkan ketuntasan belajar siswa, bahkan berpengaruh pada kelulusan ke jenjang berikutnya. Dengan kata lain, motivasi belajar sangat berperan dalam menentukan keberhasilan atas suatu proses belajar siswa tersebut sejalan dengan yang diteliti Winatha et al (2021). Siswa dengan motivasi belajar yang tinggi akan cenderung lebih bersemangat dan tekun untuk memperoleh prestasi yang baik. Sebaliknya, motivasi yang rendah membuat siswa kurang berusaha sehingga prestasinya juga rendah. Oleh karena itu, motivasi belajar merupakan faktor utama yang dapat mempengaruhi prestasi belajar setiap siswa.

Dalam proses pembelajaran, motivasi berfungsi sebagai energi yang mendorong siswa untuk tekun dan konsisten belajar. Jika usaha yang dilakukan diiringi motivasi kuat, maka hasil belajar yang diperoleh oleh siswa akan jauh lebih maksimal. Artinya, intensitas motivasi siswa sangat menentukan prestasi belajarnya. Selain itu, pendidik tidak seharusnya hanya terpaku pada satu metode pembelajaran. Penggunaan berbagai metode yang bervariasi dapat meningkatkan motivasi belajar sekaligus mencegah kebosanan. Dengan metode yang beragam dan suasana belajar yang kondusif, siswa akan lebih bersemangat, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal (Datu *et al.*, 2022).

Sehingga metode pembelajaran yang efektif memegang peranan yang sangat penting untuk meningkatkan motivasi belajar para siswa, dengan metode pembelajaran yang tepat maka guru akan mudah untuk menciptakan suasana belajar yang lebih menarik dan menyenangkan, sehingga kegiatan belajar mengajar tidak terasa membosankan bagi para siswa. Hal ini membuat siswa lebih aktif, fokus, serta terdorong untuk berpartisipasi. Dalam proses belajar, metode yang efektif dapat membantu guru untuk menjelaskan materi dengan jelas dan mudah dipahami, sehingga siswa akan merasa berhasil dan termotivasi untuk terus belajar. Selain itu, penerapan metode yang bervariasi dapat mengurangi kebosanan, menumbuhkan rasa percaya diri, serta mendorong para siswa untuk lebih berani dalam mengemukakan pendapat, sehingga pemilihan dan penerapan metode pembelajaran yang efektif menjadi kunci yang sangat penting untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif. Menurut Rukminingsih *et al* (2020) Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang melibatkan data numerical dan analisa statistik (deduktif) termasuk penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif bisa dibedakan dengan penelitian eksperimental dan non eksperimental. Sementara itu metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode eksperimen dalam bentuk *pre-experimental design* dengan jenis *One-group pretest-posttest design*. Design ini melibatkan 1 kelompok yang diberikan *pretest* sebelum tindakan dan *posttest* setelah melakukan tindakan (Sugiyono, 2019).

Tabel 1. Rancangan Penelitian

O1 × O2

Sumber 1: Sugiyono, 2019

Keterangan :

X : Pelakuan

O1 : Nilai *Pretest* (sebelum perlakuan)

O2 : Nilai *Posttest* (setelah perlakuan)

Kegiatan penelitian ini dilaksanakan di SDN 60 Pangkalpinang yang berada di Jl. Letkol Saleh Ode No.196, Bukit Merapin, Kecamatan Gerunggang, Kota Pangkal Pinang, Kepulauan Bangka Belitung. Kegiatan penelitian ini dilaksanakan pada bulan November, tahun 2023 hingga bulan November, tahun 2024. Target atau sasaran pada penelitian ini yaitu siswa yang duduk di kelas III SD Negeri 60 Pangkalpinang, semester ganjil pada tahun ajaran 2024/2025. Populasi pada penelitian ini yaitu meliputi seluruh Populasi pada penelitian ini yaitu meliputi seluruh siswa kelas III SD sebanyak

35 siswa yang ada di SD Negeri 60 Pangkalpinang, sedangkan sampel (subjek) yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebanyak 35 siswa dari keseluruhan siswa yang ada di kelas III SD Negeri 60 Pangkalpinang dan menggunakan sampel *Nonprobability sampling* dengan teknik purposive adalah metode pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu, dimana peneliti ini bisa menentukan sampel secara karakteristik tertentu yang relevan dengan topik penelitian yang diangkat ((Sugiyono & Lestari, 2021).

Metode pengumpulan data yang penulis gunakan dalam penelitian ini yaitu berupa metode penelitian kuantitatif yang disajikan dalam bentuk angket sebagai instrumen pengumpulan datanya. Angket itu sendiri berupa daftar-daftar pertanyaan yang diberikan oleh penulis kepada responden, tujuannya yaitu untuk menggali atau mendapatkan informasi yang lebih mendalam terkait suatu masalah yang sedang terjadi dan yang ingin dipecahkan. Pada angket, pertanyaan-pertanyaan akan disusun dengan menggunakan skala *likert*, yang dimana memiliki fungsi untuk mengukur pendapat, persepsi serta sikap seseorang atau kelompok terhadap suatu fenomena sosial yang akan atau sedang diteliti, kemudian akan ditetapkan sebagai variabel penelitian. Pada penelitian ini, penulis menggunakan rumus korelasi *pearson* dengan bantuan program SPSS versi 26 *for windows* untuk menguji validitas instrumen, dengan menggunakan rumus ini maka akan terlihat besarnya korelasi antar setiap skor. Instrumen akan dinyatakan valid apabila nilai $r_{hitung} \geq r_{tabel}$, dan akan dinyatakan tidak valid apabila sebaliknya. Selain itu, penulis juga menggunakan rumus *cronbach's alpha* melalui SPSS versi 26 untuk menguji reliabilitas instrumen, dengan rumus ini instrumen akan dianggap reliabel apabila nilai signifikansi $> 0,6$ dan akan dianggap tidak reliabel apabila nilai $< 0,6$.

Teknik analisis data pada penelitian ini dilakukan dengan melakukan uji normalitas dan uji hipotesis pada data hasil *pretest* dan *posttest* siswa. Analisis data ini dilakukan supaya dapat mengetahui pengaruh penerapan metode *hypnoteaching* pada siswa kelas III SD Negeri 60 Pangkalpinang. Analisis data berupa uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *Shapiro-wilk*, hal tersebut dikarenakan jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini kurang dari 50. Uji normalitas akan dilakukan dengan bantuan SPSS versi 26 pada taraf signifikansi 0,05. Data dinyatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi $> 0,05$ dan sebaliknya apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka akan dinyatakan tidak normal. Selain itu, analisis data berupa uji hipotesis dilakukan dengan uji-t menggunakan SPSS versi 26. Adapun kriteria terhadap pengambilan keputusan yaitu sebagai berikut: Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kemudian hipotesis pada penelitian ini yaitu: H_0 : Tidak terdapat pengaruh metode *hypnoteaching* terhadap motivasi belajar siswa kelas III SDN 60 Pangkalpinang. H_a : Terdapat pengaruh metode *hypnoteaching* terhadap motivasi belajar siswa kelas III SDN 60 Pangkalpinang.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penelitian sudah dilakukan oleh penulis dengan metode pengumpulan data berupa angket (kuesioner) selama proses penelitian. Dalam penelitian ini, hasil skor diukur dengan menggunakan skala *likert* supaya dapat mengevaluasi keberhasilan dalam menerapkan metode *hypnoteaching*, sehingga apabila metode *hypnoteaching* tersebut efektif digunakan maka metode tersebut terbukti mampu memperbaiki motivasi belajar siswa di kelas III. Adapun skor jawaban atas responden berdasarkan skala *likert*, dengan kriteria skor sebagai berikut: (1) SS; (2) S; (3) CS; (4) TS; dan (5) STS (Sugiyono dan Lestari, 2021).

Peserta didik di kelas III tersebut sudah menjalani *pretest* dan *posttest* sebagai upaya untuk mengetahui efektivitas penerapan metode *hypnoteaching* dalam proses pembelajaran, apakah metode tersebut memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar pada siswa kelas III SD Negeri 60 Pangkalpinang. Pada penelitian ini, hasil *pretest* digunakan untuk mengetahui gambaran kemampuan awal siswa sebelum perlakuan diterapkannya metode *hypnoteaching*, sedangkan hasil *posttest* pada penelitian ini digunakan untuk memberikan informasi mengenai perubahan motivasi belajar setelah perlakuan. Data *pretest* dan *posttest* tersebut kemudian dianalisis melalui uji prasyarat yakni uji normalitas dengan *Shapiro-Wilk*. Berdasarkan hasil analisis, data memiliki distribusi normal sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan uji hipotesis. Selanjutnya, uji hipotesis tersebut dilakukan dengan menggunakan *paired sample T- test* melalui bantuan program SPSS versi 26. Pengujian ini, dilakukan supaya dapat mengetahui perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* sehingga dapat diketahui secara signifikan apakah terdapat atau tidak pengaruh ketika menerapkan metode *hypnoteaching* terhadap

peningkatan motivasi belajar siswa SD. Data hasil *pretest* dan *posttest* pada siswa kelas III SD Negeri 60 Pangkalpinang tersebut dapat dilihat pada Tabel 2 yang tertera dibawah ini.

Tabel 2. Pretest dan Posttest

| <i>Descriptive Statistics</i> | | | | | | | |
|-------------------------------|----|---------|---------|------|-------|---------------|----------|
| | N | Minimum | Maximum | Sum | Mean | Std Deviation | Variance |
| <i>Pretest</i> | 35 | 28 | 62 | 1556 | 44,46 | 10,036 | 100,726 |
| <i>Posttest</i> | 35 | 60 | 98 | 2724 | 77,83 | 9,360 | 87,617 |
| Valid N | 35 | | | | | | |

Sumber 2 : Data Primer, 2024

Berdasarkan Tabel 2. diatas deskripsi nilai *pretest* dan *posttest*, maka dapat dilakukan perbandingan terhadap nilai *pretest* dan *posttest*. Dari tabel diatas dapat menunjukkan bahwa adanya pengaruh nilai peserta didik setelah melakukan perlakuan menggunakan metode *hypnoteaching*. Berdasarkan perhitungan uji normalitas terhadap hasil *pretest* dan *posttest* dilakukan menggunakan *Shapiro-Wilk*. Dalam uji ini, nilai signifikansi harus lebih besar dari 0,05 agar data berdistribusi normal. Jika nilainya lebih kecil, berarti data tidak normal. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Amalia *et al.* (2022) yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi *pretest* motivasi belajar adalah $0,077 > 0,05$ dan *posttest* $0,200 > 0,05$. Hal ini berarti data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal sehingga bisa digunakan untuk analisis lebih lanjut. Temuan lain yang mendukung teori bahwa penerapan metode *hypnoteaching* berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa yaitu hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Nurjannah *et al.* (2025) yaitu hasil penelitian menunjukkan bahwa uji normalitas *Shapiro-Wilk* yang dilakukan juga menunjukkan nilai signifikansi *pretest* sebesar 0,191 dan *posttest* sebesar 0,120. Karena keduanya lebih besar dari 0,05, maka data dinyatakan berdistribusi normal. Dengan demikian, data memenuhi asumsi normalitas sehingga analisis statistik parametrik dapat digunakan dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil analisis *pretest* dan *posttest*, jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan nilai siswa setelah penerapan metode *hypnoteaching* berdasarkan uji normalitas *Shapiro-wilk* yang sudah dilakukan dan menunjukkan bahwa data *pretest* maupun *posttest* memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, sehingga keduanya berdistribusi normal. Dengan demikian, data memenuhi syarat untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan uji statistik parametrik. Hasil ini sejalan dengan penelitian Amalia *et al.* (2022) dan Nurjannah *et al.* (2025), yang sama-sama menunjukkan bahwa metode *hypnoteaching* berpengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

| | <i>Test of Normality</i> | | | | | |
|-----------------|----------------------------|-----------|------------|---------------------|-----------|------------|
| | <i>Kolmogorov-Smirnova</i> | | | <i>Shapiro-Wilk</i> | | |
| | <i>Statistic</i> | <i>df</i> | <i>Sig</i> | <i>Statistic</i> | <i>df</i> | <i>Sig</i> |
| <i>Pretest</i> | ,168 | 35 | ,014 | ,946 | 35 | ,087 |
| <i>Posttest</i> | ,161 | 35 | ,022 | ,950 | 35 | ,111 |

Sumber 3 : Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan SPSS 26, data *pretest* memiliki nilai signifikansi 0,087 dan data *posttest* memiliki nilai signifikansi 0,111. Karena keduanya lebih besar dari 0,05, maka data tersebut berdistribusi normal. Hasil perbandingan *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa adanya peningkatan motivasi belajar siswa setelah penerapan metode *hypnoteaching*, sehingga dapat disimpulkan bahwa metode *hypnoteaching* berpengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa kelas III SDN 60 Pangkalpinang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Amalia *et al.* (2022) dan Nurjannah *et al.* (2025) yang juga menunjukkan bahwa metode *hypnoteaching* berpengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa.

Dilanjutkan melakukan uji hipotesis dapat dilihat tabel dibawah ini:

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis
Paired Samples Test

| | | Paired Differences | | | | t | df | Sig (2-tailed) |
|------|----------------------|--------------------|------------------|-------------------|--|---------|-------------|-------------------|
| Pair | | Mean | Std Deviation | Std Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference | | | |
| | | | | | Lower | Upper | | |
| 1 | Pretest- Posttest | -40, 171 | 12,929 | 2,185 | -44,613 | -35,730 | - 18,382 | 34 ,000 |

Berdasarkan hasil SPSS 26 diatas maka dapat diketahui bahwa nilai $t_{hitung} = -18,382$, nilai t_{tabel} negatif itu karena nilai mutlak, maka $-18,382$ menjadi $18,382$. Jadi, nilai $t_{hitung} 18,382 > t_{tabel} 1,691$. Kesimpulannya yaitu, terdapat pengaruh yang signifikan pada penerapan metode hypnoteaching terhadap peningkatan motivasi belajar siswa kelas III SD Negeri 60 Pangkalpinang.

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 14 November –18 November 2024 di kelas III SD Negeri 60 Pangkalpinang selama 4 kali pertemuan. Pertemuan pertama di tanggal 14 November 2024 dilakukan dengan memberikan *pretest* terlebih dahulu karena untuk mengamati dorongan belajar atau motivasi belajar siswa sebelum penerapan metode *hypnoteaching*, peserta diminta untuk mengisi kuesioner yang sudah dibagikan oleh peneliti. Jumlah nilai *pretest* peserta didik untuk nilai maksimum 62 sedangkan nilai minimumnya 28 dengan rata-rata 44,46. Pertemuan kedua peserta didik diberikan perlakuan menggunakan metode *hypnoteaching* diawali dengan kegiatan pendahuluan seperti melakukan niat dan motivasi sebelum mulai mengajar, lalu kegiatan inti dengan melakukan *pacing* kemudian dengan *leading*, memberikan kata pujian kepada peserta didik dan *modeling*. Selanjutnya, dilakukan kegiatan ketiga dengan melanjutkan kegiatan menggunakan metode *hypnoteaching* pada kegiatan kedua. Pertemuan keempat setelah dilakukan perlakuan menggunakan metode *hypnoteaching* peserta didik diberikan *posttest* dengan mengisi angket (kuesioner) yang sudah disediakan, supaya dapat mengetahui apakah motivasi belajar siswa sudah terjadi peningkatan atau belum. Hasil nilai *posttest* peserta didik untuk nilai maksimum 98 sedangkan nilai minimumnya 60 dengan rata-rata 77,83, maka dinyatakan adanya peningkatan pada motivasi belajar siswa di kelas III SD Negeri 60Pangkalpinang.

Pada saat penelitian dapat dilihat bahwa para siswa kelas III di SD Negeri 60 Pangkalpinang tersebut cenderung lebih semangat belajar ketika diterapkan metode pembelajaran yang baru, menarik, dan inovatif. Melalui metode *hypnoteaching* tersebut para guru dapat menerapkan sistem pembelajaranyang optimal dengan cara memberikan sugesti kepada para siswa supaya dapat lebih berkonsentrasi saat melakukan kegiatan belajar mengajar di kelas, selain itu siswa juga menjadi sangat antusias ketika mengikuti kegiatan belajar mengajar di dalam kelas, hal tersebut dikarenakan adanya pengaruh yang sangat besar ketika menerapkan metode *hypnoteaching* terhadap meningkatnya motivasi belajar para siswa tersebut sehingga mereka menjadi lebih fokus terhadap materi pelajaran yang disampaikan oleh guru. Jadi dapat disimpulkan bahwa metode *hypnoteaching* merupakan metode pembelajaran yang sangat efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

Penerapan metode *hypnoteaching* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa, menumbuhkan rasa percaya diri, serta membuat proses belajar lebih menyenangkan dan menarik. Hal ini sejalan dengan penelitian (Nayogi *et al.*, 2024) yang menunjukkan adanya peningkatan persentase motivasi belajar pada siswa setelah penggunaan metode *hypnoteaching*. Penelitian (Sunarya, 2022) juga menyatakan bahwa penerapan *hypnoteaching* berpengaruh terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. Dalam pembelajaran di kelas III, metode *hypnoteaching* lebih menekankan pada inovasi untuk meningkatkan motivasi belajar sehingga suasana belajar menjadi lebih menarik dan interaktif. Penelitian ini menggunakan *hypnoteaching* sebagai pendekatan inovatif, sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan metode lain yang tidak mencakup teknik tersebut. Berdasarkan hasil analisis data dan merujuk pada penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa metode *hypnoteaching* berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa kelas III di SDN 60 Pangkalpinang.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan data penelitian yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa metode *hypnoteaching* berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar siswa kelas III SD Negeri 60 Pangkalpinang. Hasil ini terlihat dari nilai *posttest* yang lebih tinggi setelah dibandingkan dengan nilai *pretest*, sehingga menunjukkan adanya peningkatan motivasi belajar setelah penerapan metode *hypnoteaching* pada kelas III SD Negeri 60 Pangkalpinang. Berdasarkan hasil penelitian uji hipotesis dengan *Paired Sample T-Test* menunjukkan nilai $t_{hitung} = 18,382$ lebih besar daripada $t_{tabel} = 1,691$, serta nilai $Sig. (2-tailed) = 0,000$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti metode *hypnoteaching* berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar siswa kelas III SD Negeri 60 Pangkalpinang. Temuan ini menunjukkan bahwa *hypnoteaching* dapat menjadi salah satu alternatif solusi yang efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

Sebagai tindak lanjut dari temuan penelitian ini, maka penulis ingin memberikan beberapa saran kepada berbagai pihak, supaya dapat bermanfaat kedepannya. 1) Bagi guru, metode *hypnoteaching* dapat menjadi salah satu metode alternatif untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran yang menarik atau menyenangkan di dalam kelas. Namun, kendala yang mungkin dihadapi adalah keterbatasan waktu dan perlunya pemahaman lebih lanjut mengenai metode ini. 2) Bagi peserta didik, metode ini diharapkan dapat meningkatkan motivasi belajar serta mendorong mereka lebih aktif di kelas. Kendala yang mungkin muncul adalah kurangnya fokus dan rendahnya minat belajar sebagian siswa. 3) Bagi sekolah, diharapkan dapat memberikan kesempatan kepada guru untuk mengikuti kegiatan yang menambah wawasan, baik terkait materi maupun metode pembelajaran. Hal ini juga dapat menjadi masukan untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran di sekolah. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai metode *hypnoteaching*. Salah satu yang dapat dicoba adalah menggunakan *ice breaking* seperti bernyanyi atau bermain permainan sebelum masuk ke materi, agar siswa tidak cepat bosan dan tetap merasa nyaman selama proses belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, N., Ermawati, D., & Kuryanto, M. S. (2022). Pengaruh Penggunaan Metode Hypnoteaching terhadap Motivasi Belajar Matematika Siswa Sekolah Dasar. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(7), 2148–2155. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i7.685>
- Anwar, M. (2017). Menciptakan Pembelajaran Efektif Melalui Hypnoteaching. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 16(2), 469–480.
- Asteria, P. V., Rohmah, S. K., & Renhoran, F. Z. (2018). Penerapan Metode Hypnoteaching dalam Pembelajaran Bermain Peran Siswa Kelas V SDN Lidah Kulon IV Surabaya. *Jurnal Pendidikan (Teori Dan Praktik)*, 2(2), 150. <https://doi.org/10.26740/jp.v2n2.p150-155>
- Datu, A. R., Tumurang, H. J., & Sumilat, J. M. (2022). Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Basicedu*, 6(2), 1959–1965. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i2.2285>
- Emda Anna. (2017). Kedudukan Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran. *Lantanida Journal*, 5(2), 93–196.
- Febriana, R. (2019). *Kompetensi Guru*. bumi aksara.
- Fikri, A. Z., Hendrik, M., & Romadon. (2019). Analisis Penerapan Metode Team Teaching di Kelas 3 SD STKIP Muhammadiyah Bangka Belitung. *Semnasfip*, 261–279.
- Goni, A. M. (2022). Pengaruh Metode Hypnoteaching Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(22), 173–180. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7323284>
- Gulo, M., & Tafonao, T. (2023). *Guru dan Peserta Didik: Evaluasi Diagnostik dalam Penerapan Metode Ceramah*. 2(April), 1–7.
- Hariawan, L. H. dan R. (2020). Mengelola Pembelajaran dengan Metode Hypnoteaching. *Jurnal Kependidikan*, 16(2), 150–162.

- Nayogi, S. Z., Robbaniyah, Q., & ... (2024). Pengaruh Metode Hypnoteaching Terhadap Motivasi Belajar Bahasa Arab di Salafiyah Ula Islamic Centre Bin Baz Yogyakarta. ... : *Indonesian Journal of ...*, 1, 13–23.
- Sardiman, A. M. (2019). "Interaksi dan motivasi belajar mengajar."
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta (Issue January).
- Sugiyono, & Lestari, P. (2021). *Metode Penelitian Komunikasi (kuantitatif,kualitatif dan cara mudah menulis artikel pada jurnal internasional*. alfabeta.
- Sunarya, E. I. H. (2022). Pengaruh Metode Hypnoteaching Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Pgsd 4 Fkip Universitas Peradaban Bumiayu. *Jurnal Edukasi Sebelas April (JESA)*, 6(2), 99–103.
- Suryadin, A., Hendrik, M., & Meifinda, Y. (2020). Hubungan antara motivasi berprestasi dan pengetahuan pembuatan tes dengan kualitas soal buatan guru SMA dalam mata pelajaran bahasa Indonesia dan sastra di Kota Pangkalpinang. *AKSARA: Jurnal Bahasa Dan Sastra*, 21(2), 133–144. <https://doi.org/10.23960/aksara/v21i2.pp133-144>
- Syarifuddin, S.Pd., M.Kes., CH., Ch. (2024). *Hypnoteaching Metode Pembelajaran Alam Bawah Sadar*. cendekia publisher.
- Wiguna, I. B. A. A. (2020). Efektivitas Penerapan Metode Hypnoteaching Dalam Meningkatkan Aktivitas Belajar Siswa. *PEMBELAJAR: Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, Dan Pembelajaran*, 4(2), 66. <https://doi.org/10.26858/pembelajar.v4i2.13006>
- Winata, I. K. (2021). Konsentrasi dan Motivasi Belajar Siswa terhadap Pembelajaran Online Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 5(1), 13. <https://doi.org/10.32585/jkp.v5i1.1062>
- Winatha, K. R., & Setiawan, I. M. D. (2020). Pengaruh game-based learning terhadap motivasi dan prestasi belajar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 10(3), 198-206.