

## PENERAPAN BELAJAR DENGAN PEJAM MATA BEBERAPA DETIK UNTUK MENINGKATKAN HAFALAN RUMUS PADA PELAJARAN MATEMATIKA

SITI ROFI'AH

SMKN 1 Gunungputri

e-mail: [rofiroziq76@gmail.com](mailto:rofiroziq76@gmail.com)

### ABSTRAK

Pembelajaran dengan pejam mata beberapa detik membuat peserta didik tertarik dan termotivasi untuk menghafal, hal ini dimungkinkan karena mereka merasakan hal baru dalam belajar seperti ini. Peserta didik merasa diperhatikan lebih dan bisa berkonsentrasi karena semua peserta didik mendapat perintah yang sama. Ketika perintah pejam mata (tahap ketiga) diharapkan semua peserta didik melaksanakannya, apabila belum semua, masih diberi kesempatan dengan cepat untuk bisa mengikuti, baru dilaksanakan tahap keempat. Suasana hening dan sepi membuat peserta didik tenang berakibat konsentrasi, dimanfaatkan oleh guru untuk membacakan rumus yang dimaksud dalam materi. Kelebihan pembelajaran dengan pejam mata beberapa detik adalah: (1) sangat sederhana karena tidak membutuhkan media atau sarana yang sulit; (2) murah, tidak membutuhkan biaya yang mahal; (3) efektif, (4) singkat. Sedangkan kelemahan yang dirasakan selama ini adalah masih ada beberapa siswa yang kurang serius ketika memejam mata, sehingga ketika dites ingatan masih belum hafal. 5). Hasil dengan metode pejam mata terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara konsentrasi belajar dengan hasil belajar matematika siswa kelas XII SMKN 1 Gunungputri yang diuji dengan menggunakan product moment sebesar 0,515 atau sekitar 26,52% yang tergolong cukup kuat.

**Kata Kunci :** Metode Pembelajaran, Matematika, Pejam Mata

### PENDAHULUAN

Guru adalah ujung tombak pembelajaran peserta didik. Berbagai metode dicari demi terlaksananya pembelajaran dengan baik agar berjalan kondusif. Pembelajaran matematika tidak terlepas dari berbagai rumus yang kadang-kadang harus dihafalkan. Kenyataan di lapangan, kendala yang dihadapi adalah mayoritas peserta didik kesulitan dalam menghafal rumus tersebut. Hal ini berdampak pada hasil evaluasinya rendah, khususnya pada materi yang banyak menggunakan rumus dalam menyelesaikannya. Kesulitan menghafal dapat terjadi karena suasana belajar yang kurang tenang sehingga kurangnya konsentrasi dalam belajar. Hal ini menjadikan solusi permasalahan ditujukan untuk bagaimana agar peserta didik dapat belajar dengan tenang sehingga berkonsentrasi dalam belajar berdampak mudah menghafal. Anggapan positif bahwa jika peserta didik berkonsentrasi maka akan mudah menghafal sehingga lancar dalam menyelesaikan masalah yang disajikan pada materi tersebut.

Menurut Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Indonesia, kata ketenangan berasal dari kata *tenang* yang mendapat imbuhan awalan *ke* dan akhiran *an*, yang berarti diam tak berubah-ubah (diam dan tidak bergerak-gerak), tidak gelisah, tidak rusuh, tidak kacau, tidak ribut, aman dan tentram tentang perasaan hati, keadaan dan sebagainya, ketenteraman hati, batin dan pikiran. Dalam hal ini salah satu faktor yang menyebabkan ketenangan adalah lingkungan yang mendukung. Wasik (2018), menyatakan bahwa lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di alam sekitar yang memiliki makna atau pengaruh terhadap seseorang. Lingkungan yang tenang akan dapat membuat suasana belajar nyaman dan mudah berkonsentrasi. Dimiyati & Mudjiono (2006), Sardiman (2011), menyatakan konsentrasi adalah segenap kekuatan, perhatian pada suatu situasi belajar. Ahmadi (2009) & Romlah (2010), menyatakan konsentrasi adalah memusatkan pikiran, perasaan dan kemauan pada satu objek. Sehingga strategi yang dipilih adalah menghafal dengan “**pejam mata beberapa detik**”. Dengan memejam mata, lingkungan terkondisikan dengan tenang karena tidak terdapat pandangan lain yang butuh dilihat kemudian difikirkan. Hal ini menyebabkan fikiran menjadi fokus hanya kepada hal apa yang sedang difikirkan, sehingga konsentrasi cepat terbentuk.

Terkait dengan beberapa detik, adalah waktu yang sangat singkat. Hal ini disebabkan oleh waktu belajar sudah direncanakan untuk beberapa indikator pada kompetensi tertentu, sehingga beberapa detik pada kegiatan inti digunakan untuk proses belajar dengan memejam mata. Secara perencanaan pembelajaran tidak mengganggu kekondusifan belajar bahkan sangat mendukung keberhasilan pembelajaran.

### **METODE PELAKSANAAN**

Subyek pembelajaran dengan pejam mata beberapa detik adalah kelas XII (dua belas) SMKN 1 Gunungputri Tahun Pelajaran 2013/2014. Media yang digunakan adalah tayangan atau *powerpoint* (PPT). Adapun tahapan belajar dengan pejam mata beberapa detik adalah: (1) Peserta didik membaca Basmalah; (2) Peserta didik membaca atau mengamati rumus yang sudah disiapkan pada slide; (3) Peserta didik memejam mata 30-60 detik; (4) Guru membacakan rumus sebanyak 2-3 kali ketika peserta didik memejamkan mata; (5) Peserta didik membuka mata; (6) Guru memberikan tes ingatan. Tahapan ini merupakan urutan sesuai nomornya. Pada tahap pertama, peserta didik membaca Basmalah, diawali dengan niat yang lurus karena Sang Pencipta Allah SWT. Bacaan ini menghantarkan pada pertolongan Allah untuk memudahkan konsentrasi. Pada tahap kedua, peserta didik membaca atau mengamati rumus pada slide. Tahap ini peserta didik diberi kesempatan membaca ataupun mengamati rumus-rumus yang ditayangkan di slide yang sudah disiapkan oleh guru dalam waktu 1 menit. Pada tahap ketiga, peserta didik memejam mata beberapa detik, mereka hanya fokus (konsentrasi) mendengarkan apa yang akan diucapkan oleh guru. Aktivitas memejam mata ini, menggunakan indra telinga dalam belajar sehingga tidak terdapat pandangan lain yang butuh dilihat kemudian difikirkan. Pada tahap keempat, guru membacakan rumus yang sudah disiapkan pada slide 2-3 kali. Tahap ketiga dan keempat, ketika peserta didik memejam mata dan guru membacakan ulang rumus tersebut maka yang didengarkan hanya rumus sehingga dalam benak (fikiran) peserta didik juga hanya rumus tersebut. Teknik membaca rumus oleh guru adalah pelan dan volume yang sedang agar terdengar oleh anak dan nyaman tidak mengganggu suasana konsentrasi. Apabila hal ini berulang kali maka peserta didik akan cepat hafal dan mendukung untuk keberhasilannya. Tahap kelima, peserta didik membuka mata, kemudian dilakukan tahap keenam yaitu tes hafalan rumus untuk mengukur ingatan mereka. Pada tahap tes ingatan, teknik yang dilakukan untuk menyebut peserta didik adalah sistem acak melalui tanggal hari pembelajaran berlangsung, kemudian nomor absen kelipatan dari tanggal, atau nomor absen yang terdiri dari angka tanggal, bulan dan tahun pada saat itu. Hal ini dimungkinkan peserta didik selalu siap untuk menjawab pertanyaan guru. Jumlah peserta didik yang dites ingatan sebagai hafalan antara 5 sampai 7 orang sebagai perwakilan bahwa rumus pada materi tersebut hafal atau tidak. Apabila masih banyak siswa yang belum hafal, pembelajaran pejam mata diulangi kembali.

Perlu dicatat bahwa bukan berarti belajar dengan pejam mata beberapa detik untuk menghafal akan menghilangkan konsep matematikanya, karena belajar matematika tetap diawali konsep yang dilanjutkan dengan menemukan sebuah rumus. Tetapi ketika mengerjakan suatu latihan dibutuhkan cepat dan benar, hal ini kadang-kadang sangat memungkinkan untuk hafal rumus agar lebih cepat dalam mengerjakan soal-soal. Inilah yang menyebabkan kondisi pembelajaran khususnya Standar Kompetensi D.33 Statistika membutuhkan hafalan rumus dengan cepat.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pembelajaran dengan pejam mata beberapa detik membuat peserta didik tertarik dan termotivasi untuk menghafal, hal ini dimungkinkan karena mereka merasakan hal baru dalam belajar seperti ini. Peserta didik merasa diperhatikan lebih dan bisa berkonsentrasi karena semua peserta didik mendapat perintah yang sama. Ketika perintah pejam mata (tahap ketiga) diharapkan semua peserta didik melaksanakannya, apabila belum semua, masih diberi kesempatan dengan cepat untuk bisa mengikuti, baru dilaksanakan tahap keempat. Suasana hening dan sepi membuat peserta didik tenang berakibat konsentrasi, dimanfaatkan oleh guru

untuk membacakan rumus yang dimaksud dalam materi. Supriyo (2008), menyatakan bahwa konsentrasi merupakan pemusatan perhatian pikiran terhadap suatu hal dengan mengesampingkan hal-hal lainnya yang tidak berkaitan. Oleh sebab itu ketika dites ingatan tentang rumus-rumus pada materi tersebut, peserta didik dapat menjawab sehingga terdapat peningkatan hafalan yang berdampak peningkatan nilai tes pada kompetensi dasar tersebut. Didukung pula melalui penelitian Yulia & Navia (2017), terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara konsentrasi belajar dengan hasil belajar matematika siswa kelas IX SMP N 16 Batam yang diuji dengan menggunakan product moment sebesar 0,515 atau sekitar 26,52% yang tergolong cukup kuat. Hasil belajar dalam hal ini adalah merupakan sebuah prestasi belajar. Malawi & Tristiar (2016) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa konsentrasi yang diukur oleh prestasi belajar berpengaruh positif dan signifikan terhadap tinggi rendahnya prestasi belajar siswa. Menurut Aviana & Hidayah (2015) yang telah melaksanakan penelitian di SMA Negeri 2 Batang, menyatakan bahwa pengaruh tingkat konsentrasi belajar siswa terhadap daya pemahaman materi pada pembelajaran kimia sangat signifikan. Surya (2003) menyatakan bahwa berdasarkan penelaahan para ahli pendidikan rendahnya kualitas prestasi belajar siswa sebagian besar disebabkan oleh lemahnya kemampuan anak didik untuk dapat melakukan konsentrasi belajar. Oleh karena itu, untuk meningkatkan prestasi belajar siswa harus diupayakan dengan meningkatkan konsentrasi belajarnya selama dalam proses pembelajaran. Dilihat dari suasana belajar menyenangkan atau tidak, pada pembelajaran di kelas XII (dua belas) SMKN 1 Gunungputri, peserta didik mayoritas merasa nyaman dan senang ketika guru menanyakan teknik belajar menghafal, seperti pada Tabel 1. Oleh sebab itu pembelajaran dengan pejam mata beberapa detik dilaksanakan oleh guru di kelas paralel lainnya pada kompetensi dasar yang sama.

**Tabel 1. Rekap Angket Belajar dengan Pejam Mata Beberapa Detik**

No.	Nama	Kelas	Alasan
1	Fadli Muhlisin Sri	XII K1	Suka, cepat dalam menghafal karena fokus kalau memejamkan mata
2	Ulfah Mayasari	XII K1	Suka, karena bisa menghafal, dan suka metode ini
3	Larasati	XII K1	Suka, lebih mudah menghafal
4	Diah Pertiwi	XII K1	Suka lebih cepat mengerti
5	Sumiati	XII K1	Suka, lebih konsentrasi karena otak lebih fokus untuk mengingat
6	Novi Diah L	XII K1	Suka, bisa tenang sejenak menghafal rumus yang diberikan
7	Aulia Alfi Dariani	XII K1	Suka, lebih fokus menghafal
8	Mela Monika	XII K1	Suka, lebih tenang, fokus, mudah dalam menghafal
9	Yuliani Nurmaulida	XII K1	Suka, karena bisa berkonsentrasi dengan baik dan lebih cepat menghafalnya
10	Irfan Arfian M.	XII K1	Suka, karena dapat memudahkan dalam pembelajaran
11	Sofiana	XII K1	Suka, bisa lebih fokus untuk menghafal rumusnya dan santai/rileks

12	Zulfatul Lafiyah	XII K1	Suka, mudah menghafal rumus dan mudah diingat
13	Riski Septiani	XII K1	Suka, karena jika memejamkan mata maka rumusnya terbayang
14	Nurhayati	XII K2	Suka, bisa lebih fokus dan melatih konsentrasi
15	Galih Raka S	XII Ins. Logam	Suka, ya mengajarnya enak mudah dipahami dan biar hafal terus rumusnya
16	Asep Suandi	XII Ins. Logam	Suka, karena lebih mudah untuk menghafal
17	Toni Sanjaya	XII Ins. Logam	Suka, karena dengan memejamkan mata kita dapat menghafal rumus dengan baik
18	Yuliansyah M.P	XII Ins. Logam	Suka, mudah dimengerti dan cepat lengkap
19	Ilham Priyanto	XII Ins. Logam	Suka, lebih cepat untuk memahami dengan mudah materi yang diterangkan
20	Nurmansyah	XII Ins. Logam	Suka karena dengan memejam mata kita dengan mudah menghafalkan rumus
21	Wakhid Hadi P	XII Ins. Logam	Suka, mempermudah dalam menghafal dan pasti berkonsentrasi terhadap rumus yang akan dihafal

Kelebihan pembelajaran dengan pejam mata beberapa detik adalah: (1) sangat sederhana karena tidak membutuhkan media atau sarana yang sulit; (2) murah, tidak membutuhkan biaya yang mahal; (3) efektif, (4) singkat. Sedangkan kelemahan yang dirasakan selama ini adalah masih ada beberapa siswa yang kurang serius ketika memejam mata, sehingga ketika dites ingatan masih belum hafal.

## KESIMPULAN

Belajar dengan pejam mata beberapa detik merupakan salah satu usaha kemajuan yang dialami untuk meningkatkan keberhasilan peserta didiknya dalam pembelajaran. Tahapan yang dilalui sebanyak 6 (enam) tahap tersebut sangat memberikan hal yang positif terhadap peserta didik, khususnya materi yang banyak membutuhkan hafalan, karena meningkatkan hafalan mereka. Kenyamanan, kemudahan dalam belajar ini membuat kondusif kelas dalam pembelajaran. Kelebihan dalam pembelajaran dengan menggunakan metode pejam mata tersebut sangat menginspirasi untuk diterapkan di kelas-kelas lain di tahun berikutnya. Metode tersebut juga dikembangkan dan dikolaborasikan kepada guru-guru sesama mata pelajaran Matematika dan non Matematika, khususnya mata pelajaran yang banyak memuat hafalan, misalnya Kimia, Fisika, dan lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (2009). *Psikologi Umum*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aviana, R. & Hidayah, F.F., (2015). Pengaruh Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa terhadap Daya Pemahaman Materi pada Pembelajaran Kimia di SMA Negeri 2 Batang. *Jurnal Unimus ac.id*. Vol 03 No. 01.
- Dimiyati & Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Malawi, I. & Tristiari, AA. (2016). Pengaruh Konsentrasi dan Kemampuan Berpikir Kritis terhadap Prestasi Belajar IPS Siswa Kelas V SDN Manisrejo I Kabupaten Magetan. *Premiere Educandum: e-journal unipma.ac.id*
- Romlah. (2010). *Psikologi Pendidikan*. Malang: UMM Pers.

- Sardiman A.M. (2011). *Interaksi Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Supriyo. (2008). *Studi Kasus Bimbingan dan Konseling*. Semarang: Nieuw Setapak.
- Surya, H. (2003). *Kiat Mengajak Anak Belajar dan Berprestasi*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Indonesia. (1993). Jakarta: Balai Pustaka. hlm. 927.
- Wasik, A. (2018). Pengaruh Kebersihan Lingkungan terhadap Ketenangan Hati: Studi Kasus di Pondok Pesantren al Wafa Bandung. *Digilib.uinsgd.ac.id*.
- Yulia, P. & Navia, Y. (2017). Hubungan Disiplin Belajar dan Konsentrasi Belajar terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *Phythagoras*, 6(2): 100 - 105 ISSN Cetak: 2301-5314