

Penguatan *Self Confidence* dalam Pembelajaran Matematika melalui Metode *Suggestopedia*

¹Edhy Rustan, Muh. ²Said Bahru

^{1,2}Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo

Jl. Agatis, Kel. Balandai, Kota Palopo, Sulawesi Selatan, Indonesia

E-mail: ¹edhy_rustan@iainpalopo.ac.id

Article History:

Received: xx-xx-xxxx; Received in revised form: xx-xx-xxxx; Accepted: xx-xx-xxxx;

Available online: xx-xx-xxxx

Abstract

Fundamental Problems in this research is how suggestopedia method implementation in developing self-confidence at study of VIII MTs class student mathematics One Roof Sampano. This Research is research of experiment, with VIIIa class student subject as experiment class and VIIIb class as control class which is each 30 people. The result of research uses post-test data in the form of enquette trust of the student, while for the analysis of its use descriptive analysis technique and inferential. The result of research indicates that (1) Good Method suggestopedia applied in the study of VIII MTs class mathematics One Roof Sampano. This Matter is shown with the result of student activity observation in each every meeting, that and enthusiasm and activity of student progressively mount during the study process. (2) After applying [of] Suggestopedia method result of trust [of] higher experiment class x'self from [at] control class. (3) Study by using this suggestopedia method been expressed is effective, this matter is shown with result of student activity observation, teacher activity, and enquette post-test result

Keywords: Learning Mathematics; Method Suggestopedia; Self Confidence.

Abstrak

Permasalahan pokok dalam penelitian ini adalah bagaimana implementasi metode suggestopedia dalam membangun self-confidence (kepercayaan diri) pada pembelajaran matematika siswa kelas VIII MTs Satu Atap Sampano. Penelitian ini adalah penelitian eksperimen, dengan sampel penelitian adalah siswa kelas VIIIa sebagai kelas eksperimen dan kelas VIIIb sebagai kelas kontrol yang masing-masing berjumlah 30 orang. Hasil penelitian menggunakan data post-test berupa angket kepercayaan diri siswa, sedangkan untuk analisisnya menggunakan teknik analisis deskriptif dan inferensial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Metode suggestopedia baik diterapkan dalam pembelajaran matematika kelas VIII MTs Satu Atap Sampano. Antusiasme dan keaktifan siswa semakin meningkat selama proses pembelajaran. (2) Setelah penerapan metode Suggestopedia hasil kepercayaan diri kelas eksperimen lebih tinggi dari pada kelas kontrol. (3) Pembelajaran dengan menggunakan metode suggestopedia ini telah dinyatakan efektif, hal ini berdasarkan observasi aktivitas siswa, aktivitas guru, dan hasil post-test angket kepercayaan diri telah mencapai kriteria yang telah ditentukan.

Kata Kunci: Pembelajaran Matematika; Metode Sugestopedia; Kepercayaan Diri.

Pendahuluan

Pendidikan pada kehidupan manusia, merupakan kebutuhan mutlak yang harus dipenuhi sepanjang hayat. Tanpa pendidikan sangat mustahil manusia dapat hidup maju, berkembang sesuai dengan cita-cita, sejahtera, serta bahagia berdasarkan konsep hidupnya yang ideal. Pendidikan merupakan pembentukan kecakapan dasar, secara intelektual dan emosional pada alam serta sesama manusia.¹ Hal tersebut berarti, perlu pendidikan yang membentuk kecakapan diri siswa.

Usaha membentuk suatu kecakapan dalam diri siswa guna mencapai tujuan pendidikan, perlu peningkatan kinerja guru sebagai tenaga pengajar. Karena, guru memegang peranan penting dalam proses pembelajaran. Salah satu aspek yang harus diperhatikan oleh guru adalah kepercayaan diri (*self confidence*) siswa, dalam hal ini kepercayaan diri merupakan faktor pendorong terjadinya interaksi yang baik di dalam kelas.

Hasil identifikasi masalah dalam pembelajaran matematika pada MTs Satu Atap Sampano, diperoleh siswa merasa cemas, takut salah, takut terhadap guru, maupun terhadap mata pelajaran yang sedang berlangsung.² Kondisi tersebut ditunjang dengan pelajaran matematika yang bersifat abstrak, mengacu pada kesepakatan istilah dan simbol atau notasi serta lambang. Berpola pikir deduktif atau berdasarkan kebenaran konvensional yang terbukti. Memiliki kebenaran konsisten dalam sistemnya yang saling berkaitan. Selain itu, matematika memiliki simbol yang kosong dari arti bila tidak dikaitkan dengan konteks tertentu, memerhatikan semesta pembicaraan.³ Mencermati hal tersebut, dapat dikatakan perlu metode pembelajaran matematika dalam mengatasi kendala yang dihadapi.

Sebagai alternatif pemecahan masalah guna mencapai tujuan pembelajaran dalam penelitian ini yaitu metode *suggestopedia*. Metode

¹ Abu Ahmadi dan Nur Uhbiyati, *Ilmu Pendidikan*, ed. 8 (Jakarta: Rineka Cipta, 2001), h. 68.

² Hasil Wawancara dengan Siswa Kelas VIII MTs Satu Atap Sampano

³ Sri Wardhani, *Implikasi Karakteristik Matematika dalam Penapaian Tujuan Mata Pelajaran Matematika di SMP/MTs*, (Yogyakarta: Pusat Pengembangan dan Pemberdayaan Pendidik dan Tenaga Kependidikan (PPPPTK) Matematika, 2010), h.3

Penguatan Self Confidence dalam Pembelajaran Matematika...

suggestopedia ini dikembangkan oleh Georgi Lozanov.⁴ Berbeda dengan metode pembelajaran tradisional yang hanya berfokus pada penggunaan otak kiri, pada metode *suggestopedia* menekankan pada prinsip otak belajar, memperhatikan keseimbangan kedua belahan otak serta menekankan pada fungsi sadar dan bawah sadar.

Solusi yang ditawarkan, ditopang dengan penelitian sebelumnya oleh Venkanna & P.S dengan hasil pemberian metode *Suggestopedia* menggunakan musik efektif terhadap peningkatan kemampuan pemahaman membaca Bahasa Inggris.⁵ Meskipun metode ini dilakukan dalam pembelajaran bahasa, namun karakteristik masalah yang dikaji adalah kepercayaan diri. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Gormally *et.al*, penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa penggunaan model Inkuiri dalam pembelajaran dapat meningkatkan kepercayaan diri yang berpengaruh terhadap persepsi dan minat siswa terhadap proses pembelajaran.⁶ Penelitian tersebut memberikan ide pengintegrasian prinsip inkuiri dalam *suggestopedia* pada proses pembelajaran guna menumbuhkan kepercayaan diri siswa.

Kepercayaan diri adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat aspek kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.⁷ Pendapat lain mengemukakan kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang yang diperoleh melalui monolog dengan dirinya sendiri yang bersifat internal, keyakinan yang mendukung pencapaian berbagai tujuan hidupnya

⁴ Georgi Lozanov, *Suggestology and Outlines of Suggestopedy* diterjemahkan oleh Marjorie Hall-Pozharlieva and Krassimira Pashmakova (London: Gordon and Breach, 1978)

⁵ Kuncham Venkanna and Ann Glory P.S, "Use of Suggestopedia as An Innovative Strategy for Promoting Effective Reading Comprehension Abilities in English at The ESL Level " An Experimental Study," *International Journal of English Language, Literature and Humanities* 3, no. 8 (2015): 128-49.

⁶ Cara Gormally et al., "Effects of Inquiry-Based Learning on Students' Science Literacy Skills and Confidence," *International Journal for the Scholarship of Teaching and Learning* 3, no. 2 (2009): 16.

⁷ Nur Ghufron dan Rini RS, *Teori-teori Psikologi* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), h. 35.

untuk tidak berputus asa walaupun menemui kegagalan.⁸ Selain itu, percaya diri dapat diartikan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.⁹

Kurangnya kepercayaan diri yang dimiliki siswa dalam pembelajaran matematika, menyebabkan rendahnya interaksi di dalam kelas. Guru yang aktif sendiri sedangkan siswa hanya menjadi pendengar pasif. Sebagai akibatnya, proses pembelajaran tidak mencapai tujuan yang semestinya. Kurangnya kepercayaan diri menyebabkan pikiran negatif, hal tersebut berimplikasi pada rasa cemas yang mendalam. Sebagai akibat kecemasan berlebihan menghambat kinerja,¹⁰ dalam hal ini produktivitas belajar matematika. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Abdallah & Ahmed memberi informasi bahwa kepercayaan diri berpengaruh terhadap komunikasi lisan dan keberhasilan akademik siswa.¹¹

Metode *suggestopedia* merupakan metode pengajaran yang menggunakan teknik-teknik relaksasi dan konsentrasi untuk merangsang pembelajar agar menggunakan daya pikir bawah sadarnya untuk menambah kemampuannya mengingat lebih materi-materi yang telah diajarkan.¹² Hal tersebut juga dikatakan dalam penelitian Edhy Rustan bahwa, ketika siswa mengalami stress atau tekanan, hormon norepinephrin akan terangsang sehingga menstimulasi pengambilan keputusan dan motivasi siswa dalam belajar. Selain itu, stress dapat memengaruhi hippocampus yang berakibat

⁸ Hery Wibowo, *Fortune Favors the Ready* (Bandung: Oase Mata Air Makna, 2007), h. 105.

⁹ Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta: Puspa Swara, 2005), h. 42.

¹⁰ Sheldon Hanton, Stephen D Mellalieu, and Ross Hall, "Self-Confidence and Anxiety Interpretation : A Qualitative Investigation," *Psychology of Sport & Exercise* 5 (2004): 477–95, [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(03\)00040-2](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(03)00040-2).

¹¹ Salih Abdallah Ahmed Abdallah and Ahmed Gasm Alseed Ahmed, "The Impact of Self Confidence on EFL Sudanese Tertiary Level Students," *International Journal of Information Research and Review* 2, no. 09 (2015): 1093–1106.

¹² Zainal Rafli dan Ninuk Lustyantje, *Teori Pembelajaran Bahasa (Suatu Catatan Singkat)*, ed. 2 (Yogyakarta: Garudhawaca, 2016), h. 13.

Penguatan Self Confidence dalam Pembelajaran Matematika...

pada konsolidasi memori siswa.¹³ Dalam pembelajaran *suggestopedia*, kondisi psikologi pembelajar dapat diatasi dengan relaksasi dan sugesti-sugesti positif, sehingga siswa merasa santai dan siap untuk menghadapi pembelajaran.¹⁴

Proses pembelajaran matematika dengan metode suggestopedia diterapkan dalam penelitian ini dengan menekankan pada unsur: 1) *authority* yakni guru yang kompeten membuat siswa yakin dan percaya diri; 2) *Infantilisasi*, modifikasi metode pembelajaran sehingga murid tidak akan merasa tertekan; 3) Komunikasi verbal dan nonverbal yang berupa rangsangan semangat dari keadaan ruangan dan dari kepribadian seorang guru; 4) *Intonasi*, guru menyajikan materi pelajaran dengan perubahan intonasi; 5) *Rhythm*, siswa diajarkan mengatur nafas sehingga membuat siswa merasa tenang; 6) *Keadaan Pseuda-passive*, siswa diorientasikan rileks sehingga merasa senang dan menganggap belajar itu mudah.¹⁵

Pembelajaran dilakukan dengan memberi stimulus kepada siswa agar menimbulkan respons yang tepat seperti yang diinginkan.¹⁶ Hubungan stimulus dan respons ini, jika diulang dapat menjadi sebuah kebiasaan. Respons atau perilaku tertentu diperoleh dengan menggunakan metode pelatihan atau pembiasaan (*drill*). Jika siswa menemukan kesulitan atau masalah, guru dapat menyuruhnya untuk mencoba dan mencoba lagi (*trial and error*) sampai memperoleh hasil. Penguatan (*reinforcement*) dapat dilakukan untuk memperkuat timbulnya respons. Semua prinsip metode *suggestopedia* yang diterapkan tersebut bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran matematika.

¹³ Edhy Rustan, "Learning Creative Writing Model Based on Neurolinguistic Programming," *International Journal of Language Education and Culture Review* 3, no. 2 (2017): 13–29, <https://doi.org/doi.org/10.21009/IJLECR.032.02>.

¹⁴ Mojgan Rashtchi, "Suggestopedia and Desuggestopedia," *The TESOL Encyclopedia of English Language Teaching*, 2018, <https://doi.org/10.1002/9781118784235.eelt0162>.

¹⁵ Venkanna and P.S, ""Use of Suggestopedia as An Innovative Strategy for Promoting Effective Reading Comprehension Abilities in English at The ESL Level " An Experimental Study."

¹⁶ Ridwan Abdullah Sani, *Inovasi Pembelajaran*, ed. 3 (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), h. 4.

Metode

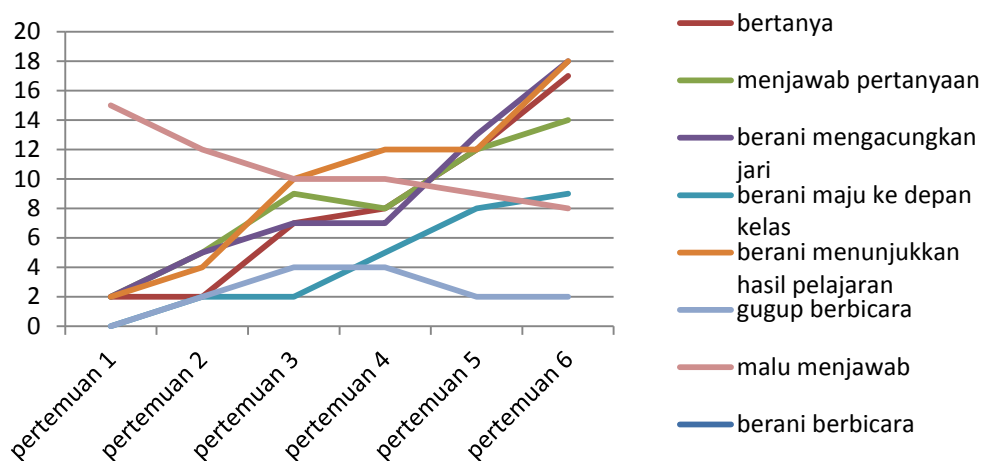
Penelitian ini adalah eksperimen dengan *post only control group design*. Penelitian ini dilakukan pada MTs. Satu Atap Sampano khususnya kelas VIII yang terdiri dari tiga kelas dengan jumlah 90 siswa. Dari ketiga kelas yang ada, terpilih dua kelas sampel secara acak. Masing-masing kelas VIII_a sebagai kelas eksperimen dan VIII_b sebagai kelas kontrol. Keseluruhan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 60 orang siswa yang terbagi menjadi 30 orang kelas eksperimen dan 30 orang kelas kontrol. Sebelum melakukan pengumpulan data peneliti terlebih dahulu melakukan uji validitas dan reliabilitas. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu validitas konstruk dan validitas item.

Analisis data dengan statistik deskriptif dan statistik inferensial. Analisis statistik deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden berupa rata-rata, varians dan standar deviasi angket kepercayaan diri siswa, baik responden pada kelas eksperimen maupun responden pada kelas kontrol. Analisis statistik inferensial uji-z, dalam hal ini untuk menguji hipotesis penelitian. Sebelum melakukan uji hipotesis terlebih dahulu melakukan uji syarat berikut: (1) Uji Normalitas, hasil uji normalitas data *post test* kelas kontrol dan eksperimen berdistribusi normal karena nilai *skewness* dan *kurtosis* terletak antara -2 dan +2; (2) Uji homogenitas, hasil uji diperoleh taraf signifikansi 0,137. Hal ini berarti $0,137 > 0,05$, maka, data berasal dari populasi yang homogen.

Hasil Analisis Deskriptif

Penelitian dilakukan mengikuti jadwal pelajaran sekolah dan dilakukan pada saat jam pelajaran matematika. Pokok bahasan saat pelaksanaan pengamatan adalah kesebangunan bangun datar. Hasil observasi pada kelas eksperimen dengan menggunakan metode *suggestopedia* pada pertemuan pertama sampai enam, menunjukkan peningkatan kepercayaan diri. Hal yang dimaksud dapat dilihat pada Gambar 1 berikut:

Penguatan Self Confidence dalam Pembelajaran Matematika...



Gambar 1. Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas Eksperimen

Hasil analisis statistik deskriptif skor *post-test* kelas eksperimen dan kelas kontrol untuk menggambarkan tingkat kepercayaan diri siswa. Hasil yang dimaksud dipaparkan pada tabel berikut:

Tabel 1. Statistik Deskriptif *Post test* Kelas Kontrol dan Kelas Eksperimen

Statistik	Nilai Statistik Kelas Kontrol	Nilai Statistik Kelas Ekperimen
Ukuran Sampel	30	30
Rata-rata	39,90	54,07
Standar Deviasi	2,411896	5,375124
Variansi	5,817241	28,89195
Nilai Terendah	34	42
Nilai Tertinggi	43	66

Sumber: Data Olahan Hasil Penelitian

Nilai rata-rata *post-test* kelas eksperimen sebesar 54,07 lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol yang hanya sebesar 39,90. Selain hal itu, perbedaan juga dapat dilihat pada standar deviasi, variansi, dan nilai terendah serta tertinggi. Dari sejumlah analisis tersebut tercermin, penerapan metode *sugestopedia* lebih meningkatkan kepercayaan diri siswa dibandingkan dengan pembelajaran konvensional.

Langkah selanjutnya, jika skor *post test* kelas kontrol dan kelas eksperimen dikelompokkan ke dalam lima kategori, maka diperoleh tabel

distribusi frekuensi dan persentase *Post test* kelas eksperimen dan kontrol sebagai berikut:

Tabel 2. Persentase Hasil *Post_test* Kelas Kontrol dan Kelas Eksperimen

Skor	Kategori percaya diri	Frekuensi Kelas Kontrol	Persentase (%) Kelas Kontrol	Frekuensi Kelas Eksperimen	Persentase (%) Kelas Eksperimen
80 - 100	Sangat tinggi	0	0%	7	23,33%
60 - 80	Tinggi	4	13,33%	21	70%
40 - 60	Sedang	26	86,66%	2	6,66%
20 - 40	Rendah	0	0%	0	0%
00 - 20	Sangat rendah	0	0%	0	0%
Jumlah			100%	30	100%

Sumber: Data Olahan Hasil Penelitian

Tingkat kepercayaan diri kelas eksperimen berada pada kategori sedang dengan frekuensi sebesar 2 atau 6,66% sampai dengan sangat tinggi dengan frekuensi 7 atau 23,33%. Sedangkan kelas kontrol hanya berada pada kategori sedang dengan frekuensi 26 atau 86,66% sampai kategori tinggi dengan frekuensi 4 atau 13,33%. Hasil tersebut juga menunjukkan tingkat kepercayaan diri siswa pada kelas eksperimen berada pada dominan sebaran kategori tinggi. Berbeda dengan hal itu, kategori kepercayaan diri siswa pada kelas kontrol hanya berada pada dominan sebaran kategori sedang.

Efektivitas Metode Sugestopedia

Uji efektivitas metode *suggestopedia* dalam menumbuhkan kepercayaan diri siswa dapat dilihat berdasarkan hasil analisis statistik pada uji hipotesis dengan menggunakan uji-z, dengan menghitung kesamaan dua rata-rata *post-test* antara kelas kontrol dan kelas eksperimen, diperoleh deviasi standar gabungan (dsg) = 4,166 dan $z_{hitung} = 13,079$ dan $z_{tabel} = 1,96$. Dimana taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Karena $z_{hitung} > z_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya, rata-rata nilai kelas eksperimen lebih baik dari kelas kontrol. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *suggestopedia* efektif dalam menumbuhkan kepercayaan diri pada pembelajaran matematika siswa kelas VIII MTs. Satu Atap Sampano.

Penguatan Self Confidence dalam Pembelajaran Matematika...

Setelah melihat hasil belajar matematika siswa, kemudian diterapkan pembelajaran yang berbeda pada kelas kontrol dan kelas eksperimen pada pokok bahasan kesebangunan bangun datar, dengan menggunakan pembelajaran konvensional pada kelas kontrol dan kelas eksperimen dengan menerapkan metode *suggestopedia*. Pada proses akhir pembelajaran, diberikan *post-test* berupa angket kepercayaan diri pada siswa dimana diperoleh nilai rata-rata pada kelas kontrol yang menggunakan pembelajaran konvensional/tanpa perlakuan yaitu 39,90 sedangkan nilai rata-rata pada kelas eksperimen setelah diterapkannya metode *suggestopedia* yaitu 54,07. Adapun hasil analisis data yang dilakukan setelah diterapkannya pembelajaran yang berbeda pada kelas kontrol dan kelas eksperimen, dapat dikatakan bahwa kepercayaan diri siswa kedua kelas tersebut berbeda secara nyata. Terjadinya perbedaan kepercayaan diri siswa tersebut, disebabkan adanya perbedaan perlakuan pada dua kelas tersebut yaitu kelas eksperimen yang menggunakan metode *suggestopedia* dan kelas kontrol yang tidak diberikan perlakuan apa pun pada pembelajaran matematika. Dimana kepercayaan diri siswa pada hasil *post-test* setelah adanya perlakuan atau diberikan metode *suggestopedia* lebih tinggi dari pada hasil *post-test* pada kelas kontrol yang tidak diberikan perlakuan metode *suggestopedia*.

Pelaksanaan pembelajaran dengan penerapan metode *suggestopedia* pada pertemuan awal mengalami berbagai hambatan. Salah satu hambatan yang sangat terasa pada siswa yaitu adanya perubahan cara mengajar guru hingga siswa perlu penyesuaian terhadap penerapan metode pembelajaran tersebut. Hal ini terjadi karena siswa belum terbiasa dengan penerapan pembelajaran yang telah diterapkan guru berupa penerapan pembelajaran yang membutuhkan relaksasi dan pemberian sugesti-sugesti positif terhadap siswa agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan yaitu peningkatan kepercayaan diri siswa. Peningkatan kepercayaan diri siswa nampak ketika guru melakukan tanya jawab dalam rangka untuk memancing keaktifan siswa agar dapat berani bertanya dan menjawab soal yang diberikan oleh guru. Hal tersebut dapat memperlihatkan sejauh mana peningkatan kepercayaan diri siswa pada saat penerapan metode pembelajaran

suggestopedia. Pada pertemuan selanjutnya, hambatan di pertemuan awal perlahan-lahan mulai berkurang. Dengan demikian, siswa sudah mulai terbiasa belajar dan tertarik dengan penerapan metode pembelajaran *suggestopedia* tersebut.

Meskipun terdapat hambatan selama proses pembelajaran namun penelitian tetap dapat berjalan. Berdasarkan hasil observasi pada kelas eksperimen mengenai kemampuan guru dalam mengolah pembelajaran dan hasil observasi aktivitas siswa dalam pembelajaran, pada pertemuan awal hingga akhir menunjukkan adanya peningkatan aktivitas. Pertemuan-pertemuan awal masih banyak terdapat hambatan dalam pengolahan pembelajaran tersebut, namun seiring berjalannya waktu peningkatan aktivitas siswa seperti berani berbicara, berani bertanya dan menjawab, berani mengacungkan jari serta berani maju ke depan kelas selama proses pembelajaran terus mengalami peningkatan pada setiap pertemuan. Adanya kekurangan dan hambatan dalam setiap pembelajaran segera ditindak lanjuti sehingga tidak mengurangi efektivitas pembelajaran.

Setelah dilakukan penelitian ternyata hasil penelitian sesuai dengan konsep/teori George Lozanov yang percaya bahwa dalam proses pembelajaran ada kendala psikologi dalam penelitian ini timbul masalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri siswa berpengaruh terhadap keaktifan siswa dalam proses pembelajaran. Timbulnya rasa percaya diri menciptakan rasa aman hingga memancing siswa untuk berkomunikasi.¹⁷ Kepercayaan diri siswa yang terganggu berakibat pada motivasi dan minat belajar sehingga memengaruhi keberhasilan akademik.¹⁸

Penerapan metode *suggestopedia* pada penelitian ini berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Dalam kelas *suggestopedia*, belajar di kelas merupakan suatu proses yang menyenangkan, diperlukan perpaduan lingkungan yang nyaman dan suasana yang rileks. Hal tersebut

¹⁷ Abdallah and Ahmed, "The Impact of Self Confidence on EFL Sudanese Tertiary Level Students."

¹⁸ Gormally et al., "Effects of Inquiry-Based Learning on Students' Science Literacy Skills and Confidence."

Penguatan Self Confidence dalam Pembelajaran Matematika...

dapat meningkatkan gelombang otak sehingga informasi dapat diterima dengan mudah dan dipertahankan untuk jangka waktu yang lama antara pengajar dan para siswa, dan antara siswa satu dengan yang lainnya. Ketika memulai proses belajar guru menciptakan suasana yang santai kemudian memberikan sugesti-sugesti positif kepada siswa sehingga dapat menghilangkan stress, kelelahan, dan menimbulkan kepercayaan diri serta minat belajar siswa.¹⁹ Untuk menghilangkan perasaan tertekan yang menghambat potensi yang dimiliki pelajar, suasana lingkungan yang nyaman dapat diciptakan dengan menggunakan iringan musik klasik.²⁰ Setelah siswa merasa rileks, guru dapat memberikan sugesti positif. Siswa juga perlu diberikan sugesti kemaknaan hidup dalam mencapai tujuan hidup. Pemberian sugesti dapat menjadi sumber dalam mengembangkan efikasi diri siswa sebagai inspirasi atau pembangkit positif untuk berusaha menyelesaikan tugas atau masalah yang dihadapi.²¹ Meskipun pada dasarnya *self-confidence* (kepercayaan diri) dan *self-efikacy* (Efikasi Diri) berbeda, namun dapat disatukan dalam kasus tertentu. Seperti yang dilakukan oleh Herbert Marsh, dkk., dengan dasar bahwa jika yang menjadi tujuan penilaian adalah keyakinan, maka disebut *self efficacy for performance*. Karena, efikasi berhubungan langsung dengan kinerja.²²

Metode *suggestopedia* yang diterapkan juga telah memenuhi tiga kriteria agar pembelajaran dapat berhasil. Prinsip-prinsip tersebut adalah: (1) Penekanan yang kuat pada penikmatan dan penganggapan betapa mudahnya belajar, (2) Perpaduan yang mutlak antara faktor-faktor sadar dan

¹⁹ Vebriana Setia Deny, Syamsul Bahri, and Dian Fajrina, "Suggestopedia Method on Improving Students' Reading Comprehension," *Research in English and Education (READ)* 1, no. 2 (2016): 129–36.

²⁰ Bekir Güçlü and Mehmet Selim Ayhan, "Suggestopedia in Turkish Language For Foreigners : Georgian In Practice : Georgia," *International Journal of Educational Research and Technology* 6, no. 1 (2015): 105–8, <https://doi.org/10.15515/ijert.0976-4089.6.1.105108>.

²¹ Hisban Thaha and Edhy Rustan, "Orientasi Religiusitas Dan Efikasi Diri Dalam Hubungannya Dengan Kebermaknaan Pendidikan Agama Islam Pada Mahasiswa IAIN Palopo," *Studi Agama Dan Masyarakat* 13, no. 2 (2017): 163–79, <https://doi.org/10.23971/jsam.v13i2.551>.

²² Herbert Marsh, dkk., *New Frontiers for Self Research*, (Wahinton: Information Age Publishing, 2005) h.106

bawah sadar, dan (3) Interaksi yang komunikatif dan hangat antar siswa, yang memberi kesan mendalam di hati mereka.

Penutup

Simpulan

Pelaksanaan metode *suggestopedia*, terdapat peningkatan aktivitas dan antusias siswa selama proses pembelajaran dalam hal ini berani berbicara, berani bertanya, maupun berani maju ke depan kelas. Sehingga dapat terlihat bahwa kepercayaan diri siswa kian meningkat pada setiap pertemuan. Implementasi metode pembelajaran *suggestopedia* efektif dalam menumbuhkan kepercayaan diri pada pembelajaran matematika siswa kelas VIII MTs Satu Atap Sampano. Hasil uji $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ ($13,079 > 1,96$) menunjukkan hasil kepercayaan diri siswa pada kelas eksperimen lebih tinggi dari pada siswa kelas kontrol yang tidak diterapkan metode pembelajaran *suggestopedia* (konvensional).

Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut peneliti mengajukan saran agar dapat dijadikan bahan pertimbangan yaitu karena kepercayaan diri siswa berpengaruh terhadap keberhasilan akademik pada pembelajaran matematika siswa, maka diharapkan agar setiap sekolah khususnya MTs Satu Atap Sampano mampu menerapkan metode *suggestopedia* dalam menumbuhkan kepercayaan diri siswa pada proses pembelajaran matematika dan mata pelajaran lainnya sehingga siswa menjadi termotivasi dan aktif dalam kelas.

Daftar Pustaka

- Abdallah, Salih Abdallah Ahmed, and Ahmed Gasm Alseed Ahmed. "The Impact of Self Confidence on EFL Sudanese Tertiary Level Students." *International Journal of Information Research and Review* 2, no. 09 (2015): 1093–1106.
- Deny, Vebriana Setia, Syamsul Bahri, and Dian Fajrina. "Suggestopedia Method on Improving Students' Reading Comprehension." *Research in English and Education (READ)* 1, no. 2 (2016): 129–36.
- Gormally, Cara, Peggy Brickman, Brittan Hallar, and Norris Armstrong. "Effects of Inquiry-Based Learning on Students' Science Literacy Skills

- and Confidence." *International Journal for the Scholarship of Teaching and Learning* 3, no. 2 (2009): 16.
- Güçlü, Bekir, and Mehmet Selim Ayhan. "Suggestopedia in Turkish Language For Foreigners : Georgian In Practice : Georgia." *International Journal of Educational Research and Technology* 6, no. 1 (2015): 105–8. <https://doi.org/10.15515/ijert.0976-4089.6.1.105108>.
- Hanton, Sheldon, Stephen D Mellalieu, and Ross Hall. "Self-Confidence and Anxiety Interpretation: A Qualitative Investigation." *Psychology of Sport & Exercise* 5 (2004): 477–95. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(03\)00040-2](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(03)00040-2).
- Rashtchi, Mojgan. "Suggestopedia and Desuggestopedia." *The TESOL Encyclopedia of English Language Teaching*, 2018. <https://doi.org/10.1002/9781118784235.eelt0162>.
- Rustan, Edhy. "Learning Creative Writing Model Based on Neurolinguistic Programming." *International Journal of Language Education and Culture Review* 3, no. 2 (2017): 13–29. <https://doi.org/doi.org/10.21009/IJLECR.032.02>.
- Thaha, Hisban, and Edhy Rustan. "Orientasi Religiusitas Dan Efikasi Diri Dalam Hubungannya Dengan Kebermaknaan Pendidikan Agama Islam Pada Mahasiswa IAIN Palopo." *Studi Agama Dan Masyarakat* 13, no. 2 (2017): 163–79. <https://doi.org/10.23971/jsam.v13i2.551>.
- Venkanna, Kuncham, and Ann Glory P.S. ""Use of Suggestopedia as An Innovative Strategy for Promoting Effective Reading Comprehension Abilities in English at The ESL Level " An Experimental Study." *International Journal of English Language, Literature and Humanities* 3, no. 8 (2015): 128–49.

Halaman Ini Sengaja Dikosongkan