

PENERAPAN METODE POMODORO TERHADAP HASIL BELAJAR PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 45 PANGKEP

Awayundu Said¹, Anggi Sulistianingsih², Musfirah³

¹Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Negeri Makassar

Email: anggisulistianingsih@gmail.com

²Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Negeri Makassar

Email: musfirah@unm.ac.id

Artikel info

Received; 7-12-2023

Revised; 10-12-2023

Accepted; 1-2-2024

Published; 15-2-2024

Abstrak

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif jenis penelitian tindakan kelas yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar matematika siswa kelas V SD Negeri 45 Paccelang Kecamatan Pangkajene Kabupaten Pangkep. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V yang berjumlah 23 orang dengan teknik pengambilan sampel yaitu sampel jenuh. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pada siklus I hasil observasi aktivitas guru berada pada kategori cukup, aktivitas siswa berada pada kategori kurang dan hasil belajar siswa berada pada kategori cukup. Pada siklus II menunjukkan peningkatan hasil observasi aktivitas guru berada pada kategori baik, observasi aktivitas siswa berada pada kategori baik dan hasil belajar siswa juga berada pada kategori baik. Kesimpulan penelitian ini adalah penerapan metode pomodoro dapat meningkatkan hasil belajar matematika siswa kelas V SD Negeri 45 Paccelang Kecamatan Pangkajene Kabupaten Pangkep.

Abstrack

This research is a qualitative research type of classroom action research which aims to improve the mathematics learning outcomes of fifth grade students at SD Negeri 45 Paccelang, Pangkajene District, Pangkep Regency. The population in this study was 23 class V students with a sampling technique, namely saturated samples. Based on the research results, it shows that in cycle I the results of observing teacher activities were in the sufficient category, student activities were in the insufficient category and student learning outcomes were in the sufficient category. In cycle II, it showed an increase in the results of teacher activity observations which were in the good category, student activity observations were in the good category and student learning outcomes were also in the good category. The conclusion of this research is that the application of the Pomodoro method can improve the mathematics learning outcomes of fifth grade students at SD Negeri 45 Paccelang, Pangkajene District, Pangkep Regency.

Key words:

Metode pomodoro, hasil belajar, matematika

artikel pinisi:journal of teacher proffesonal dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0



PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu komponen penting dalam memajukan bangsa. Hal ini disebabkan karena pendidikan merupakan proses untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Dengan adanya pendidikan dapat mengembangkan potensinya dan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas dan kompeten. Pendidikan diharapkan dapat menghasilkan perubahan yang dapat mengembangkan suatu bangsa. Pendidikan merangsang kreatifitas seseorang agar sanggup untuk maju menghadapi perubahan dan perkembangan zaman.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SD Negeri 45 Paccelang terlihat Sebagian besar siswa memiliki hasil belajar yang rendah dan belum mencapai Standar Ketuntasan Belajar Minimal (SKBM) hal tersebut disebabkan karena siswa kurang menguasai konsep yang diberikan dan masih banyak siswa yang kurang tertarik serta cenderung menghindari matematika. Salah satu siswa mengatakan matematika merupakan mata pelajaran yang sulit dipahami. Berdasarkan hasil wawancara dari seorang guru mengatakan bahwa yang menjadi faktor penyebab rendahnya hasil belajar siswa adalah karena siswa merasa kelelahan untuk memahami setiap langkah-langkah dari konsep yang diajarkan. Guru merasa cara menyampaikan materi terlalu mengejar target yang telah disusun sehingga tidak memberi jeda kepada siswa untuk memahami setiap langkah-langkah yang dibelajarkan. Oleh karena itu, mereka tidak mampu menguasai konsep-konsep materi yang telah disampaikan oleh gurunya.

Oleh karena itu peneliti memiliki solusi tentang permasalahan yang ditemukan tentang hasil belajar siswa yang rendah. Salah satu faktor yang menentukan keberhasilan kegiatan belajar murid di sekolah adalah faktor guru dan cara mengajarnya. Guru sangat berperan terhadap pembentukan perkembangan murid. Seorang guru harus menguasai keterampilan mengajar. Dengan pemberian metode pomodoro, suasana belajar yang menyenangkan akan membawa dampak pada hasil belajar siswa. Tinggi rendahnya hasil belajar akan memberikan sumbangan dalam mencapai kesuksesan di masa depan siswa.

Metode Pomodoro dikemukakan oleh Fransisco Cirillo, dimana pada dasarnya, peserta didik harus fokus dalam selang waktu tertentu. Sebagai contoh 25 menit. Setelah waktu habis, peserta didik diharuskan beristirahat, sekitar 5 menit. Lakukan cara ini sebanyak 4 babak. Setelah 4 babak tersebut diselesaikan, peserta didik dapat mengambil rehat lebih lama, misalnya 15 hingga 30 menit. Selang waktu yang digunakan ini dapat disesuaikan dengan ritme masing-masing tentunya. Metode Pomodoro yang berbasis pengaturan waktu belajar dan beristirahat

dapat menjadi salah satu alternative yang digunakan oleh pendidik untuk mendapat hasil belajar yang lebih baik (Tarwiyah et al., 2021).

Kelebihan dari metode pomodoro menurut (Ariviani et al., 2021) yaitu; 1) melatih fokus saat belajar, 2) belajar mengatur skala prioritas, 3) melatih berpikir cepat, 4) belajar menjadi teratur, 5) membiasakan diri bekerja dibawah tekanan, dan 6) kondisi psikologis kita akan selalu terjaga karena metode ini menyeru untuk istirahat di sela-sela serius dalam belajar.

Penerapan metode pomodoro dapat meningkatkan hasil belajar matematika siswa. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh (Tarwiyah, 2021) menunjukkan bahwa penerapan metode pomodoro dapat meningkatkan focus siswa sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa matematika yang dibuktikan bahwa 25 guru dan siswa SMK Immanuel memiliki pemahaman tentang metode belajar pomodoro dapat mengimplementasikannya di dalam belajar untuk meningkatkan focus belajar.

Selanjutnya (Bastomi, Mohamad, 2022) menunjukkan bahwa penerapan metode pomodoro dapat meningkatkan kualitas belajar siswa di MI Al-Marhamah yang dibuktikan bahwa mampu meningkatkan kualitas belajar di dalam kelas, menjadikan suasana kelas menjadi lebih kondusif serta membantu tenaga pengajar menerapkan metode yang tepat untuk para siswa. Dengan adanya penerapan metode Pomodoro di MI-Almarhamah dinilai mampu meningkatkan motivasi belajar karena sesuai dengan gaya dan kebutuhan siswa di dalam kelas.

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Jenis penelitian yang digunakan dalam pendekatan ini adalah penelitian tindakan kelas. Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei – Agustus 2023, semester genap tahun ajaran 2022/2023. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri 45 Paccelang dengan jumlah siswa 23 orang, 12 siswa laki-laki dan 11 siswa Perempuan. Penelitian ini dilaksanakan dengan merujuk pada prosedur/siklus penelitian yang diadaptasi dari (Bawa, 2021) yaitu rencana, pelaksanaan kegiatan, pemantauan evaluasi, dan penggunaan instrument dalam refleksi. Proses pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas ini dilakukan dengan observasi, tes, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa dan guru selama proses pembelajaran berlangsung dengan melihat kesesuaian tindakan dengan penerapan metode pomodoro. Tes digunakan untuk mengukur tingkat hasilbelajar siswa. Kemudian dokumentasi digunakan sebagai data pendukung.

Data proses dan hasil analisis diketahui tingkat keberhasilan melalui Teknik kategorisasi yang diadaptasi menurut Djamarah & Zain (2014) dapat dijabarkan melalui tabel dibawah ini:

Tabel 1 Taraf Keberhasilan Proses dan Hasil

Taraf Keberhasilan	Kategori
76% - 100%	Baik (B)
60% - 75%	Cukup (C)
0% - 59%	Kurang (K)

Sumber: Diadaptasi dari (Syaiful Bahri Djamarah, 2014)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

Peneliti bersama guru wali kelas V memiliki tujuan untuk meningkatkan hasil belajar matematika siswa karena banyak yang menganggap bahwa pembelajaran matematika ini sangatlah sulit. Penerapan metode yang disajikan dalam 2 siklus yang setiap siklus terdiri dari 2 kali pertemuan. Setiap siklus terdiri dari empat tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi.

Siklus I

Pada pelaksanaan pembelajaran siklus I dilakukan dengan peneliti yang berperan sebagai guru, dan guru berperan sebagai observer. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil observasi pembelajaran dengan menerapkan metode pomodoro yang dilaksanakan pada siklus I menunjukkan aktivitas guru berada pada kategori cukup (C) yaitu 60% dan hasil observasi aktivitas siswa berada pada kategori kurang (K) yaitu 40%. Hal ini berarti, persentase pencapaian observasi pembelajaran dengan menerapkan metode pomodoro belum mencapai indikator keberhasilan yang diharapkan, yaitu proses pembelajaran dikatakan baik jika sama atau lebih dari 76% taraf keberhasilan dari langkah-langkah metode pomodoro terlaksana atau mencapai kualifikasi baik (B).

Berdasarkan nilai rata-rata data hasil belajar siswa kelas V SD Negeri 45 Paccelang pada siklus I menunjukkan bahwa nilai rata-rata data hasil belajar yaitu 71. Adapun ketuntasan belajar yang diperoleh dari 23 siswa terdapat 10 siswa yang dikategorikan tuntas dengan persentase 43%. Sedangkan 13 siswa yang lainnya dikategorikan tidak tuntas dengan persentase sebesar 57%. Berdasarkan hasil yang diperoleh tersebut, nilai rata-rata hasil belajar siswa kelas III SD Negeri 45 Paccelang pada siklus I belum mencapai Standar Kelulusan Belajar Minimal (SKBM) yang ditetapkan yaitu ≥ 75 .

Dari hasil observasi aktivitas guru dan siswa serta hasil belajar siswa, diketahui bahwa tujuan pembelajaran yang ingin dicapai pada pembelajaran siklus I masih belum tercapai secara optimal. Sehingga guru dan observer melakukan refleksi dengan tujuan agar dapat memperbaiki dan meningkatkan pembelajaran berikutnya, maka penelitian ini perlu dilanjutkan ke siklus selanjutnya.

Siklus II

Pada pelaksanaan siklus II dilakukan dengan peneliti berperan sebagai guru dan guru berperan sebagai observer. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil observasi pembelajaran dengan menggunakan metode pomodoro yaitu dilaksanakan pada siklus II. Adapun data yang diperoleh dari hasil observasi menunjukkan bahwa aktivitas guru meningkat berada pada kategori baik (B) yaitu 85% dan hasil observasi aktivitas siswa berada pada kategori baik (B) yaitu 80%.

Hal ini berarti, persentase pencapaian observasi pembelajaran dengan menggunakan metode pomodoro sudah mencapai indikator keberhasilan yang diharapkan, yaitu proses pembelajaran dikatakan baik jika ≥ 76 , dengan demikian indikator dari langkah-langkah metode pomodoro terlaksana atau mencapai kategori baik (B).

Berdasarkan nilai rata-rata data hasil belajar siswa kelas V SD Negeri 45 Paccelang pada siklus II, menunjukkan bahwa nilai rata-rata data hasil belajar siswa yaitu 87. Adapun ketuntasan belajar yang diperoleh dari 23 siswa terdapat 20 siswa yang dikategorikan tuntas dengan persentase 87%. Sedangkan 3 siswa yang lain dikategorikan tidak tuntas dengan persentase 13%. Berdasarkan hasil yang diperoleh tersebut, nilai rata-rata dan hasil belajar siswa kelas V SD Negeri 45 Paccelang pada siklus II sudah mencapai Standar Ketuntasan Belajar Minimal (SKBM) yang ditetapkan yaitu ≥ 75 .

Berdasarkan hasil keseluruhan kegiatan yang telah dilakukan pada siklus II yaitu observasi kegiatan guru dan siswa serta tes evaluasi akhir yang dilaksanakan telah mencapai indikator keberhasilan yang ditetapkan. Dengan ini penelitian tidak perlu dilanjutkan ke siklus berikutnya dengan kata lain penelitian ini dihentikan.

Berdasarkan hasil siklus I dan siklus II yang diperoleh, telah terbukti bahwa dari keseluruhan proses yang dilaksanakan dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi menunjukkan bahwa penggunaan metode pomodoro dapat meningkatkan hasil belajar matematika siswa kelas V SD Negeri 45 Paccelang Kecamatan Pangkajene Kabupaten Pangkep.

Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui seberapa besar tingkat keberhasilan dalam proses penerapan metode pomodoro yang dilaksanakan dalam proses pembelajaran dengan usaha untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada pelajaran matematika. Subjek penelitian yaitu siswa yang ada di kelas V SD Negeri 45 Paccelang yang terdiri dari 12 siswa laki-laki dan 12 siswa Perempuan, Penelitian Penelitian tindakan kelas terdiri dari 2 siklus yang pelaksanaannya disetiap siklusnya mengacu pada prosedur penelitian dengan tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi.

Proses pelaksanaan siklus I terdiri dari 2 kali pertemuan. Namun, hasil yang diperoleh belum terlaksana dengan baik. Hal ini dikarenakan masih terdapat beberapa kekurangan, baik dari aktivitas guru maupun aktivitas siswa. Adapun kekurangan yang mesti diperbaiki oleh peneliti yaitu, harus lebih intensif dalam membimbing siswa dalam proses pembelajaran dan pemberian motivasi kepada siswa serta pemberian penguatan yang harus ditingkatkan.

Penerapan metode pomodoro ini juga memiliki dampak yang positif terhadap siswa selama metode ini diterapkan yaitu mengajarkan siswa lebih fokus dan siswa merasa tidak merasa bosan dalam pembelajaran karena siswa memiliki waktu istirahat sejenak di sela-sela proses pembelajaran.

Global Journal Pendidikan Dasar

Berdasarkan pernyataan yang telah diuraikan hal tersebut sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Nasution et al., 2022) bahwa teknik Pomodoro menggabungkan waktu istirahat dengan waktu belajar bisa meningkatkan konsentrasi dan fokus mahasiswa yang dapat meningkatkan kualitas belajar mahasiswa. Metode pomodoro teknik belajar cerdas yang memanfaatkan efisiensi waktu, dimana waktu diatur dalam jangka waktu yang sudah ditentukan dan pada saat melakukan tugas tersebut harus dalam keadaan konsentrasi tinggi.

Berdasarkan hasil observasi proses pembelajaran aspek guru yang dilakukan pada siklus I terdapat 5 aspek yang diamati oleh observer yaitu membuat daftar materi yang ingin dibahas, mengatur timer selama 25 menit untuk menyampaikan materi, mengatur timer selama 1 menit untuk istirahat, pelaksanaan metode pomodoro dengan menggunakan dua pembagian waktu sebanyak empat kali, dan membangun pembelajaran yang menyenangkan dalam metode pomodoro. Hal tersebut menjadi penilaian dalam mengukur kemampuan guru dalam menerapkan langkah-langkah metode pomodoro pada siklus I yang terlaksana dengan kategori cukup (C). Adapun hasil observasi proses pembelajaran aspek guru dalam proses pembelajaran yang dilaksanakan pada siklus II menunjukkan bahwa aktivitas guru meningkat menjadi kategori baik (B). Adapun hasil observasi proses pembelajaran aspek siswa mengalami peningkatan. Pada siklus I berada kategori kurang (K) meningkat menjadi kategori baik (B) pada siklus II. Adapun ketuntasan belajar yang diperoleh siswa pada siklus I memiliki persentase 43% meningkat pada siklus II menjadi 87%.

Berdasarkan pernyataan yang telah diuraikan hal tersebut sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Qomariah et al., 2023) bahwa kegiatan ice-breaking dengan variasi dan penargetan akan membantu mengembalikan fokus belajar siswa. Kekuatan konsentrasi setiap orang memiliki waktu ketahanan yang berbeda-beda. Ketika mengenali keunikan siswanya, guru dapat mengoptimalkan kegiatan pembelajaran sehingga pembelajaran dapat ditransfer dengan baik kepada siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian penulis yakni kepala sekolah, para guru, dan siswa-siswi SD Negeri 45 Paccelang

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode pomodoro dapat meningkatkan proses dan hasil belajar matematika siswa kelas V SD Negeri 45 Paccelang Kecamatan Pangkajene Kabupaten Pangkep. Penerapan metode pomodoro memberikan pengalaman baru dalam belajar karena terdapat waktu istirahat disela-sela pembelajaran dengan melakukan ice breaking yang dapat mengembalikan konsentrasi siswa dalam belajar.

Saran

Dari kesimpulan penelitian yang diperoleh, penulis memberikan saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat untuk kemajuan pendidikan antara lain guru disarankan untuk menggunakan metode pomodoro sebagai salah satu alternatif dalam meningkatkan proses dan hasil belajar siswa, serta menjadikan insipirasi untuk menciptakan proses pembelajaran yang menyenangkan, inovatif dan bermakna serta siswa diharapkan dapat mengembangkan minat belajarnya melalui penggunaan metode pomodoro dalam proses pembelajaran. Kemudian peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengkaji lebih dalam tentang metode pembelajaran yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran, dan kekurangan yang terdapat pada penggunaan metode pomodoro ini agar bisa disempurnakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariviani, H., Claretta, D., & Achmad, zinal abidin. (2021). Peningkatan Kualitas Belajar Siswa Dengan Teknik Pomodoro. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(November), 103–111.
- Bastomi, Mohamad, et al. (2022). *Penerapan Metode Pomodoro Dan Cornell Notes Guna Meningkatkan*. 2, 62–66.
- Bawa, D. G. A. R. (2021). *Penelitian Tindakan Kelas untuk Guru Inspiratif*. Penerbit Adab.
- Nasution, M. Z. Z. B., Nasution, M. I. P., & Sundari, S. S. A. (2022). Penerapan Teknik

Pomodoro Dalam Upaya Meningkatkan Efektifitas Belajar Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kelas Sistem Informasi-3. *Jurnal Inovasi Penelitian, Volume 3*(Penerapan Teknik Pomodoro di masa Covid-19), 1–6. <https://stp-mataram.e-journal.id/JIP/article/view/1791/1586>

Qomariah, A., Abdillah, A., & Hikmah, N. (2023). Kegiatan Ice Breaking Sebagai Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Annisa Qomariah, Dkk. JPKPM, 3*(1), 107–111.

Syaiful Bahri Djamarah, A. Z. (2014). *Strategi Belajar Mengajar*. Rineka Cipta.

Tarwiyah, Simarmata, R. J. P., & Bombongan, C. (2021). Metode Pomodoro untuk Mengatasi Attention Residue pada Masa Pembelajaran Daring. *Jurnal Ilmiah Core IT, 9*(4), 1–4.

Tarwiyah, T. (2021). Pelatihan Pembelajaran dengan Metode Pomodoro bagi Siswa SMK Immanuel. *Pubarama: Jurnal Publikasi Pengabdian Kepada Masyarakat, 1*(2).