



## **Pengaruh Brain Gym Terhadap Minat Dan Hasil Belajar Dalam Pembelajaran Bahasa Jepang**

Caswati<sup>1</sup>

tindachan@gmail.com

Sugihartono<sup>2</sup>

sugihartoyes@yahoo.com

Neneng Sutjiati<sup>3</sup>

sutjiatineneng@yahoo.co.id

Departemen Pendidikan Bahasa Jepang  
Fakultas Pendidikan Bahasa dan Sastra  
Universitas Pendidikan Indonesia

Jl. Dr. Setiabudhi No. 229, Bandung 40154, Indonesia

---

### **Abstrak**

Banyak aspek yang mempengaruhi hasil belajar. Satu diantaranya adalah minat belajar. Maka, untuk meningkatkan hasil belajar bahasa Jepang, diperlukan cara yang mampu meningkatkan minat belajar siswa agar meraih hasil belajar yang optimal. Cara yang mampu meningkatkan minat belajar dan hasil belajar siswa adalah dengan melakukan kegiatan *brain gym*. Berdasarkan hal tersebut, penelitian yang berjudul “Pengaruh *Brain Gym* Terhadap Minat Dan Hasil Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Bahasa Jepang”, bertujuan untuk mengetahui pengaruh *brain gym* terhadap minat dan hasil belajar dalam pembelajaran bahasa Jepang. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen murni. Populasi yang digunakan adalah siswa kelas X Mia 8 SMA Negeri 10 Bandung Tahun ajaran 2016/2017, dan sebagai sampel penelitian ini adalah 17 orang siswa sebagai kelompok eksperimen dan 18 orang siswa sebagai kelompok kontrol. Instrumen yang digunakan adalah tes dan non-tes. Pada instrumen tes yang digunakan adalah pre-test dan post-test. Sedangkan pada instrumen non-tes yang digunakan adalah observasi dan angket. Dari hasil analisis tes diketahui nilai rata-rata bahasa Jepang sebelum diterapkan *brain gym* sebesar 66,62 dan setelah diterapkan *brain gym* nilai rata-rata menjadi 89,71 dengan nilai  $t_{hitung}$  sebesar 4,32. dengan  $db = 34$  pada taraf signifikan 5% = 2,04 dan 1% = 2,75. Karena  $t_{hitung}$  lebih besar daripada  $t_{tabel}$ , maka hipotesis kerja dalam penelitian ini diterima bahwa *brain gym* berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Dan dari hasil data angket dapat diketahui bahwa minat belajar siswa diterapkan *brain gym* lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak diterapkan *brain gym*. Selain itu, hasil observasi menunjukkan bahwa minat belajar berpengaruh terhadap nilai belajar siswa. Semakin tinggi minat belajar semakin tinggi pula usaha yang dilakukan untuk mendapatkan hasil belajar yang optimal.

**Kata kunci : Brain gym, Minat, Bahasa Jepang**

### Abstract

In the process of learning, a lot of aspects that affect the learning outcomes. The Interest is one of those that give an affect. To improve the learning outcomes of Japanese language is needed a way that can increase student's interest in order to achieve optimal learning outcomes. Such way that can increase student's interest and learning outcomes is to do the brain gym. Based on that, the author took study entitled "The Influence of Brain Gym on Student's Interest and Student's Learning Outcomes of Learning Japanese Subject". The aimed of this study is to know the influence of brain gym on the interest and learning outcomes in learning Japanese subject. This research used pure experiment method. The population that used is the students of class X Mia 8 at SMA Negeri 10 Bandung on the academic year 2016/2017, and as the sample of this study are 17 students as the experimental group and 18 students as a control group. The instruments that used are test and non-test. In the test instrument that used is pre-test and post-test. The non-test instruments that used are observations and questionnaires. From the test analysis result, it is known that the average value of Japanese subject before the applied of brain gym is 66.62 and after the applied of brain gym, average value become 89.71 with value  $t_0$  is 4.32. With  $db = 34$  at the significant level  $5\% = 2.04$  and  $1\% = 2.75$ . Because  $t_0$  bigger than  $t_{table}$  then the working of hypothesis in this study is accepted that the brain gym influence to increase the learning outcomes. As the results from the questionnaire data, can be seen that the interest in student who applied the brain gym on the learning process is higher than the students who did not applied the brain gym. In addition, the results of observations indicate that interest is affected the learning outcomes. As high as the interest will makes the optimal outcomes.

**Keywords:** *Brain gym, Interest, Japanese*

### Pendahuluan

Bahasa Jepang merupakan bahasa asing tambahan yang dipelajari di bangku Sekolah Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) bahkan juga pada Sekolah Tingkat Menengah (SMP). Dari tahun ke tahun, pembelajar bahasa Jepang terus meningkat, sehingga Indonesia menjadi pembelajar bahasa Jepang terbanyak peringkat dua di dunia (*The Japan Foundation*, 2012).

Pembelajaran bahasa Jepang di sekolah sangat bervariasi sebagaimana kemajuan teknologi dan perkembangan zaman yang sudah modern. Namun, dengan kemajuan teknologi ini tidak selalu diimbangi dengan dampak yang baik. Perkembangan zaman lebih mengedepankan otak kiri ketimbang otak kanan. Bahkan, dunia pendidikan konvensional mulai dari sekolah dasar sampai ke perguruan tinggi, sekarang ini kurang memperhatikan penggunaan otak

kanan, melainkan lebih sering menggunakan otak kirinya. Hanya 10% saja pemanfaatan otak kanan dalam pengembangan pembelajaran yang dilakukan di sekolah (Indah Wulandari, 2014, hlm. 4).

Dampak lain dari ketidakseimbangan penggunaan otak kiri dan otak kanan, dapat berpengaruh buruk terhadap minat belajar siswa. Seringkali ditemui saat pembelajaran, siswa menunjukkan ketidaktertarikannya, kurang konsentrasi, lambat belajar, tidak mencatat materi pelajaran dan bahkan mengobrol dengan siswa lainnya. Jika tidak segera ditangani maka akan berdampak buruk terhadap fokus dan kreatifitas, bahkan hasil belajarnya. Dengan itu siswa membutuhkan dorongan dari dalam dirinya sendiri agar pembelajaran tersebut menjadi lebih bermutu.

Fenomena tersebut dapat dijumpai di sekolah yang digunakan untuk Program Pengenalan Lapangan yang sekaligus

menjadi tempat kajian dilakukan penelitian yaitu SMA Negeri 10 Bandung. Hasil pengamatan yang dilakukan tiga kali mengajar di kelas X MIA 8, terdapat permasalahan belajar yang muncul seperti minat belajar dan tingkat kefokusian siswa yang rendah. Permasalahan ini dapat dilihat dari perilaku siswa yang mudah jenuh, mudah mengantuk, tidak mencatat materi pelajaran dan tidak konsentrasi di saat pembelajaran berlangsung.

Oleh karena itu, untuk meningkatkan minat dan hasil belajar, seorang siswa harus mempunyai minat untuk belajar bahasa Jepang terlebih dahulu. Karena minat adalah salah satu faktor yang mempengaruhi proses belajar siswa.

Menumbuhkan minat belajar sangat penting dan tidak diabaikan oleh guru di sekolah. Karena dengan minat belajar, guru akan terbantu dan lebih mudah dalam mencapai target pembelajaran.

Peranan minat dalam proses belajar mengajar adalah untuk pemusatan pemikiran dan juga untuk menimbulkan kegembiraan dalam usaha belajar. Dengan minat siswa dapat memusatkan perhatiannya sehingga materi dapat dipelajari dengan mudah karena memiliki konsentrasi yang baik, hal ini juga dapat memperkecil kebosanan yang akan timbul di dalam diri siswa.

Menurut Dewi dalam Hafizh (2011, hlm 2) mengungkapkan minat belajar siswa akan dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya faktor objek belajar, metode, strategi, teknik belajar, pendekatan pembelajaran yang digunakan oleh pengajar, sikap dan perilaku pengajar, media, fasilitas, lingkungan belajar dan sebagainya.

Untuk meningkatkan minat dan hasil belajar siswa salah satunya adalah dengan teknik belajar yang menyenangkan dan membuat siswa rileks. Salah satu contoh teknik belajar yang menyenangkan dan mampu membuat siswa rileks adalah

dengan menerapkan *brain gym* atau senam otak sebelum pembelajaran dimulai.

*Brain gym* memiliki beragam definisi, mulai dari suatu permainan yang membutuhkan tenaga besar hingga kegiatan sederhana. *Brain gym* berkaitan erat dengan peran otak yang dapat mengembangkan kreatifitas (berpikir kreatif). Kegiatan *brain gym* bertujuan untuk mengintegrasikan setiap bagian otak, untuk membuka bagian otak yang sebelumnya tertutup atau terhambat. Ketidakselarasan otak juga akan mengakibatkan anak mengalami berbagai hambatan, terutama pada proses belajar.

*Brain gym* adalah senam yang berisikan serangkaian gerakan sederhana yang dapat merangsang integrasi kerja bagian otak kanan dan kiri untuk menghasilkan koordinasi fungsi otak yang harmonis, sehingga dapat meningkatkan kemampuan memori, kemampuan koordinasi tubuh, kemampuan motorik halus dan kasar, kemampuan penanganan stress (*coping*), dan peningkatan kemampuan belajar individu. Gerakan *Brain Gym* dibuat untuk menstimulasi (dimensi lateralitas), meringankan (dimensi pemfokusian), atau merelaksasi (dimensi pemusatan) siswa yang terlibat dalam situasi belajar tertentu.

## Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen murni. Penelitian eksperimental merupakan bentuk penelitian percobaan yang berusaha untuk memisahkan dan melakukan kontrol setiap kondisi-kondisi yang relevan dengan situasi yang diteliti kemudian melakukan pengamatan terhadap efek atau pengaruh ketika kondisi-kondisi tersebut dimanipulasi. Eksperimen murni dilakukan terhadap subjek (sampel penelitian) pada kelompok eksperimen yang diberi perlakuan atau *treatment* berupa *brain gym* dan kelompok kontrol tidak diberikan

perlakuan khusus tetapi, diisi dengan berdo'a.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi yakni siswa SMAN 10 Bandung kelas X MIA 8.

Dalam penelitian ini sampel penelitian adalah siswa SMAN 10 Bandung kelas X MIA 8 yang berjumlah 35 siswa, yang mana 18 siswa sebagai kelompok eksperimen, dan sebagai kelompok kontrol adalah 17 siswa lainnya.

Perlakuan terhadap sampel eksperimen dan kontrol tidak dipisahkan secara total, tetapi dipisahkan pada posisi duduk atau baris, dengan alasan memperoleh situasi dan kondisi yang sama antara sampel eksperimen dan kontrol. Dalam penelitian ini perbedaan perlakuan hanya di awal pembelajaran saja.

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu dengan menggunakan instrumen tes dan non tes. Instrumen penelitian tes berupa *pre-test* dan *post-test*. Sedangkan instrumen penelitian non tes yaitu angket. Angket yang digunakan adalah angket tertutup, agar mendapatkan hasil yang lebih reliabel. Angket pada penelitian ini merujuk pada tes minat, sehingga peneliti dapat mengetahui minat siswa setelah eksperimen dilakukan.

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Kelompok Eksperimen

Pertemuan pertama dilakukan pada tanggal 5 mei 2017, kedua pada 8 mei 2017, ketiga pada 12 mei 2017, keempat pada 15 mei 2017 dan pertemuan kelima pada 19 mei 2017. Pemberian *pre-test* dilakukan pada pertemuan pertama, sebelum pembelajaran dilakukan. Setelah mengisi *pre-test*, kelompok eksperimen melakukan *brain gym* yang dipandu langsung oleh peneliti. *Brain gym* dilakukan kurang lebih selama 15 menit, setelah itu, berlangsung proses pembelajaran bahasa Jepang. Pembelajaran dilakukan pada saat KBM menggunakan metode ceramah. Materi pembelajaran yang digunakan adalah buku pelajaran

bahasa Jepang 1 "sakura" mulai dari bab 16 sampai dengan bab 20.

### 2. Kelompok Kontrol

Pembelajaran di kelompok kontrol berlangsung sama seperti kelompok eksperimen. Hanya saja kelompok kontrol tidak melakukan *brain gym* terlebih dahulu, melainkan *brain gym* tersebut diisi dengan berdo'a terlebih dahulu sebelum kegiatan belajar mengajar dimulai. Karena kelompok eksperimen dan kelompok kontrol terdapat pada satu ruang kelas yang sama maka materi, metode, dan media yang digunakan pun sama. Sehingga tidak akan terjadi perbedaan dalam proses pembelajarannya.

## Pembahasan Penelitian

### 1. Analisis Data *Pre-test*

*Pre-test* diberikan kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang dilaksanakan sebelum diberikan perlakuan (*treatment*). Data *pre-test* dari kelompok kontrol digunakan sebagai pembandingan kelompok eksperimen, sedangkan data *pre-test* dari kelompok eksperimen digunakan untuk mengukur kemampuan siswa sebelum diberi perlakuan *brain gym*.

Perolehan Hasil Data *Pre-test*

Analisis	Kelas Eksperimen	Kelas Kontrol
Rata-rata	66,62	60,42
Standar Deviasi	21,06	20,11
Standar Error	5,26	4,88
SEM <sub>xy</sub>	7,18	
<i>t hitung</i>	0,86	

Nilai  $t_{hitung}$  yang diperoleh adalah 0,86. Setelah mendapatkan nilai  $t_{hitung}$ , langkah berikutnya adalah membandingkan nilai  $t_{hitung}$  dengan  $t_{tabel}$ . Untuk mengetahui nilai  $t_{tabel}$ , dihitung menggunakan rumus  $t_{tabel} = (N_1 + N_2) - 1 = (17 + 18) - 1 = 34$

Nilai  $t_{tabel}$  untuk db 34 adalah 2,04 (5%) dan 2,75 (1%), dapat disimpulkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  lebih kecil daripada  $t_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% dan 1%. Hal ini membuktikan bahwa penelitian ini dapat dilakukan pada sampel penelitian tersebut.

**2. Analisis data post-test**

*Post-test* diberikan kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang dilaksanakan sesudah diberikan perlakuan (*treatment*) pada pertemuan terakhir. Data *post-test* dari kelompok kontrol digunakan sebagai pembanding kelompok eksperimen, sedangkan data *post-test* dari kelompok eksperimen digunakan untuk mengukur kemampuan siswa setelah diberi perlakuan *brain gym*.

**Perolehan Hasil Data Post-test**

Analisis	Kelas Eksperimen	Kelas Kontrol
Rata-rata	89,71	74,31
Standar Deviasi	4,61	13,92
Standar Error	1,52	3,37
SEM <sub>xy</sub>	3,57	
$t_{hitung}$	4,32	

Nilai  $t_{hitung}$  yang diperoleh adalah 4,32. Setelah mendapatkan nilai  $t_{hitung}$ , langkah berikutnya adalah membandingkan nilai  $t_{hitung}$  dengan

$t_{tabel}$ . Untuk mengetahui nilai  $t_{tabel}$ , dihitung menggunakan rumus  $t_{tabel} = (N_1 + N_2) - 1 = (17 + 18) - 1 = 34$ .

Nilai  $t_{tabel}$  untuk db 34 adalah 2,04 (5%) dan 2,75 (1%), dapat disimpulkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  lebih besar daripada  $t_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% dan 1%. Maka  $H_0$  diterima. Artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara variabel X dan variabel Y. Hal ini membuktikan bahwa *brain gym* berpengaruh terhadap hasil belajar siswa.

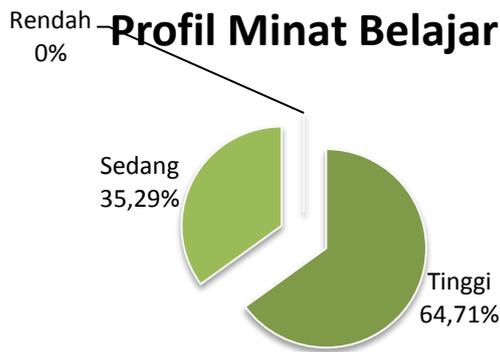
**3. Analisis Data Angket**

Angket diberikan kepada kelompok eksperimen untuk mengukur minat belajar siswa.

Gambaran Umum Minat Belajar Bahasa Jepang Pada Kelompok Eksperimen

Rentang Skor	Kategori	f	Persentase	Rata-rata
106-140	Tinggi	11	64,71 %	106,4
71-105	Sedang	6	35,29 %	
70-35	Rendah	0	0	

Tabel diatas menunjukkan bahwa rata-rata tingkat minat belajar siswa berada pada posisi 106,4 dengan kategori tinggi. 11 orang siswa atau 64,71% memiliki tingkat minat belajar yang tinggi, enam orang siswa atau 35,29% memiliki tingkat minat belajar pada kategori sedang, dan tidak ada siswa yang memiliki tingkat minat belajar yang rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa pada umumnya minat belajar siswa pada kelompok eksperimen sudah berkembang. Dapat dibuktikan dengan grafik dibawah ini.



Gambaran Umum Minat Belajar Bahasa Jepang Pada Kelompok Eksperimen

Siswa yang memiliki minat belajar dengan kategori tinggi lebih banyak dibandingkan dengan siswa yang memiliki minat belajar dengan kategori sedang. Bahkan tidak ada siswa yang memiliki tingkat minat belajar dengan kategori rendah.

**4. Analisis Data Observasi**

Observasi dilakukan oleh observer pada saat peneliti melaksanakan pembelajaran untuk mengamati sikap siswa saat pembelajaran berlangsung. Observasi dilakukan terhadap 17 orang siswa pada kelompok eksperimen dan 18 orang siswa pada kelompok kontrol. Berikut adalah 10 aspek yang diamati oleh observer.

- a. Siswa menjawab salam
- b. Siswa bersemangat ketika dilakukan presensi
- c. Siswa memperhatikan materi yang dijelaskan
- d. Siswa fokus memperhatikan penjelasan guru
- e. Siswa tidak mengobrol saat materi dijelaskan
- f. Siswa bertanya ketika tidak mengerti
- g. Siswa menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru
- h. Siswa semangat ketika pembelajaran berlangsung
- i. Siswa semangat ketika mengerjakan soal yang diberikan

Hasil Observasi Pembelajaran Kelompok Eksperimen

No	Nama	Aspek yang Diamati									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Sampel 1	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2	Sampel 2	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
3	Sampel 3	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X	X
4	Sampel 4	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
5	Sampel 5	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
6	Sampel 6	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
7	Sampel 7	✓	✓	✓	✓	X	X	✓	✓	✓	✓
8	Sampel 8	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
9	Sampel 9	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
10	Sampel 10	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
11	Sampel 11	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
12	Sampel 12	✓	✓	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓
13	Sampel 13	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
14	Sampel 14	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
15	Sampel 15	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
16	Sampel 16	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
17	Sampel 17	✓	✓	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓

Dari hasil observasi pada kelompok eksperimen di atas, observer menyimpulkan bahwa sebagian besar siswa yang mendapat perlakuan *brain gym* sudah memenuhi aspek-aspek yang diamati.

Hasil Observasi Pembelajaran Kelompok Kontrol

No	Nama	Aspek yang Diamati									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Sampel 1	✓	✓	✓	X	✓	X	✓	✓	✓	X
2	Sampel 2	✓	✓	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	X
3	Sampel 3	✓	✓	✓	✓	X	✓	X	X	✓	X
4	Sampel 4	✓	✓	✓	✓	✓	X	X	✓	✓	✓
5	Sampel 5	✓	✓	X	✓	X	X	✓	X	✓	✓
6	Sampel 6	✓	✓	✓	X	X	✓	✓	✓	✓	X
7	Sampel 7	✓	✓	X	✓	✓	X	✓	X	✓	X
8	Sampel 8	✓	X	✓	✓	X	X	✓	✓	✓	✓
9	Sampel 9	✓	✓	X	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓
10	Sampel 10	✓	✓	X	X	✓	X	✓	X	X	✓
11	Sampel 11	✓	✓	X	✓	X	X	✓	X	X	✓
12	Sampel 12	✓	✓	X	✓	X	X	✓	✓	✓	✓
13	Sampel 13	✓	✓	✓	✓	X	X	✓	X	✓	✓
14	Sampel 14	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X	✓	✓
15	Sampel 15	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓	✓	X
16	Sampel 16	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
17	Sampel 17	✓	X	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
18	Sampel 18	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X	X	✓	X

Dari hasil observasi pada kelompok kontrol, observer menilai bahwa sebagian besar siswa yang tidak mendapat perlakuan *brain gym* belum memenuhi aspek-aspek yang diamati.

### 5. Pembahasan

Dari hasil analisis data yang dilakukan, maka dapat dikatakan bahwa *brain gym* memiliki pengaruh terhadap minat dan hasil belajar siswa. Hal ini dapat dilihat dari hasil t hitung *pre-test* dan *post-test*.

Perolehan saat *pre-test*, nilai  $t_{tabel}$  untuk db 34 adalah 2,04 (5%) dan 2,75 (1%). Nilai  $t_{hitung}$  yang diperoleh saat *pre-test* adalah 0,86. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  lebih kecil daripada  $t_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% dan 1%.

Perolehan saat *post-test*,. Nilai  $t_{tabel}$  untuk db 16 adalah 2,12 (5%) dan 2,92 (1%). Nilai  $t_{hitung}$  yang diperoleh adalah 4,5. Dapat disimpulkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  lebih besar daripada  $t_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% dan 1%. Maka, dapat dikatakan bahwa *brain gym* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar.

Gain pada kelompok eksperimen dari hasil *pre-test* dan *post-test* mengalami

peningkatan yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa *brain gym* telah berperan cukup optimal pada kelompok eksperimen.

Perbedaan antara variabel X dan Y dipengaruhi oleh beberapa faktor dibawah ini, seperti :

1. Pada pembelajaran di kelas, variabel X mendapat *brain gym* terlebih sebelum mengikuti pembelajaran bahasa Jepang berlangsung. *Brain gym* membantu dalam meningkatkan fokus terhadap pembelajaran. Sehingga variabel X mampu mengungguli variabel Y.
2. *Brain gym* berperan dalam meningkatkan minat belajar. Sehingga minat belajar variabel X cenderung unggul dibanding variabel Y. Minat belajar ini mendorong variabel X kearah peningkatan hasil belajar.

Kemudian, berdasarkan hasil angket (kuisioner) minat belajar awal yang telah dianalisis. Dari 17 orang sampel X yang akan diteliti, 2 orang siswa atau 11,76% berada pada kategori rendah, 12 orang siswa atau 70,59% berada pada kategori rendah, dan 3 orang siswa atau 17,65% pada kategori tinggi. Hal ini berarti sebelum adanya *brain gym*, siswa yang minat belajarnya sedang lebih banyak dibanding dengan siswa yang minat belajarnya tinggi. Setelah dilakukannya perlakuan *brain gym* terhadap sampel X, minat belajar siswa mengalami perkembangan. 11 orang siswa atau 64,71% memiliki tingkat minat belajar yang tinggi, 6 orang siswa atau 35,29% memiliki tingkat minat belajar pada kategori sedang, dan tidak ada siswa yang memiliki tingkat minat belajar yang rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya perbedaan setelah diterapkan *brain gym*. Minat belajar beriringan dengan hasil belajar yang diperoleh siswa. Karena hasil

belajar yang tinggi dapat juga mempengaruhi minat belajar siswa.

Berikut penjelasan pencapaian indikator minat belajar :

1. Durasi, berapa lama kemampuan penggunaan waktu belajar siswa. Pada indikator ini siswa berada pada kategori sedang. Dengan persentase siswa enam orang atau 35,29% berada pada kategori tinggi, sedangkan pada katageri sedang dengan 11 orang siswa atau 64,71%. Dan tidak ada siswa yang berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa durasi belajar siswa yang mengalami peningkatan minat lebih lama sehingga pemahaman terhadap materi pun semakin matang
2. Frekuensi, seberapa sering kegiatan belajar dilakukan dalam periode tertentu. Pada indikator ini 17 siswa berada pada kategori sedang. Dengan kata lain seluruh sampel berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa pada indikator frekuensi kegiatan belajar masih belum optimal.
3. Persistensi, seberapa tetap dan lekat terhadap tujuan kegiatan belajar. Tujuh orang siswa berada pada kategori tinggi dengan persentase 76,47 %. Tidak ada satu orang siswa pun yang berada pada kategori rendah. Hal ini dapat diartikan bahwa siswa dapat mencapai tujuan belajar dengan optimal.
4. Ketabahan, keuletan dan kemampuan dalam menghadapi kesulitan mencapai tujuan belajar. Pada indikator ini 11 orang siswa berada pada kategori tinggi dengan persentase 64,71%, tidak ada siswa yang berkategori rendah. Berdasarkan observasi ketika KBM berlangsung, siswa yang berada pada kelompok eksperimen mampu mengerjakan tugas dan soal dengan mandiri.
5. Devosi, pengabdian, dan pengorbanan untuk mencapai tujuan kegiatan belajar. Pada indikator ini 14 orang siswa berada pada kategori sedang dengan persentase 82,35%.
6. Tingkatan aspirasi, maksud, cita-cita, rencana, sasaran atau target yang hendak dicapai dengan kegiatan belajar yang dilakukan. Pada indikator ini 5 orang atau 29,41% berada pada kategori tinggi dan 12 orang atau 70,59% pada kategori sedang.
7. Tingkat kualifikasi, prestasi yang dicapai dari kegiatan belajar. Pada indikator ini tujuh orang atau 41,18% berada pada kategori sedang dan 10 orang atau 58,82% berada pada kategori tinggi. Berdasarkan pengamatan di kelas, kelompok eksperimen menaruh perhatian lebih terhadap nilai yang didapat.
8. Arah sikap, positif atau negatif sikap siswa terhadap kegiatan belajar mengajar. Pada indikator ini tujuh orang atau 41,18% berada pada kategori sedang dan 10 orang atau 58,82% berada pada kategori tinggi.

Hal ini sejalan dengan Slameto (2003, hlm 54). Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar banyak jenisnya, tetapi dapat digolongkan menjadi dua golongan saja, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Didalam faktor internal tersebut terdapat faktor psikologis. Minat adalah salah satu bagian dalam faktor psikologis. Minat besar pengaruhnya terhadap belajar, karena bila bahan pelajaran yang dipelajari tidak sesuai dengan minat siswa, siswa tidak akan belajar dengan sebaik-baiknya, karena tidak ada daya tarik baginya.

Dari hasil tersebut, dapat dikatakan bahwa minat belajar berpengaruh terhadap

nilai belajar siswa. Semakin tinggi minat belajar semakin tinggi pula usaha yang dilakukan untuk mendapatkan hasil belajar yang optimal.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diambil kesimpulan :

1. Berdasarkan hasil pengolahan data, *brain gym* memberikan pengaruh terhadap minat dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran bahasa Jepang di kelas. Hal ini terbukti dari nilai  $t_{hitung}$  yang mengalami peningkatan secara signifikan. Nilai  $t_{hitung}$  sebelum diterapkan *brain gym* adalah 0,86. Sedangkan,  $t_{hitung}$  setelah diterapkan *brain gym* adalah 4,49.
2. Terdapat perbedaan minat dan hasil belajar siswa antara siswa yang diterapkan *brain gym* dengan siswa yang tidak diterapkan *brain gym* dalam pembelajaran bahasa Jepang di kelas. Hasil belajar pada kelompok eksperimen dan kontrol, keduanya mengalami peningkatan, namun pada kelas eksperimen terdapat peningkatan yang lebih signifikan. Minat belajar antara kelompok siswa yang diterapkan *brain gym* pun mengalami peningkatan, sedangkan pada kelompok siswa yang tidak diterapkan *brain gym*, minat siswa cenderung tidak ada peningkatan.
3. Pada kelompok eksperimen, terdapat perbedaan sebelum dan setelah diterapkannya *brain gym* pada saat pembelajaran bahasa Jepang, baik itu dalam hasil belajar maupun minat. Untuk hasil belajar, dapat dilihat dari gain antara hasil *pre-test* dan *post-test* yang menunjukkan perbedaan yang signifikan. Kemudian, minat siswa siswa mengalami peningkatan. Dari yang biasanya ketika pembelajaran berlangsung siswa kurang memperhatikan menjadi lebih fokus dan semangat. Kemudian, minat siswa berada pada kategori tinggi dan sedang. Tidak ada minat siswa yang

berkategori rendah. Hal itu menunjukkan bahwa minat siswa yang diterapkan *brain gym* ini mengalami peningkatan.

### Saran

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam penelitian selanjutnya sebagai berikut :

Untuk peneliti selanjutnya :

1. Minat belajar siswa berbeda-beda meskipun ada pada kelompok eksperimen. Untuk itu perlu penguasaan kelas yang lebih, agar terbangun minat yang merata dan berkategori tinggi.
2. Sebaiknya peneliti mampu menyusun atau mendaftar gerakan *brain gym* apa saja yang sesuai untuk penelitian diterapkan saat penelitian, agar hasil penelitian lebih maksimal.

### Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT, karena-Nya masih diberi nikmat sehat sehingga mampu menyelesaikan jurnal ini.
2. Kedua orang tua terhormat, tersayang dan tercinta Ibu Dariyah dan Bapak Mudi, serta adik, Dian Dharma Putra yang selalu mendukung dan memberikan do'a restunya disetiap waktu.
3. Ibu Dr. Herniwati, M. Hum. selaku ketua Departemen Pendidikan Bahasa Jepang dan kepada Ibu Nuria Haristiani, S.Pd., M. Ed., Ph. D. selaku sekretaris Departemen Pendidikan Bahasa Jepang.
4. Bapak Drs. Sugihartono, M.A., selaku dosen Pembimbing I yang penuh kesabaran dan kebijaksanaan dalam memberikan pengarahan dan bimbingan serta saran yang membangun dalam penyelesaian jurnal ini.
5. Ibu Dra. Neneng Sutjiati, M.Hum., selaku dosen Pembimbing II yang selalu memberikan pengarahan,

saran dan motivasi yang membangun untuk menyelesaikan jurnal ini.

### Pustaka Rujukan

- [1] Arifin, Zainal. (2011). *Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- [2] Darseno, dkk. (2005). *Kamus Lengkap Inggris Indonesia, Indonesia Inggris*. Semarang: Widya Karya.
- [3] Dennison, Paul. E & Gail E. Dennison. (2006). *Buku Panduan Lengkap Brain Gym – Senam Otak*. Jakarta: Grasindo.
- [4] Djamarah, Syaiful Bahri. (2002). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- [5] Fadhilla, Syukron. (2013). *Program Bimbingan Belajar Untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Peserta Didik*. (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- [6] Japan Foundation. (2013). *Hasil Survey Lembaga Pendidikan Bahasa Jepang Tahun 2012*. Egao 15(2), hlm. 30
- [7] Handryastuti, dkk. (2002). *Senam Otak*. *Jurnal Sari Pediatri*, 4(1), hlm. 37-44.
- [8] Margono. (2004). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- [9] Rochman, Susilo Nur. (2015). *Pengaruh Latihan Senam Otak (Brain Gym) Terhadap Peningkatan Kemampuan Memori Jangka Pendek Pada Anak Tuna Grahita Ringan Di SDLB ABC Swadaya Kendal*. (Skripsi). Jurusan Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- [10] Slameto. (2003). *Belajar dan Faktor-faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Asdi Mahasatya.
- [11] Srimulyani, Trisnawati. (2010). *Pengaruh Motivasi Mengikuti Ekstra Kurikuler Bahasa Jepang Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran Bahasa Jepang*. (Skripsi). Universitas Indonesia. Bandung.
- [12] Sutedi, Dedi. (2011). *Penelitian Pendidikan Bahasa Jepang*. Bandung: Humaniora.
- [13] Suyadi, Maulidya Ulfah. (2015). *Pendidikan Anak Usia Dini – Model Pembelajaran*. Bandung: Rosdakarya.
- [14] Tampubolon. (1993). *Mengembangkan Minat Dan Kebiasaan Membaca Pada Anak*. Bandung: Angkasa.
- [15] Tarigan, H. G. (1991). *Metodologi Pengajaran Bahasa*. Bandung: Angkasa.
- [16] Wulandari, Indah. (2014). *Penerapan Permainan Senam Otak (Brain Gym) Dalam Mengoptimalkan Otak Kanan Anak Usia*. *Jurnal Ilmiah*, 2(2), hlm. 30.