

**PENERAPAN METODE QUANTUM TEACHING DALAM MENCIPTAKAN
SUASANA BARU UNTUK MENGURANGI KETEGANGAN BELAJAR SISWA DI
SMPN 1 JOGOROTO**

**Lutfi Fauzi, Mohammad Faridl Darmawan, Muhammad Aliyul Wafa,
Zaki Ahmad Fauzan**

Universitas KH. A. Wahab Hasbullah, Jombang

Email: lutfifauzi959@gmail.com , faridldarmawan@unwaha.ac.id , wafa@unwaha.ac.id
zakiassurur@gmail.com

Abstract

Quantum Teaching can be implemented through learning with musical instruments, poetry, or learning from the surrounding environment. Quantum Teaching can develop appropriate teaching materials that actively engage students. This study aims to explain the effect of the Quantum Teaching method in creating a new atmosphere to reduce student learning tension at SMPN 1 Jogoroto and to explain the inhibiting factors in the implementation of the Quantum Teaching method in creating a new atmosphere to reduce student learning tension at SMPN 1 Jogoroto. This research is quantitative. The data source for this study was a questionnaire. The results showed that the application of the Quantum Teaching method had a positive and significant effect on the learning tension of eighth-grade students at SMP Negeri 1 Jogoroto. The inhibiting factors in the application of the Quantum Teaching method in reducing student learning tension came from the teachers, students, facilities, and the school environment. Therefore, collaborative efforts between teachers and the school are needed to minimize these obstacles so that the implementation of Quantum Teaching can run optimally.

Keywords: Quantum Teaching; Learning Tension; Learning Atmosphere

Abstrak

Penerapan Quantum Teaching dapat dilakukan dengan belajar menggunakan alat musik, belajar dengan syair, maupun belajar dari lingkungan sekitar. Quantum Teaching dapat menyusun bahan pengajaran yang sesuai, yang dapat melibatkan keaktifan peserta didik. Penelitian ini bertujuan menjelaskan pengaruh Penerapan Metode Quantum Teaching Dalam Menciptakan Suasana Baru Untuk Mengurangi Ketegangan Belajar Siswa di SMPN 1 Jogoroto dan menjelaskan faktor penghambat Penerapan Metode Quantum Teaching Dalam Menciptakan Suasana Baru Untuk Mengurangi Ketegangan Belajar Siswa Di SMPN 1 Jogoroto. Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif. Sumber data penelitian ini, yaitu kuisioner. Hasil penelitian Penerapan Metode Quantum Teaching berpengaruh positif dan signifikan terhadap Ketegangan Belajar Siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Jogoroto dan Faktor penghambat penerapan metode Quantum Teaching dalam mengurangi ketegangan belajar siswa berasal dari aspek guru, siswa, sarana prasarana, serta lingkungan sekolah. Oleh karena itu, diperlukan upaya kolaboratif antara guru dan pihak sekolah untuk meminimalkan hambatan tersebut agar penerapan Quantum Teaching dapat berjalan secara optimal.

Kata Kunci: Quantum Teaching; Ketegangan Belajar; Suasana Belajar

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu proses pendewasaan, sehingga orang menjadi lebih matang dalam bersikap dan bertindak, dan melalui pengajaran dan pelatihan, proses proses pendewasaan seseorang dapat dilakukan. Dan demikian dapat disimpulkan bahwa pendidikan dapat dipahami sebagai proses, cara, dan perbuatan yang mendidik, sehingga bisa menjadikan peserta didik menjadi lebih dewasa, berbudi luhur dalam kehidupannya sebagai filsafah kehidupannya (Ruminiati, 2016).

Pendidikan sangat penting dalam suatu kehidupan, karena dengan adanya suatu pendidikan kita dapat terarah dan juga memiliki pengetahuan yang luas dalam kehidupan. Tanpa adanya sebuah pendidikan maka manusia tidak dapat memiliki sebuah pengetahuan dalam dirinya seperti bagaimana dalam beretika, bergaul, dan mendapat pengetahuan tentang sebuah ilmu untuk dapat diterapkan dalam kehidupannya (Muhinnin, 2020).

Belajar dan mengajar merupakan salah satu tugas yang harus dilaksanakan oleh guru di sekolah. Dalam hal ini berupa memberi pelayanan kepada para peserta didik agar mereka menjadi siswa atau anak didik yang selaras dengan tujuan sekolah itu. Melalui bidang pendidikan, guru mempengaruhi berbagai aspek kehidupan, baik sosial, budaya, maupun ekonomi. Dalam seluruh proses pendidikan, guru merupakan faktor utama yang bertugas sebagai pendidik. Guru juga memegang berbagai jenis peranan yang mau tidak mau, harus dilaksanakannya sebagai seorang guru (Silberman, 2020).

Dalam konteks belajar, guru memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan dan kemajuan anak didiknya. Di sini, guru dituntut untuk dapat menjalankan tugas dengan sebaik-baiknya. Untuk dapat mencapai tujuan pengajaran yang diharapkan, guru harus pandai memilih metode yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan anak didik. Hal ini agar peserta didik merasa senang dalam belajar (DePorter et al., 2021).

Penggunaan suatu metode dalam belajar merupakan cara yang ditempuh guru untuk menciptakan proses pembelajaran yang menyenangkan dalam rangka peningkatan hasil pembelajaran. Metode pembelajaran tersebut harus tepat untuk meningkatkan kreativitas siswa (Sanaky, 2019). Salah satu metode belajar tersebut adalah Quantum Teaching yang berarti metode perubahan bermacam-macam interaksi yang ada di dalam dan sekitar momen belajar. Interaksi- interaksi ini mencakup unsur-unsur untuk belajar efektif yang mempengaruhi kesuksesan peserta didik (Mariun et al., 2024).

Quantum Teaching berasal dari dua kata yaitu "Quantum" yang berarti interaksi dan "Teaching" yang berarti mengajar. Penerapan metode Quantum Teaching ini dapat menjadi salah satu opsi untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan kualitas hasil belajar yang dilakukan pengajar dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya sebagai pendidik (Iranda & Rahmawati, 2023). Karena itu, di dalam metode Quantum Teaching terdapat proses kerangka rancangan yang dikenal dengan singkatan TANDUR (Tumbuhkan, Alami, Namai, Demonstrasikan, Ulangi, dan Rayakan) (Nst et al., 2023). Dengan demikian Quantum Teaching adalah orkestrasi bermacam-macam interaksi yang ada di dalam dan di sekitar momen belajar. Interaksi-interaksi ini mencakup unsur-unsur belajar yang efektif yang dapat mempengaruhi kesuksesan siswa yaitu mengubah bermacam-macam interaksi yang ada di dalam dan di sekitar momen belajar dan pengubahan belajar yang meriah, dengan segala nuansanya. Dengan demikian terjadi proses belajar secara efektif dan alamiah dengan sengaja (Khoirunnisa, 2023).

Penerapan Quantum Teaching dapat dilakukan dengan belajar menggunakan alat musik, belajar dengan syair, maupun belajar dari lingkungan sekitar. Quantum Teaching dapat menyusun bahan pengajaran yang sesuai, yang dapat melibatkan keaktifan peserta didik. Pembelajaran yang diharapkan adalah pembelajaran yang aktif, dimana peserta didik berperan aktif pada saat pembelajaran berlangsung (Soraya, 2022). Quantum Teaching secara konsep belajar juga didukung dengan tidak harus belajar di dalam kelas, namun di manapun tempatnya dan bagaimanapun formasinya, asalkan itu menyenangkan dan tidak membosankan (Nursalam et al., 2021).

Kondisi belajar yang optimal dapat tercapai jika guru mampu mengatur siswa dan sarana pengajaran serta mengendalikannya dalam suasana yang menyenangkan untuk mencapai tujuan pengajaran. Dalam hal ini Quantum Teaching menawarkan suatu sintesis dari hal-hal yang dicari, atau cara-cara baru untuk memaksimalkan dampak usaha pengajaran yang dilakukan guru melalui perkembangan hubungan, pengubahan belajar, dan penyampaian kurikulum (Harahap et al., 2025).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh penerapan metode Quantum Teaching dalam menciptakan suasana baru untuk mengurangi ketegangan belajar siswa di SMPN 1 Jogoroto, serta untuk mengidentifikasi faktor-faktor penghambat penerapan metode Quantum Teaching dalam mengurangi ketegangan belajar siswa di SMPN 1 Jogoroto.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan asosiatif. Adapun penelitian asosiatif merupakan alat untuk meneliti pengaruh atau hubungan antara dua variabel atau lebih yang dapat membangun suatu teori yang berfungsi untuk menjelaskan, meramalkan dan mengontrol suatu gejala yang membuat penelitian asosiatif mempunyai tingkatan tertinggi dibandingkan dengan deskriptif dan komparatif (Arif Rachman, Yochanan, Andi Ilham Samanlangi, 2024). Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian bertujuan mengukur pengaruh variabel independen (Penerapan Metode Quantum Teaching) terhadap variabel dependen (Ketegangan Belajar Siswa) secara numerik dan dapat diuji secara statistik (Sugiono, 2024). Desain survei memungkinkan pengumpulan data dari sejumlah responden dalam satu waktu melalui instrumen kuesioner yang terstandar (Subhaktiyasa, 2024).

Dalam penelitian ini populasi yang diambil adalah siswa SMP Negeri 1 Jogoroto. Adapun sampel penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 1 Jogoroto kelas 8A sebanyak 32 siswa. Sampel dipilih menggunakan teknik simple random sampling, yaitu pengambilan sampel secara acak tanpa mempertimbangkan strata dalam populasi (Sugiono, 2024). Teknik ini dipilih karena karakteristik populasi yang homogen dari segi jenjang kelas. Pengambilan data dilakukan pada semester genap tahun ajaran 2024/2025.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang terdiri dari 6 butir pernyataan untuk variabel Penerapan Metode Quantum Teaching (X) dan 5 butir pernyataan untuk variabel Ketegangan Belajar Siswa (Y). Instrumen menggunakan skala Likert 5 poin (1 = Sangat Tidak Setuju hingga 5 = Sangat Setuju). Sebelum penggunaan, instrumen diuji validitas menggunakan Corrected Item-Total Correlation dengan kriteria $r > 0,30$, dan reliabilitas menggunakan Cronbach Alpha dengan kriteria $\alpha > 0,60$ (Sugiono, 2024).

Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 26 melalui tahapan: (1) uji validitas instrumen; (2) uji reliabilitas instrumen; (3) analisis deskriptif untuk menggambarkan distribusi jawaban responden; dan (4) uji t (parsial) untuk menguji hipotesis pengaruh variabel X terhadap variabel Y dengan kriteria pengambilan keputusan jika nilai $\text{sig.} < 0,05$ atau $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$, maka terdapat pengaruh yang signifikan (Fiantika, Wasil M, Jumiyati, Honesti, Wahyuni, Jonata, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan analisis statistik deskriptif terhadap variabel Penerapan Metode Quantum Teaching (X), dan Variabel Ketegangan Belajar Siswa (Y) menunjukkan distribusi jawaban yang bervariasi, dengan rata-rata tiap butir berkisar antara 3,47 hingga 3,88 (skala 1–5), menunjukkan bahwa responden cenderung memberikan respons pada kisaran nilai sedang hingga tinggi. Hal ini mengindikasikan adanya ketegangan belajar pada siswa yang dapat diintervensi melalui penerapan metode Quantum Teaching. diperoleh nilai rata-rata setiap butir instrumen seperti disajikan pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Validasi

Variabel	Item	r-Hitung	r-Tabel	Keterangan
Metode Quantum Teaching (X)	1	0.690	0,349	valid
	2	0.666	0,349	valid
	3	0.812	0,349	valid
	4	0.781	0,349	valid
	5	0.687	0,349	valid
	6	0.812	0,349	valid
Ketegangan Belajar Siswa (Y)	1	0.875	0,349	valid
	2	0.865	0,349	valid
	3	0.364	0,349	valid
	4	0.702	0,349	valid
	5	0.886	0,349	valid

Lalu setelah uji reabilitas dilakukan, hasil uji ini menunjukkan bahwa semua variabel mempunyai koefisien Alpha yang cukup besar yaitu diatas 0,6 sehingga dapat dikatakan semua konsep pengukur masing-masing variabel dari kuesioner adalah reliabel sehingga selanjutnya item-item pada masing-masing konsep variabel tersebut layak digunakan sebagai alat ukur.

Tabel 2. Uji Reabilitas

Variabel	Alpha	Koefisien α	Keterangan
Penerapan Metode Quantum Teaching (X)	0.796	0,6	Reliabel

Ketegangan Belajar Siswa (Y)	0.806	0,6	Reliabel
------------------------------	-------	-----	----------

Pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linier sederhana. Hasil analisis disajikan pada Tabel 2 dan Tabel 3 berikut:

Tabel 3. Uji Hipotesis

Model	R	R Square	Std. Error of the Estimate
1	.917	.840	1,312

Tabel 4. Hasil Uji Anova

Model	Sum of Squares	df	F	Sig.
Regression	271,304	1	157,537	.000
Residual	51,665	30		
Total	322,969	31		

Hasil analisis regresi menunjukkan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,840, yang berarti bahwa 84,0% variasi ketegangan belajar siswa dapat dijelaskan oleh variabel penerapan metode Quantum Teaching. Nilai F hitung sebesar 157,537 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,001$) membuktikan bahwa model regresi signifikan secara statistik.

Persamaan regresi yang diperoleh adalah $Y = 3,372 + 0,704X$, dengan koefisien regresi (B) sebesar 0,704 dan nilai $t = 12,551$ ($p < 0,001$). Koefisien ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan penerapan metode Quantum Teaching akan diikuti oleh peningkatan 0,704 satuan pada pengurangan ketegangan belajar siswa. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa metode Quantum Teaching berpengaruh positif dan signifikan terhadap pengurangan ketegangan belajar siswa terbukti diterima.

PEMBAHASAN

Temuan ini mendukung gagasan DePorter et al. (2021) bahwa Quantum Teaching, melalui kerangka TANDUR, mampu menciptakan suasana belajar yang meriah dan kondusif sehingga mampu mereduksi ketegangan psikologis peserta didik. Suasana belajar yang menyenangkan terbukti meningkatkan motivasi intrinsik, mengurangi kecemasan, dan mendorong partisipasi aktif peserta didik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi Naimnule et al. (2024) yang membuktikan peningkatan keterampilan berbicara melalui Quantum Teaching, serta penelitian Sopandi et al. (2021) yang menunjukkan peningkatan hasil belajar matematika. Hal ini mengindikasikan bahwa efektivitas Quantum Teaching tidak hanya terbatas pada peningkatan hasil belajar kognitif, tetapi juga berdampak pada dimensi afektif termasuk pengurangan ketegangan belajar.

Mekanisme yang menjelaskan pengaruh ini dapat dikaitkan dengan teori belajar behaviorisme. Quantum Teaching menyediakan stimulus positif yang secara konsisten diberikan selama proses pembelajaran, sehingga membangun asosiasi antara aktivitas belajar dengan perasaan senang dan nyaman. Prinsip "Rayakan" dalam TANDUR, misalnya, memberikan penguatan positif (positive reinforcement) yang mendorong peserta didik untuk terus terlibat aktif tanpa rasa takut.

Terkait faktor penghambat, hasil penelitian mengidentifikasi empat aspek utama: (1) faktor guru, meliputi keterbatasan kompetensi pedagogik dan kesiapan dalam menerapkan metode inovatif; (2) faktor siswa, meliputi perbedaan gaya belajar dan tingkat motivasi; (3) faktor sarana prasarana, meliputi keterbatasan media pembelajaran dan kelengkapan fasilitas kelas; serta (4) faktor lingkungan sekolah, meliputi budaya dan iklim sekolah yang belum sepenuhnya mendukung pembelajaran inovatif.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa penerapan metode Quantum Teaching berpengaruh positif dan signifikan terhadap pengurangan ketegangan belajar siswa kelas VIII di SMPN 1 Jogoroto ($\text{sig.} = 0,000$; $\beta = 0,917$; $R^2 = 0,840$). Hal ini menunjukkan bahwa Quantum Teaching mampu menciptakan suasana belajar yang baru, menyenangkan, dan kondusif secara psikologis, sehingga efektif mengurangi berbagai manifestasi ketegangan belajar siswa.

Faktor penghambat implementasi Quantum Teaching meliputi keterbatasan kompetensi guru, keberagaman karakteristik psikologis siswa, keterbatasan sarana prasarana dan waktu, serta budaya belajar konvensional. Diperlukan upaya kolaboratif antara guru, sekolah, dan pemangku kebijakan untuk mengatasi hambatan-hambatan tersebut.

Kontribusi penelitian ini terhadap ilmu pengetahuan adalah memperkuat argumen teoretis bahwa dimensi afektif pembelajaran, khususnya suasana belajar yang positif, merupakan variabel mediasi penting antara metode pembelajaran dan hasil belajar siswa. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji pengaruh Quantum Teaching terhadap

variabel-variabel lain seperti motivasi belajar, kepercayaan diri, dan prestasi akademik dengan melibatkan sampel dan konteks yang lebih beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Arif Rachman, Yochanan, Andi Ilham Samanlangi, H. P. (2024). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D. In CV Saba Jaya Publishr (1st ed.). CV Saba Jaya Publisher.
- DePorter, B., Reardon, M., & Singer-Nourie, S. (2021). Quantum Teaching: Orkestrasi Berbagai-Beragam Interaksi untuk Mencapai Hasil Belajar Maksimal. Kaifa.
- Fiantika, Wasil M, Jumiati, Honesti, Wahyuni, Jonata, E. a. (2022). Metodologi Penelitian Kualitatif. In Metodologi Penelitian Kualitatif. In Rake Sarasin (Issue Maret).
- Harahap, R., Lubis, R., Nurhidaya, N., & Meliza. (2025). Efektivitas Model Pembelajaran Quantum Teaching Terhadap Hasil Belajar Siswa Di Man Tapanuli Selatan. *Journal of Integrated Chemistry Education*, 1(2), 36–41. <https://jurnal-kimia.iptapsel.ac.id/index.php/joice/article/view/58>
- Iranda, A. D., & Rahmawati, D. (2023). *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*. Pendidikan Akuntansi Indonesia, 21(1), 19–40. <https://doi.org/10.21831/jpai.v21i2.62293>
- Khoirunnisa, N. (2023). Peran Pembelajaran Quantum Learning dalam Meningkatkan Motivasi. *Jurnal Inovasi, Evaluasi, Dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 3, 22–28. <https://doi.org/10.54371/jiepp.v3i1.243>
- Mariun, Quddus, A., & Emawati. (2024). Analisis Penerapan Model Quantum Learning dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam pada SMPN 1 Janapria dan SMPN 4 Janapria. *Jurnal Ilmu Pendidikan Modern*, 8(4), 25. <https://journal.fexaria.com/j/index.php/jipm/article/view/3/3>
- Muhinnin. (2020). Peran Guru dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan. Prenadamedia Group.
- Naimnule, L., Halek, E. F., & Naimnule, M. (2024). Efektivitas Model Pembelajaran Quantum Teaching terhadap Prestasi dan Minat Belajar Siswa. *Journal Of Social Science*, 4, 16737–16745. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i3.12585>
- Nst, M. M., Apriliani, A., & Kalsum, U. (2023). METODE PEMBELAJARAN QUANTUM LEARNING UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA MI. PEMA: *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 11–14. <https://doi.org/10.56832/pema.v2i1.208>
- Nursalam, M., Fitriana, E., & Jasmawati. (2021). Efektifitas Model Quantum Teaching Terhadap Pembelajaran Matematika Siswa di Sekolah Dasar Muhammad. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3(2), 524–532. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i2.724>
- Ruminiati. (2016). Pendidikan sebagai Proses Pendewasaan. Pustaka Belajar.
- Sanaky, H. A. H. (2019). Strategi Pembelajaran Aktif. Kurnia Kalam Semesta.
- Silberman, M. (2020). Active Learning: 101 Strategi Pembelajaran Aktif. Pustaka Insan Madani.
- Sopandi, I., Tafsir, A., & Hanafiah. (2021). Implementasi Quantum Teaching Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(02), 257–269.

<https://doi.org/10.59141/japendi.v2i02.93>

Soraya, S. (2022). Efektifitas Quantum Learning Dalam Peningkatan. *Jurnal Pendidikan Islam*, 5(25), 76–95. <https://doi.org/10.34005/tahdzib.v5i1.1967>

Subhaktiyasa, P. G. (2024). Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(4), 2721–2731.

Sugiono. (2024). *Metode Penelitian Kuantitati Kualitatif dan R&D* (sutopo (ed.); 6th ed.). Alfabeta.