

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data terkait *mindful learning* sebagai strategi untuk meningkatkan efektivitas hasil belajar siswa dengan genta berkesadaran, dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil penelitian menunjukkan pengaruh yang positif dan signifikan antara penerapan *mindful learning* dengan genta berkesadaran terhadap hasil belajar siswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik pelaksanaan strategi pembelajaran berbasis kesadaran penuh tersebut, maka semakin tinggi pula hasil belajar yang dicapai oleh siswa, baik dari segi pemahaman materi, fokus maupun terlibatan emosional dan spiritual dalam proses pembelajaran.
2. Berdasarkan hasil analisis regresi menunjukkan bahwa *mindful learning* dengan genta berkesadaran memberikan dampak yang cukup besar terhadap hasil belajar siswa khususnya di SMB Dharma Gaya Kota Metro. Dampak tersebut dapat dilihat dari perubahan siswa selama kegiatan pembelajaran berlangsung dari aspek kognitif, afektif maupun psikomotorik siswa.

B. Implikasi

Hasil penelitian ini memberikan beberapa implikasi penting, baik secara teoritis maupun praktis, terkait dengan penerapan *mindful learning* dengan genta berkesadaran dan peningkatan hasil belajar siswa di lingkungan Sekolah Minggu Buddha, khususnya di SMB Dharma Gaya Kota Metro.

1. Hasil penelitian ini mengandung implikasi bahwa *mindful learning* dengan genta berkesadaran dapat menjadi pendekatan pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Pendekatan ini tidak hanya membantu siswa dalam

meningkatkan fokus dan perhatian selama proses belajar, tetapi juga menumbuhkan kesadaran diri, pengelolaan emosi, dan keterlibatan aktif secara mental maupun spiritual. Penggunaan genta berkesadaran sebagai media dalam pembelajaran memberikan stimulus auditif yang mengarahkan siswa untuk kembali pada momen kini, sehingga meminimalkan distraksi dan meningkatkan kualitas belajar.

2. Hasil penelitian ini memberi dampak bagi guru, khususnya di SMB, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pentingnya penerapan pendekatan *mindful learning* dengan media genta berkesadaran sebagai strategi untuk menciptakan suasana belajar yang tenang, fokus, dan bermakna. Bagi siswa, pendekatan ini berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran diri, pengendalian emosi, serta hasil belajar baik secara kognitif maupun afektif. Selain itu, bagi institusi pendidikan, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar dalam merancang program pembelajaran yang lebih holistik, yang tidak hanya menekankan aspek akademik, tetapi juga pengembangan mental dan spiritual siswa.

Berdasarkan implikasi di atas, dalam melakukan penelitian ini juga terdapat kelemahan. Kelemahan ini terkait dengan proses pengumpulan data melalui kuesioner dengan bantuan *google form*, dimana tanggapan responden tidak selalu mencerminkan pendapat yang sebenarnya dan karena peneliti tidak dapat mengontrol kecepatan responden dalam memberikan jawaban sehingga peneliti membutuhkan waktu yang cukup lama untuk menunggu responden mengisi kuesioner.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat saran yang dapat dipertimbangkan untuk pengembangan penelitian selanjutnya. Dimana penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperluas objek penelitian tidak hanya pada satu Sekolah Minggu Buddha (SMB), tetapi juga pada SMB lainnya atau lembaga pendidikan formal, agar hasil penelitian menjadi lebih general dan dapat dibandingkan di berbagai konteks pembelajaran.

Penambahan variabel lain, seperti pengaruh lingkungan keluarga atau dukungan teman sebaya, juga penting untuk memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai faktor-faktor eksternal yang turut menentukan keberhasilan penerapan *mindful learning* terhadap hasil belajar siswa.

Selain itu, disarankan bagi peneliti berikutnya untuk menggunakan metode penelitian kualitatif atau campuran (*mixed methods*), sehingga tidak hanya memperoleh data kuantitatif tentang pengaruh *mindful learning*, tetapi juga dapat mendalami pengalaman subjektif siswa dan guru dalam menerapkan *mindful learning* dengan media genta berkesadaran. Pendekatan ini akan memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang kelebihan, kendala, dan potensi pengembangan *mindful learning* dalam mendukung perubahan sikap dan perilaku siswa.