

Pengaruh Sikap Belajar, Pengelolaan Kelas dan Model Pembelajaran Meaningfull Instructional Design Terhadap Gemar Belajar dari 7 (Tujuh) Kebiasaan Anak Indonesia Hebat pada Kelas XI B SMA Negeri 10 Tana Toraja

Sertika Arruan Gayang¹ Syarifuddin² Muhammad Fahreza W³

Program Studi Magister Pendidikan Ekonomi, Fakultas Pascasarjana, Universitas Patempo

Makassar, Sulawesi Selatan Indonesia^{1,2,3}

Email: fps@unpatempo.ac.id

Abstract

This study aims to: 1). To determine and analyze the influence of learning attitudes on the love of learning based on 7 (Seven) Habits of Great Indonesian Children in Grade XI B of SMA Negeri 10 Tana Toraja. 2). To determine and analyze the influence of classroom management on the love of learning based on 7 (Seven) Habits of Great Indonesian Children in Grade XI B of SMA Negeri 10 Tana Toraja. 3). To determine and analyze the influence of the Meaningful Instructional Design Learning Model on the Love of Learning based on 7 (Seven) Habits of Great Indonesian Children in Grade XI B of SMA Negeri 10 Tana Toraja. 4). To determine and analyze the influence of learning attitudes, class management and the Meaningful Instructional Design learning model simultaneously on the love of learning from the 7 (seven) habits of great Indonesian children in class XI B of SMA Negeri 10 Tana Toraja. This research approach uses quantitative research. The study was conducted on 40 students of class XI B of SMA Negeri 10 Tana Toraja. The population in this study was 40 students studying Economics. The sampling technique used was Saturated Sampling, meaning the population is equal to the sample, so the sample size was 40 students. The data collection technique used a questionnaire and the data analysis technique used multiple regression techniques and t-test and F-test analysis using SPSS 26. The results of this study are: 1). Learning Attitude has a positive and significant effect on the variable Love of Learning. 2). Class Management (X2) has a positive and significant effect on the variable Love of Learning. 3). The Meaningful Instructional Design Learning Model (X3) has a positive and significant effect on the variable Love of Learning and 4). The sig. value of the F test is 0.000 at a significance level of 0.05. This value is less than 0.05, indicating that all independent variables, namely Learning Attitude (X1), Class Management (X2), and the Meaningful Instructional Design Learning Model (X3), jointly influence Love of Learning (Y) in class XI B students of SMA Negeri 10 Tana Toraja.

Keywords: Learning Attitude, Class Management, and Meaningful Instructional Design Learning Model on Love of Learning



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

INTRODUCTION

Momentum Bonus Demografi 2035 dan visi Indonesia Emas 2045 menjadi tantangan sekaligus peluang besar bagi sistem pendidikan di Indonesia. Pada periode tersebut, jumlah penduduk usia produktif (15–64 tahun) diprediksi mencapai puncaknya, memberikan peluang ekonomi yang signifikan bagi Indonesia jika mampu mempersiapkan tenaga kerja yang kompeten, kreatif, dan adaptif. Di sinilah peran pendidikan menjadi sangat strategis untuk memastikan peserta didik tidak hanya siap secara teknis, tetapi juga memiliki soft skills, karakter, dan kemampuan berpikir kritis yang menjadi kunci untuk memaksimalkan potensi demografi tersebut menuju visi Indonesia Emas 2045. Pemerintah Republik Indonesia memiliki visi mewujudkan Bersama Indonesia Maju Menuju Indonesia Emas 2045 dan delapan misi yang disebut Asta Cita. Untuk mendukung terwujudnya

visi tersebut, Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah mengemban tugas untuk mempersiapkan sumber daya manusia (SDM) unggul yang selaras dengan misi Asta Cita keempat yakni memperkuat pembangunan sumber daya manusia, sains, teknologi, pendidikan, kesehatan, prestasi olahraga, kesetaraan gender, serta penguatan peran perempuan, pemuda, dan penyandang disabilitas. SDM unggul tersebut harus mempunyai delapan karakter utama bangsa yakni: religius, bermoral, sehat, cerdas dan kreatif, kerja keras, disiplin dan tertib, mandiri, serta bermanfaat. Delapan karakter utama bangsa ini dapat tercapai melalui pembiasaan yang harus dilakukan oleh anak setiap hari sehingga membudaya dan terinternalisasi pada diri anak menjadi karakter. Pembiasaan yang harus dilakukan oleh anak setiap hari disebut dengan tujuh kebiasaan anak Indonesia hebat, yakni bangun pagi, beribadah, berolahraga, makan sehat dan bergizi, gemar belajar, bermasyarakat, dan tidur cepat. Tujuh kebiasaan ini diharapkan dapat terlaksana setiap hari, berkelanjutan, hingga menjadi budaya, dan terinternalisasi menjadi karakter.

Untuk mendapatkan sikap belajar yang baik dari siswa melalui pembelajaran berkesadaran (*mindfulness*), bermakna (*meaningful*), dan menggembirakan (*joyful*) karena sikap belajar akan menubuhkan motivasi dalam pembelajaran. Sikap adalah Kondisi kesiapan mental emosional untuk melakukan suatu tindakan tertentu bila suatu situasi dihadapi. Sikap menunjukkan kepada kondisi seseorang agar siap melakukan sesuatu, bukan suatu perilaku yang nyata. Setiap orang memiliki sikap yang berbeda-beda terhadap suatu perangsang. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yang ada pada diri individu masing-masing seperti adanya perbedaan dalam bakat, minat, pengalaman, pengetahuan, intensitas, perasaan, dan juga situasi lingkungan. Berbagai pengertian diungkapkan oleh banyak ahli untuk menjelaskan arti sikap, Azwar dalam Arvi Riwayudin 2015 mengutip beberapa rumusan karakter sikap yang meliputi (1) sikap memiliki arah, baik arah positif maupun negatif, (2) sikap mempunyai intensitas atau kekuatan terhadap objek, (3) keluasan sikap meliputi cakupan objek-objek sikap yang disetujui atau tidak disetujui, (4) sikap memiliki konsistensi yaitu kesesuaian antara sikap dengan responnya terhadap objek, (5) spontanitas yaitu sejauh mana kesiapan subjek menyatakan sikapnya terhadap objek dengan spontan. Selain model pembelajaran. Untuk meneumbuhkan sikap belajar positif tentu dibutuhkan kreatifitas guru seperti kreatifitas dalam mengelolah kelas.

Guru harus ahli dan mampu memimpin kelas. Menciptakan dan memelihara kondisi pembelajaran yang optimal untuk mencapai tujuan pendidikan. Menurut Amatembun dalam Muh. Fahad Rusdi (2024), "Pengelolaan kelas adalah usaha guru untuk menciptakan, memelihara dan mengembangkan keinginan belajar guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan". Menurut Usman, dalam Muh. Fahad Rusdi (2024) efektif manajemen kelas merupakan prasyarat mutlak untuk pengajaran yang efektif. Manajemen kelas didefinisikan sebagai: a) Alat kegiatan bagi guru untuk mengembangkan perilaku yang diinginkan Mengurangi jumlah siswa dan mengurangi perilaku mereka tidak diinginkan. b) Serangkaian kegiatan guru untuk membina hubungan interpersonal yang baik dan lingkungan kelas sosio-emosional yang positif. c) Serangkaian kegiatan guru untuk meningkatkan dan memelihara organisasi kelas yang efektif. Pengelolaan kelas, jika diterjemahkan secara sederhana, adalah proses pengorganisasian atau pengelolaan ruang-ruang tempat berlangsungnya kegiatan belajar mengajar. Untuk lebih jelasnya, pengertian manajemen kelas yang dikemukakan oleh Usman adalah: "Manajemen kelas adalah kemampuan guru dalam menciptakan, memelihara, dan memulihkan kondisi pembelajaran yang optimal ketika terjadi gangguan dalam proses belajar mengajar. Dalam menciptakan pengelolaan kelas yang membuat siswa termotivasi dalam belajar harus didukung oleh kreatifitas guru dalam mengelolah pembelajaran seperti penggunaan model pembelajaran.

Menurut Ibrahim (2017) Model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar peserta didik untuk mencapai tujuan belajar tertentu dan berfungsi sebagai pedoman bagi perancang pembelajaran dan guru dalam merencanakan dan melaksanakan aktivitas belajar mengajar. Menurut Antone seregar 2016 Tujuan dari model pembelajaran itu sendiri yaitu untuk meningkatkan kemampuan peserta didik dalam proses pembelajaran. Dian Permatasari (2020) Model pembelajaran dapat dijadikan sebagai pola pilihan, yang dimana guru dapat memilih model pembelajaran yang sesuai agar tujuan dari pembelajaran tersebut tercapai. Oleh karena itu perlu adanya model pembelajaran yang mampu mengubah peserta didik untuk tampil percaya diri dalam menyampaikan pendapat mereka. Proses pembelajaran yang berlangsung dalam bentuk belajar mengajar melibatkan dua pihak antara guru dan peserta didik yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik. Selain itu Peran guru sebagai fasilitator memberikan kemudahan kepada peserta didik dalam belajar memahami konsep materi pembelajaran sesuai dengan tuntutan kurikulum. Dari sikap belajar, pengelolaan kelas dan penggunaan modl pembelajaran yang kreatif dari guru diharapkan menumbuhkan sikap belajar siswa yang gemar dalam belajar.

Gemar belajar adalah kebiasaan atau sikap seseorang untuk terus menambah pengetahuan, keterampilan, atau wawasan baru dengan rasa senang, antusias, dan berkeinginan kuat. Kebiasaan gemar belajar penting karena membantu perkembangan murid untuk mencapai kesuksesan. Murid dapat memperluas wawasan, meningkatkan keterampilan, berfikir kritis, dan lebih siap menghadapi tantangan (Kementrian Pendidikan Dasar dan Menengah 2025). Dari hasil observasi peneliti, peneliti menemukan motivasi, minat dan sikap belajar siswa yang bisa dikatakan sebagai kegemaran dalam belajar siswa masih rendah terutama pada siswa kelas XI pada SMA Negeri 10 Tana Toraja yang beralamat di Jl. Poros Bittuang Mamasa desa/kelurahan Lembang Belau kecamatan Masanda kabupaten Tana Toraja, ini terlihat dari penggunaan jam-jam kosong atau jam belajar yang kebetulan gurunya tidak hadir di kelas karena berhalangan tidak digunakan oleh siswa dengan kesadaran sendiri untuk belajar. Kelas yang kosong kelihatan ribut, tidak terkontrol dan siswanya keluar masuk kelas tanpa tujuan hal ini membuktikan bahwa kegemaran belajar siswa masih rendah dan perlu ditingkatkan. Padahal seharusnya siswa ketika memiliki kegemaran dalam belajar maka tanpa guru atau pada jam- jam kosong dapat digunakan untuk literasi, mengerjakan soal- soal atau tugas- tugas guru yang telah diberikan.

RESEARCH METHODS

Pendekatan penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif Penelitian dilakukan pada siswa Kelas XI B SMA Negeri 10 Tana Toraja dengan Populasi dalam penelitian ini adalah. kelas XI B yang belajar mata pelajaran Ekonomi jumlahnya 40. Tehnik sampling yang digunakan adalah Samling Jenuh yang artinya jumlah populasi sama dengan sampel sehingga jumlah sampel adalah 40 Orang siswa. tehnik pengumpulan data menggunakan kusioner dan tehnik analisis data menggunakan tehnik Regreasi berganda dan analisis uji-t dan Uji F menggunakan SPSS 26.

RESEARCH RESULTS AND DISCUSSION

Pengaruh Sikap Belajar (X1) Terhadap Gemar Belajar Siswa Kelas XI B SMA Negeri 10 Tana Toraja

Hasil penelitian sejalan dengan Nasution (dalam Djaali 2013: 110) menyatakan bahwa sikap belajar adalah “perasaan senang atau tidak senang, setuju atau tidak setuju, perasaan suka atau tidak suka terhadap guru, tujuan, materi dan tugas- tugas serta lainnya”. Sikap belajar

siswa yang ditunjukkan sesuai dengan perasaan senang atau tidak terhadap sesuatu yang bisa mendorong kearah yang lebih baik terkait dengan nilai atau hasil belajar siswa Sikap belajar memiliki hubungan erat dengan interaksi sosial baik sesama individu atau suatu kelompok dan lingkungan sekitar agar dapat bersikap baik ketika proses belajar. Menurut Brown dan Holtzman yang dikutip oleh Nyonya Khodijah 2014 dalam bukunya menjelaskan bahwa sikap belajar dapat dikembangkan melalui dua komponen, yaitu Teacher Approval (pandangan siswa terhadap guru, tingkah laku siswa di dalam kelas, dan cara mengajar guru) dan Education Acceptance (penerimaan dan penolakan siswa terhadap tujuan yang akan dicapai dan materi yang disampaikan, praktik, tugas, dan persyaratan yang ditetapkan di sekolah). Sikap belajar dapat menentukan aktivitas belajar siswa di dalam kelas dengan dipengaruhi beberapa faktor untuk mencapai keberhasilan belajar.

Adapun faktor yang dapat mempengaruhi sikap belajar yaitu: Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri siswa, tidak semua orang dapat menerima stimulus dari luar berdasarkan persepsi dirinya sehingga faktor internal ini timbul dari diri sendiri. Siswa akan memilih stimulus yang menurutnya itu baik. Oleh karena itu menurut Purwanto, yang memegang faktor penting dalam sikap ialah faktor perasaan atau emosi. Aspek psikologi juga menjadi pengaruh bagi sikap belajar seperti intelegensi, perhatian, minat, bakat, motivasi, dan kesiapan. Kondisi psikologi, pola interaksi yang terjadi serta fisik kebendaan juga menjadi faktor internal dalam sikap belajar. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa, adapun faktor eksternal dalam menentukan dan mengembangkan sikap belajar diantaranya yaitu lingkungan (keluarga, sekolah, dan masyarakat), sosial, budaya, pola kehidupan beragama dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Lingkungan keluarga yang menjadi lingkungan pertama belajar bagi siswa sejak lahir akan menjadi pengaruh besar terhadap sikap belajar siswa terutama cara didik dan pola asuh yang dicontohkan orang tua kepada anak, lingkungan sekolah yang menjadi tempat siswa belajar secara formal berinteraksi dengan guru dan teman sebaya dengan mengaitkan stimulus yang diberikan oleh guru maka sikap belajar siswa akan berkembang secara bertahap, dan lingkungan masyarakat yang menjadi lingkungan sosial siswa berinteraksi umum dengan berbagai kalangan sehingga akan banyak hal baru yang didapat siswa dengan begitu lingkungan masyarakat dapat mempengaruhi sikap belajar.

Pengaruh Pengelolaan Kelas (X2) Terhadap Gemar Belajar Siswa Kelas XI B SMA Negeri 10 Tana Toraja

Pengajaran adalah proses menyampaikan atau menanamkan pengetahuan dan keterampilan sebagai proses menyampaikan atau menanamkan ilmu pengetahuan, maka pengajaran memiliki tujuan yang utama yaitu penguasaan materi pelajaran. Keberhasilan suatu proses pengajaran diukur dari sejauh mana siswa dapat menguasai materi pelajaran yang disampaikan guru. Materi pelajaran itu sendiri adalah pengetahuan yang bersumber dari mata pelajaran yang diberikan disekolah. Sedangkan mata pelajaran itu sendiri adalah pengalaman-pengalaman manusia masa lalu yang disusun secara sistematis dan logis kemudian diuraikan dalam buku-buku pelajaran dan selanjutnya isi buku itu yang harus dikuasai siswa. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan strategi guru dalam pengelolaan kelas di dilihat dari sebagian besar guru di sekolah tersebut sebelum memulai proses pembelajaran guru menerapkan kebiasaan dan menggunakan metode ceramah dalam proses pembelajaran. Kemudian guru juga menggunakan strategi kolaboratif ketika pembelajaran berlangsung tujuannya untuk melatih kekompakkan siswa. Guru juga mengadakan kegiatan ekstrakurikuler dalam upaya pengembangan pengetahuan dan kemampuan peserta didik. yang mengatakan bahwa Hal ini sesuai atau sejalan dengan teori pelaksanaan strategi guru dalam pengelolaan kelas melakukan rutinitas

Upaya yang dilakukan oleh guru untuk menciptakan, memelihara, dan mengembangkan lingkungan yang kondusif dalam pembelajaran. Menurut Davis, yang dikutip dalam buku profesi pendidikan kompetensi dan permasalahan menyatakan permasalahan yang dihadapi guru ketika pengelolaan pembelajaran di kelas diantaranya ialah, Ketergantungan peserta didik yang berlebihan terhadap guru, peserta didik menantang, gaduh, atau mengganggu peserta didik lain, dan peserta didik bosan, tidak perhatian, atau tidak termotivasi dalam pembelajaran. Berdasarkan penelitian hasil strategi dalam pengelolaan kelas pada pembelajaran di SMA Negeri 10 Tana Toraja seperti peserta didik yang nakal, tidak fokus ketika belajar, dan peserta didik yang tertinggal. Namun kesabaran yang perlu diperkuat guru dalam mendidik peserta didik yang usianya kisaran 16-19 tahun tentu tidak mudah peserta didik menguasai materi. Guru memberikan materi yang ringan sehingga mudah dipahami oleh peserta didik. Namun harapan setiap guru adalah ilmu yang diberikan pada peserta didik bisa bermanfaat dikemudian hari.

Pengelolaan kelas yang dilakukan guru bukan hanya tanpa tujuan. Karena mempunyai tujuan, maka guru selalu berusaha mengerjakan pembelajarannya meskipun dalam keadaan lelah jasmani dan rohani. Tujuan pengelolaan kelas pada dasarnya mencakup tujuan pendidikan. Karena pengajaran merupakan salah satu faktor yang mendasari berhasil tidaknya proses belajar mengajar di kelas. Desain pembelajaran adalah suatu jenis kemampuan guru dalam mengelola kelas dan menciptakan lingkungan belajar yang baik bagi siswa. Ruang kelas bukanlah area yang luas bagi siswa, karena puluhan orang berinteraksi dalam jangka waktu yang lama, 5 hingga 8 jam sehari. Guru dan siswa terus menerus berpartisipasi dalam berbagai kegiatan yang menggunakan area ruang berbeda untuk mencapai tujuan pembelajaran. Guru dapat secara konsisten memfasilitasi kegiatan pembelajaran jika mereka mengatur ruang kelas sedemikian rupa sehingga memungkinkan adanya pergerakan yang teratur, meminimalkan gangguan, dan menggunakan ruang yang tersedia secara efisien. Alicunto menyampaikan bahwa pengelolaan kelas (secara umum) adalah pengelolaan, pengaturan, dan penataan kegiatan. Oleh karena itu, secara etimologis pengelolaan kelas dapat diartikan sebagai upaya merencanakan mengorganisasikan, mengarahkan, mengkoordinasikan, dan mengendalikan kelompok belajar yang dilakukan siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran. Menurut Sudirman (2016), pengelolaan kelas pada hakikatnya termasuk dalam tujuan pendidikan. Tujuan dari manajemen kelas adalah untuk memberikan siswa kesempatan untuk berbagai jenis kegiatan belajar dalam lingkungan sosial, emosional, dan intelektual kelas. Fasilitas yang disediakan memudahkan siswa untuk belajar dan bekerja. Menciptakan suasana bersosialisasi yang memberikan kepuasan, disiplin, perkembangan intelektual dan emosional, sikap dan penghargaan kepada siswa. Di sisi lain, Alicunto dalam Ahmad Rohani (2022) berpendapat bahwa tujuan pengelolaan kelas adalah untuk memastikan bahwa semua anak di kelas terlibat dengan baik sehingga tujuan pendidikan dapat tercapai secara efektif dan efisien.

Pengaruh Model Pembelajaran (X3) Terhadap Gemar Belajar Siswa Kelas XI B SMA Negeri 10 Tana Toraja

Sejalan dengan hasil penelitian bahwa Model Meaningfull Instructional Design Aris Shoimin (2014) adalah pembelajaran yang mengutamakan kebermaknaan belajar dan efektivitas dengan cara membuat kerangka kerja aktivitas secara konseptual kognitif-konstruktivis. Model ini dipilih sebagai alternatif pembelajaran IPS agar pembelajaran IPS menjadi lebih menarik dan penuh makna, sehingga peserta didik dapat merasakan manfaat mempelajari IPS dan lebih mudah menguasai konsep-konsep IPS karena dikaitkan dengan struktur kognitif peserta didik itu sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran bermakna menurut Ida Ittifaqur Rosidah, Beti Rahayu, And Dwi Fitri Nurhayati merupakan suatu proses

yang dikaitkan dengan informasi baru pada konsep-konsep relevan yang terdapat dalam struktur kognitif siswa. Dimana proses belajar tidak sekedar menghafal konsep-konsep atau fakta-fakta saja, tetapi merupakan kegiatan yang menghubungkan konsep-konsep untuk menghasilkan pemahaman yang utuh dengan lingkungan sekitar peserta didik sehingga konsep yang di pelajari dapat di pahami secara baik dan tidak mudah dilupakan. Menurut Syafrida, Langsa, (2018) Belajar bermakna ada dua hal yang penting yang harus diperhatikan. Pertama, karakteristik bahan yang dipelajari. Kedua, adalah struktur. kognitif individu pembelajar. Menurut Evalina dan Hartini (2010) Bahan baru yang dipelajari tentu saja akan mengubah struktur kognitif peserta didik haruslah bermakna, artinya dapat berwujud istilah yang memiliki makna, konsep-konsep yang bermakna atau hubungan antara dua atau lebih konsep yang memiliki makna. Selanjutnya bahan baru yang akan dipelajari hendaknya dihubungkan dengan struktur kognitif siswa secara substansial dan beraturan.

Pengaruh Sikap Belajar, Pengelolaan Kelas, dan Model Pembelajaran Meaningfull Instructional Design Terhadap Gemar Belajar Siswa Kelas XI B SMA Negeri 10 Tana Toraja

Secara simultan menunjukan bahwa Sikap Belajar (X1) Pengelola Kelas (X2) Model Pembelajaran Meaningfull Instruckional Design (X3) secara bersama- sama berpengaruh terhadap Gemar Belajar (Y) pada siswa kelas XI B SMA Negeri 10 Tana Toraja. Ini karena sikap belajar adalah “perasaan senang atau tidak senang, setuju atau tidak setuju, perasaan suka atau tidak suka terhadap guru, tujuan, materi dan tugas- tugas serta lainnya”. Sikap belajar siswa yang ditunjukkan sesuai dengan perasaan senang atau tidak terhadap sesuatu yang bisa mendorong kearah yang lebih baik terkait dengan nilai atau hasil belajar siswa. Sikap belajar memiliki hubungan erat dengan interaksi sosial baik sesama individu atau suatu kelompok dan lingkungan sekitar agar dapat bersikap baik ketika proses belajar. Dan strategi guru dalam pengelolaan kelas di dilihat dari sebagian besar guru di sekolah tersebut sebelum memulai proses pembelajaran guru menerapkan kebiasaan dan menggunakan metode ceramah dalam proses pembelajaran. Kemudian guru juga menggunakan strategi kolaboratif ketika pembelajaran berlangsung tujuannya untuk melatih kekompakkan siswa. Guru juga mengadakan kegiatan ekstrakurikuler dalam upaya pengembangan pengetahuan dan kemampuan peserta didik. yang mengatakan bahwa yang memilii damak pada gemar belajar. Serta Meaningfull Instructional Design Aris Shoimin (2014) adalah pembelajaran yang mengutamakan kebermaknaan belajar dan efektivitas dengan cara membuat kerangka kerja aktivitas secara konseptual kognitif- konstruktivis. Model ini dipilih sebagai alternatif pembelajaran IPS agar pembelajaran IPS menjadi lebih menarik dan penuh makna, sehingga peserta didik dapat merasakan manfaat mempelajari IPS dan lebih mudah menguasai konsep-konsep IPS karena dikaitkan dengan struktur kognitif peserta didik itu sendiri.

CONCLUSION

1. Nilai probabilitas X1 adalah 0,006. Nilai ini lebih kecil dari 0,05 atau nilai t hitung 2,940 > t tabel 1,684 (n-1 = 39 alfa 5 %) sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel Sikap Belajar (X1) berpengaruh positif dan signifikan terhadap variable Gemar Belajar siswa kelas XI B SMA Negeri 10 Tana Toraja.
2. Nilai probabilitas X2 adalah 0,027. Nilai ini lebih kecil dari 0,05 atau nilai t hitung 2,309 > t tabel 1,684 (n-1 = 39 alfa 5 %) sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel Pengelolaan Kelas (X2) berpengaruh positif dan signifikan terhadap variable Gemar Belajar siswa kelas XI B SMA Negeri 10 Tana Toraja.
3. Nilai probabilitas X3 adalah 0,001. Nilai ini lebih kecil dari 0,05 atau nilai t hitung 3,456 > t tabel 1,648 (n-1 = 39 alfa 5 %) sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel Model

Pembelajaran Meaningfull Instrukcional Design (X3) berpengaruh positif dan signifikan terhadap variable Gemar Belajar siswa kelas XI B SMA Negeri 10 Tana Toraja.

4. Nilai sig. uji F sebesar 0,000 pada tingkat signifikan 0,05. Nilai ini lebih kecil dari 0,05 yang menunjukkan bahwa semua variabel independen yaitu terdiri dari; Sikap Belajar (X1) Pengelolaan Kelas (X2) Model Pembelajaran Meaningfull Instrukcional Design (X3) secara bersama-sama berpengaruh terhadap Gemar Belajar (Y) pada siswa kelas XI B SMA Negeri 10 Tana Toraja.

BIBLIOGRAPHY

- Abdul Rahman Shaleh & Muhib Abdul Wahab. (2004). Psikologi suatu Pengantar dalam Perspektif Islam. Prenada Media.
- Adila, F. et al. (2023) 'The Effects of Interval Training on The V02max on The Basket Ball Players', Journal of Coaching and Sports Science, 2(1). Available at: <https://doi.org/10.58524/jcss.v2i1.218>.
- Aisyah Nur Jannah, Anisa Muslimah, Fatah Permana Adi, Habibah Zuhro Romadhoni 2025 Peran Orang Tua Dalam Penerapan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat Pada Siswa Madrasah Tsanawiyah di Karanganyar Jurnal. Jurnal Studi dan Pemikiran Islam Vol. 3, No. 2, Januari 2025, pp. 32-41 e-ISSN: 2962-357X | p-ISSN: 2962-3588 DOI: 10.5281/zenodo.15588768.
- Apte, S. et al. (2022) 'Augmented Cooper test: Biomechanical contributions to endurance performance', Frontiers in Sports and Active Living, 4. Available at: <https://doi.org/10.3389/fspor.2022.935272>.
- Asri, N., & Lely Octaviana, E. S. (2021). Aktivitas Olahraga Di Masa Pandemi COVID-19 Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Pendidikan Olahraga Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin. Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan), 4(1), 53. <https://doi.org/10.31851/hon.v4i1.5213>
- Cui, T. et al. (2024) 'Serum brain-derived neurotrophic factor concentration is different between autism spectrum disorders and intellectual disability children and adolescents', Journal of Psychiatric Research, 170, pp. 355-360. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2024.01.001>.
- Djurđević, D. et al. (2024) 'Association between eating habits and low physical activity in adolescents', Vojnosanitetski Pregled, 81(1). Available at: <https://doi.org/10.2298/VSP230131058D>.
- Dwi Astuti, R., Rubai, M., & Surmantika, R. (2020). Narrative Review: Pengaruh Olahraga Terhadap Penurunan Tingkat Stress.
- Eileen Deo Tyra Damanik¹, Suryo Ediyono 2024 Pengaruh Kebiasaan Bangun Pagi Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Di Indonesia Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sebelas Maret.
- Fatah, M. A., Hamidi, A., & Williyanto, S. (2025). Pengaruh Kebiasaan Olahraga Terhadap Tingkat Stres Akademik di Kalangan Mahasiswa. Jurnal Dunia Pendidikan, 5(5), 2006-2016.
- Frederik. (2019). Pengaruh Akuntabilitas, Transparansi dan Partisipasi terhadap Efektivitas Pengelolaan Dana Bantuan Operasional Sekolah (BOS) di Kota Manado. Universitas Katolik De La Salle Manado.
- Handayani, R. 2022. Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Kelas X Di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantaupraptat Tahun 2020. Journal Gentle Birth, 5(1), 50-59. <http://midwifery.jurnalsenior.com/index.php/ms/article/view/57>
- Haybi Septiani 2020, Hubungan Kebiasaan Belajar Terhadap Prestasi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas V A SDN 1 Guntung Manggis. Skripsi

- Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lambung Mangkurat.
- Iswanti, S. (2018). Alat Bantu Pengidentifikasi Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir / Skripsi. *Jurnal Informatika Upgris*, 4(1), 56–63.
- Ju, Y.-J. et al. (2023) 'Development and feasibility of a virtual reality-based exergaming program to enhance cardiopulmonary fitness in children with developmental coordination disorder', *Frontiers in Pediatrics*, 11, p. 1238471. Available at: <https://doi.org/10.3389/fped.2023.1238471>.
- Keating, S.E. et al. (2022) 'Associations Between Fitness, Physical Activity, and Fatness in Preschool Children With Typical and Atypical Motor Coordination', *Frontiers in Pediatrics*, 10, p. 756862. Available at: <https://doi.org/10.3389/fped.2022.756862>.
- Kementrian Pendidikan Dasar dan Menengah (2024) Manfaat Bangun Pagi bagi Kesehatan Fisik dan Mental Remaja. Diunduh melalui <https://ditsmp.kemendikdasmen.go.id/ragam-informasi/article/manfaat-bangun-pagi-bagi-kesehatan-fisik-dan-mental-remaja>
- Khodijah, Nyanyu. (2014). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Kurniawan Djoar, R., Putu Martha Anggarani, A., Studi, P. S., Kesehatan Masyarakat, I., Airlangga, U., Studi Fisioterapi, P., & Katolik StVincentius Paulo Surabaya, S. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stress Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Factors Influencing Academic Stress Among Senior College Students. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(1).
- Maria Marsela Kefi, Sulistianah 2022 Perilaku Disiplin Bangun Pagi saat Pembelajaran di Masa Covid 19 Kelompok B di TK Fransiskus JDER *Journal of Dehasen Education Review*, 2022: 3(3), 53-58 ISSN 2721-2505 STKIP AL Islam Tunas Bangsa Bandar Lampung.
- Moscatelli, F. et al. (2022) 'TWELVE WEEKS OF AEROBIC TRAINING TO INCREASE VO₂max IN SEDENTARY YOUNG MALES', *Physical Education Theory and Methodology*, 22(3). Available at: <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.3.05>.
- Muflihah, Rizkawati (2023), Pentingnya Menjaga Kebiasaan Bangun Pagi. Diunduh melalui internet <https://fk.uui.ac.id/pentingnya-menjaga-kebiasaan-bangun-pagi/>.
- Muhibbin Syah. 2001. *Psikologi Pendidikan dengan Guru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nur'aeni, R. (2019). Membangun Masyarakat Gemar Belajar Melalui Program Revitalisasi TBM Bening Saguling. *Comm-Edu (Community Education Journal)*, 2(1), 23-40.
- OECD. (2023). *PISA 2022 Result (Colume I): The State of Learning and Equity in Education*. Paris: OECD Publishing.
- Prayoga Pangestu, & Amin Tohari. (2024). Strategi Mengatasi Stres Dan Mempertahankan Kesejahteraan Keluarga Pada Orang Tua Tunggal: Studi Kasus Pamulang Barat. *RISOMA : Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(2), 21– 32. <https://doi.org/10.62383/risoma.v2i2.63>
- Prieur-Blanc, N. et al. (2024) 'Fitness and walking outcomes following aerobic and lower extremity strength training in facioscapulohumeral dystrophy: A case series', *International Journal of Rehabilitation Research*, Available 47(1). at: <https://doi.org/10.1097/MRR.0000000000000614>.
- Priyatno, Duwi. 2010. *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS dan Tanya Jawab Ujian Pendadaran*. Yogyakarta: Gaya Media.
- Riwahyudin, Arvi. (2015). Pengaruh Sikap Siswa dan Mint Belajar Siswa Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas V Sekolah Dasar Kabupaten Lamandu. *Jurnal Pendidikan Dasar*. Vol 6 (1).
- Sabita, Ibtisamah (2021) Manfaat Bangun Pagi Bagi Kesehatan, Diunduh melalui <https://ners.unair.ac.id/site/index.php/news-fkp-unair/30-lihat/885-manfaat-bangun-pagi-bagi-kesehatan>.



- Siloam Hospitals (2024) 7 Manfaat Bangun Pagi untuk Fisik dan Mental, Wajib Tahu! Siloam Hospitals, read more at: *<https://www.siloamhospitals.com/en/informasi-siloam/artikel/manfaat-bangun-pagi>*
- Trigueros, R., Padilla, A., Aguilar-Parra, J. M., Lirola, M. J., García-Luengo, A. V., RocamoraPérez, P., & López-Liria, R. (2020). The influence of teachers on motivation and academic stress and their effect on the learning strategies of university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 1–11. <https://doi.org/10.3390/ijerph17239089>
- Ummaiya, F., Tirtayasa, K., Putu, I., & Griadhi, A. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Olahraga Rutin Mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Dan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udaya. *Jurnal Medika Udayana*. <https://doi.org/10.24843.MU.2022.V11.i3.P4>
- Universitas Negeri Surabaya (2025) Mengenal Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat Untuk Masa Depan Gemilang. Diunduh melalui <https://pendidikan-sains.fmipa.unesa.ac.id/post/mengenal-tujuh-kebiasaan-anak-indonesia-hebat-untuk-masa-depan-gemilang>.
- Wahab, Gusnarib & Rosnawati (2021). *Teori-Teori Belajar dan Pembelajaran*. Adab: Indramayu.