

PENERAPAN METODE *MINDFULL LEARNING* DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PESERTA DIDIK DI UPT SMPN 37 MAKASSAR

Nurbaya¹, Andi Bunyamin², Mustamin³, Abdul Wahab⁴, Muh Azhar Burhanuddin⁵

Fakultas Agama Islam, Universitas Muslim Indonesia

Alamat e-mail : ¹10120220052@student.umi.ac.id, ²andibunyamin@umi.ac.id ,

³mustamin@umi.ac.id, ⁴abdul.wahab@umi.ac.id,

⁵muhazhar.burhanuddin@umi.ac.id

ABSTRACT

This study aims to improve student learning outcomes and focus through the application of mindful learning methods in Islamic Religious Education (PAI) subjects in class VIII G UPT SMPN 37 Makassar. This study uses a Classroom Action Research (CAR) approach which is implemented in two cycles, each including the planning stage, action implementation, observation, and reflection. The research subjects numbered 36 students. Data collection techniques included learning outcome tests, observation of learning activities, and documentation, while data analysis was carried out descriptively quantitatively and qualitatively. The results of the study showed a significant increase in both learning outcomes and student activities. The average pre-cycle score of 51.52 increased in Cycle I to 84.86 with a classical completeness of 61.11%. In Cycle II, the average final test score increased to 90.97 with classical completeness reaching 91.66%, thus exceeding the Minimum Completeness Criteria (KKM) of 84. The results of observations of learning activities also showed an increase from 76.78% in Cycle I with a good category to 94.64% in Cycle II with a very good category. The application of mindful learning has been proven to be able to increase focus, concentration, active participation, class interaction, and appreciation of religious values of students. Thus, the mindful learning method is effectively used to improve learning outcomes and the quality of the PAI learning process in class VIII G UPT SMPN 37 Makassar.

Keywords: *Mindful Learning, Learning Outcomes, Islamic Religious Education*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar dan fokus peserta didik melalui penerapan metode pembelajaran mindful learning pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) di kelas VIII G UPT SMPN 37 Makassar. Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah 36 peserta didik. Teknik pengumpulan data meliputi tes hasil belajar, observasi aktivitas pembelajaran, dan dokumentasi, sedangkan analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan baik pada hasil belajar maupun aktivitas peserta didik.

Rata-rata nilai pra-siklus sebesar 51,52 meningkat pada Siklus I menjadi 84,86 dengan ketuntasan klasikal 61,11%. Pada Siklus II, rata-rata nilai tes akhir meningkat menjadi 90,97 dengan ketuntasan klasikal mencapai 91,66%, sehingga melampaui Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) sebesar 84. Hasil observasi aktivitas pembelajaran juga menunjukkan peningkatan dari 76,78% pada Siklus I dengan kategori baik menjadi 94,64% pada Siklus II dengan kategori sangat baik. Penerapan mindful learning terbukti mampu meningkatkan fokus, konsentrasi, partisipasi aktif, interaksi kelas, serta penghayatan nilai-nilai religius peserta didik. Dengan demikian, metode mindful learning efektif digunakan untuk meningkatkan hasil belajar dan kualitas proses pembelajaran PAI di kelas VIII G UPT SMPN 37 Makassar.

Kata Kunci: *Mindful Learning*, Hasil Belajar, Pendidikan Agama Islam

A. Pendahuluan

Kualitas pendidikan memegang peranan krusial dalam menentukan kemajuan suatu bangsa. Oleh karena itu, pendidikan sebagai wahana pencerdasan kehidupan bangsa memiliki nilai strategis dan esensial dalam pembangunan sumber daya manusia.

Pendidikan merupakan upaya terencana dan sistematis untuk mengembangkan potensi manusia. Melalui proses pendidikan, individu dapat tumbuh dan berkembang secara optimal sehingga mampu menjalankan fungsi sebagai manusia, serta memelihara lingkungan secara konstruktif dan bermanfaat. Pendidikan adalah elemen tak terpisahkan dalam kehidupan manusia, yang memungkinkan pengembangan potensi diri secara komprehensif (Bunyamin and Akil

2023). Tujuan pendidikan adalah membentuk individu yang memiliki kekuatan spiritual, pengendalian diri, kecerdasan, karakter moral, serta keterampilan yang diperlukan untuk kemajuan diri, masyarakat, dan bangsa.

Dalam perspektif ajaran Islam, pendidikan adalah kebutuhan fundamental yang harus dipenuhi untuk mencapai kesejahteraan dan kebahagiaan dunia dan akhirat. Melalui pendidikan, individu memperoleh pengetahuan yang menjadi bekal dalam menjalani kehidupan (Wahab, Junaedi, and Azhar 2021). Pendidikan Agama Islam (PAI) adalah bagian integral dari ajaran Islam secara keseluruhan. Oleh karena itu, tujuan PAI selaras dengan tujuan hidup manusia, yaitu membentuk pribadi yang bertakwa

kepada Allah SWT demi meraih kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Pendidikan Agama Islam mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik yang berkaitan dengan nilai-nilai spiritual dan moral. Idealnya, pembelajaran PAI menghasilkan peserta didik yang tidak hanya memahami ajaran Islam secara teoretis, tetapi juga mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu indikator keberhasilan pembelajaran PAI adalah hasil belajar peserta didik (Mukhlisah, Mustamin, and Azhar 2025).

Hasil belajar adalah kemampuan yang dicapai peserta didik setelah mengikuti proses pembelajaran. Hasil belajar adalah proses perubahan perilaku dalam aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap, dari ketidaktahuan menjadi pengetahuan, dari ketidakpahaman menjadi pemahaman, dan dari keraguan menjadi keyakinan (Rusydi and Fitri 2020). Dengan demikian, salah satu kriteria keberhasilan belajar adalah terjadinya perubahan perilaku pada individu yang belajar.

Namun, dalam praktiknya, terdapat masalah mendasar terkait hasil belajar PAI, seperti penurunan motivasi dan keterlibatan dalam

pembelajaran akibat kesulitan mempertahankan konsentrasi, kurangnya fokus dan keseriusan dalam pembelajaran yang mengakibatkan nilai yang belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal. Masalah lain meliputi penguasaan materi yang rendah, serta kurangnya motivasi dan minat peserta didik terhadap pembelajaran PAI yang sering kali disebabkan oleh penggunaan metode pembelajaran yang cenderung searah (Ayunda, Jannah, and Gusmaneli 2024).

Metode pembelajaran adalah pendekatan sistematis yang digunakan untuk mencapai tujuan pembelajaran. Keberhasilan pembelajaran sangat bergantung pada pemilihan dan implementasi metode yang tepat. Tanpa metode yang terstruktur, proses pembelajaran akan kehilangan arah dan tujuan. Salah satu faktor penyebab kesulitan belajar pada peserta didik adalah penerapan metode pembelajaran yang kurang efektif sehingga mengakibatkan hasil belajar yang rendah. Permasalahan ini menjadi perhatian penting karena jika diabaikan, hasil belajar peserta didik pada pembelajaran PAI tidak akan

mencapai tujuan secara optimal (Harahap 2023).

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di UPT SMPN 37 Makassar pada tanggal 19 Mei 2025, wawancara dengan guru Pendidikan Agama Islam, menunjukkan bahwa hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran PAI masih rendah. Hal ini tercermin dari rendahnya nilai ulangan harian, minimnya partisipasi aktif dalam pembelajaran PAI, serta kurangnya penghayatan terhadap materi-materi keislaman yang telah diajarkan. Guru PAI juga menyampaikan bahwa dalam pembelajaran PAI, beliau hanya menggunakan metode ceramah dan diskusi.

Observasi di kelas VIII G UPT SMPN 37 Makassar pada saat proses pembelajaran PAI menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik kurang antusias, tidak fokus, dan suasana kelas cenderung pasif. Data hasil ulangan harian peserta didik kelas VIII G menunjukkan bahwa dari 36 peserta didik, 24 peserta didik memperoleh nilai di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 84. Hal ini berarti 66,66% peserta didik belum mencapai ketuntasan,

sedangkan hanya 12 peserta didik (33,33%) yang telah tuntas.

Kondisi ini mengindikasikan bahwa rendahnya hasil belajar peserta didik disebabkan oleh kurangnya inovasi dalam metode pembelajaran dan dominasi metode ceramah, yang menyebabkan peserta didik mudah merasa bosan dan cenderung pasif. Oleh karena itu, perlu dicari metode pembelajaran alternatif yang dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik, khususnya dalam pembelajaran PAI. Dalam mengatasi permasalahan ini, peneliti tertarik untuk menerapkan metode pembelajaran *Mindful Learning*.

Mindful Learning merupakan pendekatan pembelajaran yang mengedepankan kesadaran penuh (*mindfulness*) dalam proses belajar. Peserta didik diajak untuk fokus pada materi yang sedang dipelajari, memahami alasan di balik materi tersebut, serta menyadari proses berpikir mereka sendiri. Dalam praktiknya, *Mindful Learning* melatih peserta didik untuk tidak hanya menyelesaikan tugas, tetapi juga merefleksikan cara mereka belajar dan berpikir (Saputra and Yayuk 2025).

Mindful Learning adalah pendekatan dalam pembelajaran yang menekankan perhatian penuh, kesadaran total, dan keterbukaan terhadap proses belajar. Konsep *Mindful Learning* berawal dari praktik *mindfulness*, yaitu kesadaran penuh pada momen yang dihadapi, yang kemudian diterapkan dalam konteks pendidikan. Tujuan *Mindful Learning* adalah menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna, efektif, dan mendalam dengan melibatkan pikiran, emosi, dan tubuh secara utuh (Nurrohmah et al. 2025). Dalam *Mindful Learning*, peserta didik diajak untuk melakukan proses pembelajaran secara sadar, mengenali pola pikir sendiri, dan tidak terganggu oleh masa lalu atau kekhawatiran akan masa depan. Dengan kata lain, konsep *Mindfulness* mengajarkan peserta didik untuk tidak terlalu terpaku pada masa depan, melainkan fokus pada masa kini.

Metode *Mindful Learning* merupakan suatu pendekatan pembelajaran yang menekankan pentingnya kesadaran penuh (*mindfulness*) dalam setiap tahapan belajar, baik dalam memperhatikan materi, memahami esensinya, maupun mengelola emosi selama

proses pembelajaran. Prinsip ini selaras dengan ajaran Islam yang menganjurkan umatnya untuk senantiasa menggunakan akal dan hati secara sadar dalam memahami ilmu pengetahuan.

Melihat keadaan tersebut, peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Metode *Mindfull Learning* dalam Meningkatkan Hasil Belajar di UPT SMPN 37 Makassar”.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik dalam mata pelajaran Pendidikan Agama Islam di UPT SMPN 37 Makassar melalui penerapan Metode *Mindfull Learning*. Proses penelitian mengikuti siklus yang terdiri dari pra-siklus, siklus I, dan siklus II, dengan melibatkan perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, tes, dan dokumentasi, dan dianalisis secara deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Indikator keberhasilan penelitian ini ditentukan oleh peningkatan hasil belajar peserta didik, serta ketuntasan belajar

berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) yang telah ditetapkan sekolah.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

a. Pra Siklus

Tahap pra siklus merupakan observasi awal untuk mengetahui kondisi objektif dan permasalahan di kelas VIII G melalui pelaksanaan tes awal (pretest) pada materi beriman kepada kitab-kitab Allah. Hasil observasi menunjukkan bahwa peserta didik cenderung kurang fokus, konsentrasi, dan khusyuk sehingga berdampak pada rendahnya pemahaman konsep dan hasil belajar. Pretest yang dilaksanakan pada Rabu, 24 September 2025, menggambarkan kondisi hasil belajar peserta didik sebelum diterapkannya metode *Mindful Learning*.

Tabel 1 Data Kategori Hasil Angket

Pra Siklus

Daya Serap Kemampuan Peserta Didik	Kategori	Frekuensi	Persentas
84 - 100	Tuntas	5	13,88%
0 - 83	Tidak Tuntas	31	86,11%
Jumlah		36	100%
Rata-Rata Nilai Kelas		51,52	

Ketuntasan Belajar Klasikal (KBK) sebesar 13,88% berada jauh di bawah indikator keberhasilan yang ditetapkan. Data ini memvalidasi urgensi penerapan metode

pembelajaran *Mindful Learning* sebagai tindakan perbaikan di siklus I.

b. Siklus I

Siklus I dilaksanakan sebagai tindakan perbaikan awal dengan menerapkan metode pembelajaran *Mindful Learning* pada mata pelajaran PAI materi jujur dan amanah di kelas VIII G SMP Negeri 37 Makassar.

a) Perencanaan

Penyusunan RPP Siklus I dilakukan dengan mengintegrasikan metode *Mindful Learning* yang menekankan *Mindful Listening* saat penjelasan materi dan *Mindful Self-Reflection* terhadap perilaku jujur dan amanah dalam kehidupan sehari-hari, serta menyiapkan bahan ajar, instrumen observasi keterlaksanaan tindakan, dan *posttest* Siklus I.

b) Pelaksanaan

Pelaksanaan tindakan kelas Siklus I pada materi jujur dan amanah melalui metode *Mindful Learning* dilaksanakan dalam dua pertemuan pembelajaran dan satu pertemuan tes akhir. Pertemuan pertama pada 1 Oktober 2025 berfokus pada pengenalan konsep jujur melalui *Mindful Moment*, apersepsi reflektif, penyusunan definisi dan contoh kejujuran, diskusi tingkatan jujur, refleksi pengalaman berbohong, serta

penugasan jurnal harian. Pertemuan kedua pada 8 Oktober 2025 menekankan konsep amanah melalui *Mindful Movement*, penguatan keterkaitan jujur dan amanah, berbagi pengalaman, analisis studi kasus, refleksi diri, penyusunan komitmen personal, dan latihan syukur, sehingga pembelajaran berlangsung sistematis, reflektif, dan berorientasi pada kesadaran diri peserta didik.

c) Observasi

Berdasarkan hasil observasi Siklus I, diperoleh nilai rata-rata sebesar 76,78% dengan kategori baik, yang menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada kesiapan belajar, partisipasi aktif, refleksi afektif, dan interaksi diskusi peserta didik. Meskipun demikian, indikator konsentrasi dan sikap etika masih berada pada kategori cukup sehingga perlu ditingkatkan melalui penguatan dan penyesuaian durasi latihan *Mindfulness* pada siklus berikutnya.

Tabel 2 Perhitungan Mencari Mean

MX	n	Σx
75	5	375
80	9	720
85	10	850
90	7	630
95	4	380
100	1	100
Jumlah	n = 36	$\Sigma x = 3.055$
$MX = \frac{3.055}{36}$		
= 84,86		

Tabel 3 Distribusi Kategori, Frekuensi dan Presentasi Siklus I

Nilai	Huruf	Kategori	Frekuensi	Percentase	Keterangan
95 - 100	A	Sangat Baik	5	13,88%	Tuntas
87 - 94	B	Baik	7	19,44%	
84 - 86	C	Cukup	10	27,77%	
<84	D	Kurang	14	38,88%	Tidak Tuntas

Percentase Nilai Tuntas	$P = \frac{22}{36} \times 100\% = 61,11\%$
$P = \frac{F}{N} \times 100\%$	
Percentase Nilai Tidak Tuntas	$P = \frac{14}{36} \times 100\% = 38,88\%$
$P = \frac{F}{N} \times 100\%$	

Tabel 4 Deskripsi Ketuntasan Hasil Belajar Siklus I

Daya Serap	Kemampuan Peserta Didik	Kategori	Frekuensi	Percentase
84 - 100		Tuntas	22	61,11%
0 - 83		Tidak Tuntas	14	38,88%
Jumlah			36	100%
Rata-Rata Nilai Kelas			84,86	

Hasil *Posttest* siklus I menghasilkan rata-rata nilai 84,86 dengan ketuntasan klasikal 61,11% kategori cukup, menandakan peningkatan signifikan 47,23% dari pra siklus, meskipun 38,89% peserta didik masih memerlukan perbaikan lebih lanjut melalui optimalisasi prinsip *Mindful Learning*.

d) Refleksi

Berdasarkan hasil Siklus I, penerapan metode *Mindful Learning* menunjukkan peningkatan hasil belajar dan aktivitas peserta didik. Rata-rata nilai posttest mencapai 84,86 dengan ketuntasan klasikal 61,11% (22 dari 36 peserta didik), meningkat 47,23% dibandingkan rata-rata pra-siklus sebesar 51,52, namun masih terdapat 38,89% peserta didik

yang belum mencapai KKM 84. Hasil observasi aktivitas pembelajaran memperoleh skor rata-rata 76,78% dengan kategori baik, yang menunjukkan peningkatan partisipasi dan kesiapan belajar, meskipun aspek konsentrasi dan etika kelas masih perlu ditingkatkan pada siklus berikutnya.

c. Siklus II

Siklus II menyempurnakan siklus I berdasarkan evaluasi metode *Mindful Learning*.

a) Perencanaan

Penyusunan RPP siklus II mengintegrasikan metode pembelajaran *Mindful Learning* yang diperkaya dengan elemen *Mindful Execution* dan gotong royong, fokus pada pemahaman makna doa salat jenazah serta refleksi khusyuk secara sadar terhadap amanah fardhu kifayah dalam konteks sosial. Persiapan meliputi bahan ajar, instrumen observasi aktivitas peserta didik dan posttest siklus II untuk mengukur peningkatan hasil belajar peserta didik.

b) Pelaksanaan

Pelaksanaan tindakan kelas Siklus II pada materi tata cara salat jenazah sebagai amanah fardhu kifayah melalui Metode *Mindful*

Learning dilaksanakan dalam dua pertemuan pembelajaran dan satu pertemuan *posttest*, dengan penekanan pada peralihan dari pemahaman teori ke praktik kolaboratif yang reflektif dan kontekstual. Pertemuan pertama menitikberatkan pada penguasaan konsep, rukun, dan doa salat jenazah melalui *Mindful Listening*, *Mindful Inquiry*, serta refleksi kesadaran ibadah, sedangkan pertemuan kedua difokuskan pada praktik salat jenazah secara berkelompok melalui pendekatan *Mindful Execution*, disertai umpan balik dan refleksi diri, sehingga pembelajaran berlangsung lebih khusyuk, kolaboratif, dan bermakna.

c) Observasi

Berdasarkan hasil observasi Siklus II, diperoleh skor rata-rata sebesar 94,64% dengan kategori sangat baik, meningkat 17,86% dibandingkan Siklus I. Seluruh indikator utama, seperti kesiapan belajar, partisipasi aktif, interaksi diskusi, dan sikap etika mencapai nilai 100%, sementara konsentrasi, refleksi afektif, dan antusiasme psikomotorik berada pada kisaran 87,5%. Temuan ini menunjukkan bahwa penerapan metode *Mindful Learning* pada Siklus

II telah dioptimalkan secara efektif dalam meningkatkan fokus berkelanjutan, interaksi kelas, dan perkembangan ranah afektif peserta didik.

Tabel 4 Perhitungan Mencari Mean

MX	n	Σx
80	3	240
85	9	765
90	9	810
95	8	760
100	7	700
Jumlah	n = 36	Σx = 3.275
$Mx = \frac{3.275}{36}$		
= 90,97		

Tabel 5 Distribusi Kategori, Frekuensi dan Presentasi Siklus I

Nilai	Huruf	Kategori	Frekuensi	Persentase	Keterangan
95 - 100	A	Sangat Baik	15	41,66%	Tuntas
87 - 94	B	Baik	9	25%	
84 - 86	C	Cukup	9	25%	
<84	D	Kurang	3	8,33%	Tidak Tuntas
Percentase Nilai Tuntas			$P = \frac{33}{36} \times 100\% = 91,66\%$		
			$P = \frac{F}{N} \times 100\%$		
Percentase Nilai Tidak Tuntas			$P = \frac{3}{36} \times 100\% = 8,33\%$		
			$P = \frac{F}{N} \times 100\%$		

Tabel 6 Deskripsi Ketuntasan Hasil Belajar Siklus I

Daya Serap Kemampuan Peserta Didik	Kategori	Frekuensi	Persentase
84 - 100	Tuntas	33	91,66%
0 - 83	Tidak Tuntas	3	8,33%
Jumlah		36	100%
Rata-Rata Nilai Kelas		90,97	

Hasil belajar pada siklus II, rata-rata nilai tes akhir mencapai 90,97 dengan dengan ketuntasan klasikal 91,66% kategori sangat baik melampaui KKM 84 dan meningkat 30,55% dari siklus I, mengkonfirmasi efektivitas penerapan metode

pembelajaran *Mindful Learning* dalam mencapai hasil belajar optimal.

d) Refleksi

Berdasarkan hasil Siklus II, penerapan metode *Mindful Learning* mencapai hasil optimal dengan rata-rata nilai tes akhir 90,97 dan ketuntasan klasikal 91,66% (33 dari 36 peserta didik), meningkat 30,55% dari Siklus I dan melampaui KKM 84. Hasil observasi pembelajaran juga menunjukkan skor rata-rata 94,64% dengan kategori sangat baik, meningkat 17,86% dari Siklus I, ditandai oleh partisipasi aktif 100%, fokus berkelanjutan, antusiasme tinggi, dan interaksi kelas yang khusyuk. Dengan demikian, metode *Mindful Learning* terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar dan fokus peserta didik serta berhasil mengatasi permasalahan awal pembelajaran PAI di kelas VIII G UPT SMPN 37 Makassar.

Pembahasan

Hasil penelitian tindakan kelas ini menunjukkan bahwa penerapan metode pembelajaran *Mindful Learning* memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajar dan kualitas proses pembelajaran Pendidikan Agama

Islam (PAI) peserta didik kelas VIII G UPT SMPN 37 Makassar. Temuan ini terlihat dari perubahan kondisi pembelajaran sejak tahap pra siklus hingga siklus II, baik pada aspek kognitif, afektif, maupun psikomotorik.

Pada tahap pra siklus, nilai rata-rata hasil belajar peserta didik masih rendah, yaitu 51,52 dengan ketuntasan klasikal 13,88%. Rendahnya capaian tersebut dipengaruhi oleh proses pembelajaran yang masih didominasi metode ceramah, sehingga peserta didik kurang fokus, pasif, dan tidak terlibat secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa pembelajaran belum mampu membangun kesadaran dan perhatian penuh peserta didik, padahal mata pelajaran PAI menuntut keterlibatan emosi, sikap, dan penghayatan nilai secara mendalam.

Setelah diterapkan metode *Mindful Learning* pada siklus I, terjadi peningkatan hasil belajar yang cukup signifikan. Nilai rata-rata meningkat menjadi 84,86 dengan ketuntasan klasikal 61,11%. Peserta didik mulai menunjukkan fokus, ketenangan, dan partisipasi yang lebih baik melalui kegiatan *Mindful Breathing*, *Mindful Listening*, dan refleksi diri. Namun,

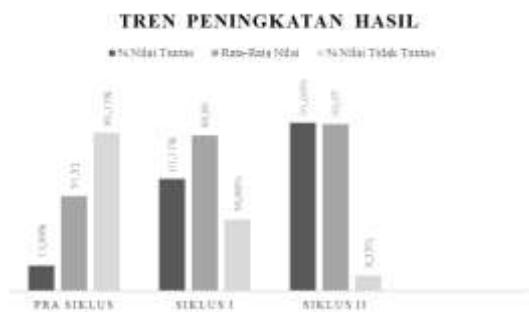
hasil observasi aktivitas belajar yang mencapai 76,78% (kategori baik) menunjukkan bahwa beberapa aspek, seperti konsentrasi dan sikap etika, masih perlu penguatan. Hal ini menandakan bahwa peserta didik masih dalam tahap adaptasi terhadap pembelajaran berbasis kesadaran penuh.

Refleksi siklus I menjadi dasar penyempurnaan tindakan pada siklus II melalui penyesuaian durasi latihan *mindfulness*, peningkatan praktik refleksi, simulasi ibadah, serta bimbingan guru yang lebih intensif. Hasilnya, siklus II menunjukkan capaian yang optimal dengan nilai rata-rata 90,97 dan ketuntasan klasikal 91,66%. Aktivitas belajar peserta didik juga meningkat signifikan dengan skor observasi 94,64% (kategori sangat baik). Peningkatan ini membuktikan bahwa *Mindful Learning* mampu membangun fokus berkelanjutan, antusiasme, interaksi kelas yang positif, serta penghayatan nilai-nilai religius secara lebih mendalam.

**Tabel 7 Perbandingan Pra Siklus,
Siklus I dan Siklus II**

Siklus	Total Skor	Nilai%	Nilai x	Kategori
Siklus I	43/56	76,78%	76,78	Baik
Siklus II	53/56	94,64%	94,64	Sanagt Baik
Jumlah Total	96/112	85,71%	85,71	Baik

Gambar 1 Grafik Perbandingan Pra Siklus, Siklus I dan Siklus II



Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode pembelajaran *Mindful Learning* secara bertahap mampu meningkatkan hasil belajar peserta didik secara signifikan. Nilai rata-rata dan ketuntasan klasikal mengalami peningkatan dari pra siklus (51,52 dan 13,88%), Siklus I (84,86 dan 61,11%), hingga mencapai hasil optimal pada Siklus II (90,97 dan 91,66%). Perbaikan tindakan pada Siklus II berhasil mengatasi kelemahan pada Siklus I, sehingga mayoritas peserta didik mencapai KKM dan tujuan penelitian tercapai secara efektif.

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Syafi'i yang menyatakan bahwa *Mindful Learning* dapat meningkatkan keterlibatan aktif dan pemahaman konsep peserta didik melalui kesadaran penuh terhadap proses belajar (Syafi'i 2025). Penelitian Galuh, dkk, juga mengungkapkan bahwa praktik

mindfulness dalam pembelajaran berkontribusi terhadap peningkatan konsentrasi, regulasi emosi, dan perilaku positif peserta didik (Galuh, Barqi, and Setyawan 2025). Dalam konteks Pendidikan Agama Islam, penelitian Wafi, dkk, menunjukkan bahwa pendekatan reflektif dan kesadaran diri mampu meningkatkan hasil belajar afektif dan penghayatan nilai religius peserta didik (Wafi, Soraya, and Kurjum 2025).

Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya menguatkan temuan penelitian sebelumnya, tetapi juga memberikan kontribusi praktis bahwa metode *Mindful Learning* sangat relevan dan efektif diterapkan dalam pembelajaran PAI. Metode ini mampu mengatasi permasalahan rendahnya fokus dan hasil belajar peserta didik serta mendukung pencapaian tujuan pembelajaran PAI yang menekankan keseimbangan antara ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode pembelajaran *Mindful Learning* efektif dalam meningkatkan

kualitas proses dan hasil belajar Pendidikan Agama Islam peserta didik kelas VIII G UPT SMPN 37 Makassar. Metode ini mampu menciptakan suasana pembelajaran yang lebih fokus, tenang, dan partisipatif, serta meningkatkan hasil belajar secara signifikan dari pra siklus hingga siklus II, dengan ketuntasan klasikal mencapai 91,66%. Selain itu, aktivitas belajar peserta didik juga mengalami peningkatan hingga kategori sangat baik, yang menunjukkan bahwa *Mindful Learning* berdampak positif tidak hanya pada ranah kognitif, tetapi juga pada ranah afektif dan psikomotorik sesuai dengan tujuan pembelajaran PAI.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayunda, Vika, Annissa Miftahul Jannah, and Gusmaneli Gusmaneli. 2024. "Metode Pembelajaran Yang Efektif Dalam Pendidikan Dasar." *Wathan: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora* 1(3):259–73. doi: <https://doi.org/10.71153/wathan.v1i3.139>.
- Bunyamin, Andi, and Muhammad Akil. 2023. "Peran Guru Pendidikan Agama Dalam Membina Akhlak Siswa Di MAN Gowa." *Journal of Gurutta Education (JGE)* 2(2):112–29. doi: <https://doi.org/10.52103/jge.v2i2.1401>.
- Galuh, Levina, Natiaz Malita Barqi, and Agung Setyawan. 2025. "Model Integrasi Mindfulness Dalam Pendidikan Karakter Untuk Mengembangkan Regulasi Emosi Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Media Akademik (JMA)* 3(12):102–12. doi: <https://doi.org/10.62281/5ddrpy35>.
- Harahap, Laila Hamidah. 2023. "Problematika Pembelajaran Materi Pendidikan Agama Islam Di Madrasah." *Journal of Islamic Education El Madani* 2(2):93–100. doi: <https://doi.org/10.55438/jiee.v2i2.47>.
- Mukhlisah, R., Mustamin Mustamin, and Muh Azhar. 2025. "Penerapan Model Pembelajaran Edutainment Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Di MTsN 1 Kota Makassar." *Al-Qalam: Jurnal Kajian Islam Dan Pendidikan* 17(1):206–14. doi: <https://doi.org/10.47435/al-qalam.v17i1.3776>.

- Nurrohmah, Dina Awaliyah, Rahma Dinda Riyani, Hana Kamilah, and Abdul Fadhil. 2025. "Pedagogi Fiqih Reflektif: Pengembangan Model Pembelajaran Fiqih Berbasis Mindful Learning Untuk Internalisasi Nilai Ibadah." *Advances In Education Journal* 2(3):1305–17.
- Rusydi, Ananda, and Hayati Fitri. 2020. *Variabel Belajar Kompilasi Konsep*. Medan: CV. Pusdikra MJ.
- Saputra, Fairus Ad Dailamay Wartindya Pradana, and Erna Yayuk. 2025. "Mindfull Learning: A Hybrid Systematic, Literature Review And Bibliometric Analysis." *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 10(3):358–73. doi: <https://doi.org/10.23969/jp.v10i3.28947>.
- Syafi'i, Ahmad. 2025. "Pendekatan Pembelajaran Berbasis Deep Learning: Mindful Learning, Meaningful Learning, Dan Joyful Learning." *Al-Mumtaz: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam* 2(1):45–57.
- Wafi, Abdul, Irma Soraya, and Mohammad Kurjum. 2025. "Relevansi Deep Learning Dalam Pendidikan Pesantren: Pendekatan Meaningful, Mindful, Dan Joyful Learning." *Al-Urwatul Wutsqo: Jurnal Ilmu Keislaman Dan Pendidikan* 6(2):239–48. doi: <https://doi.org/10.62285/alurwatulwutsqo.v6i2.277>.
- Wahab, Abdul, Junaedi Junaedi, and Muh. Azhar. 2021. "Efektivitas Pembelajaran Statistika Pendidikan Menggunakan Uji Peningkatan N-Gain Di PGMI." *Jurnal Basicedu* 5(2):1039–45. doi: 10.31004/basicedu.v5i2.845.