

Implementasi Metode Pembelajaran SQ3R (Survey, Question, Read, Recite, Review) dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Biologi Materi Pokok Sistem Pencernaan Makanan Kelas XI SMAN 1 Sungai Lala

Nurfitria

SMA Negeri 1 Sungai Lala, Indragiri Hulu, Riau
e-mail: mulyantomayungan@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam 2 siklus. Subyek penelitian adalah siswa kelas XI SMAN 1 Sungai Lala pada semester genap tahun pelajaran 2018-2018 dengan jumlah peserta didik sebanyak 33 orang. Prosedur penelitian terdiri dari 4 tahap di setiap siklusnya, yakni perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Proses pembelajaran biologi dilaksanakan dengan menggunakan metode pembelajaran SQ3R. Indikator hasil belajar pada penelitian ini berupa tercapainya ketuntasan belajar secara individual maupun klasikal. Permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini yaitu apakah implementasi metode pembelajaran SQ3R dapat meningkatkan hasil belajar biologi di SMAN 1 Sungai Lala. Kemudian, apa yang menjadi hambatan implementasi metode pembelajaran SQ3R terhadap hasil belajar biologidi SMAN 1 Sungai Lala. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar biologi siswa melalui penerapan metode pembelajaran SQ3R mengalami peningkatan, khususnya pada materi pokok sistem pencernaan makanan. Kemudian, untuk Hambatan penggunaan metode SQ3R yaitu sikap pasif peserta didik serta bergantung pada orang lain dalam proses pembelajaran dan keterbatasan fasilitas pembelajaran seperti sumber belajar dan alat peraga pembelajaran yang tersedia.

Kata kunci: SQ3R, Biologi, Sistem pencernaan makanan

Abstract

This research is a classroom-action-research which was carried out in 2 cycles. The subjects of the study were class XI students of SMAN 1 Sungai Lala in the even semester of the 2018-2018 school year with a total of 33 students. The research procedure consists of 4 stages in each cycle, namely planning, implementing actions, observing and reflecting. The biology learning process is carried out using the SQ3R learning method. Indicators of learning outcomes in this study are the achievement of individual and classical learning mastery. The problem that will be discussed in this study is whether the implementation of the SQ3R learning method can improve biology learning outcomes at SMAN 1 Sungai Lala. Then, what are the obstacles to implementing the SQ3R learning method on biology learning outcomes at SMAN 1 Sungai Lala. The results showed that the learning outcomes of students' biology through the application of the SQ3R learning method had increased, especially in the subject matter of the food digestive system. Then, for the obstacles to using the SQ3R method, namely the passive attitude of students and depending on others in the learning process and the limitations of learning facilities such as learning resources and available learning aids.

Keywords: SQ3R, Biology, Digestive system of food

PENDAHULUAN

Belajar merupakan tindakan dan perilaku peserta didik yang kompleks. Sebagai tindakan, maka belajar hanya dialami peserta didik itu sendiri. Peserta didik adalah penentu terjadi atau tidaknya proses belajar. Proses belajar terjadi berkat peserta didik memperoleh sesuatu yang ada di lingkungan sekitar, yang berupa alam, benda-benda, hewan, tumbuh-

tumbuhan, manusia maupun hal-hal yang dijadikan bahan belajar. Selain itu perlu adanya intreraksi antara guru dan peserta didik. Sedangkan interaksi terjadi saat guru mengajar di kelas. Dimiyati dan Mudjiono menyatakan bahwa dalam teori kognitif belajar menunjukkan adanya jiwa yang aktif, jiwa mengolah informasi yang kita terima, tidak sekedar menyimpannya saja tanpa mengadakan transformasi. Hal ini sesuai dengan salah satu prinsip belajar adalah keaktifan. Dengan demikian, belajar hanya dapat terjadi apabila peserta didik aktif mengalami sendiri. Dalam mewujudkan peserta didik aktif maka perlu adanya aktivitas belajar. Aktivitas belajar ini dapat terwujud jika peserta didik dihadapkan pada masalah.

Berhasil atau gagalnya pencapaian tujuan pendidikan tergantung pada proses belajar mengajar yang dialami peserta didik dan guru. Hilgard dan Marquis berpendapat bahwa belajar merupakan proses mencari ilmu yang terjadi dalam diri seseorang melalui latihan dan pembelajaran sehingga terjadi perubahan dalam diri sendiri. Untuk itu guru perlu meningkatkan mutu pembelajarannya, dimulai rancangan pembelajaran yang baik dengan memperhatikan tujuan, karakteristik peserta didik, materi yang diajarkan, dan sumber belajar yang tersedia. Kenyataannya masih banyak ditemui proses pembelajaran yang kurang berkualitas, tidak efisien dan kurang mempunyai daya tarik, bahkan cenderung membosankan, sehingga hasil belajar yang dicapai tidak optimal.

Proses pembelajaran yang baik adalah pengajaran yang menyediakan dan memberi kesempatan pada peserta didik untuk mengembangkan otak kiri (otak perekam) dan otak kanan (otak pemikir). Peserta didik tidak hanya tahu tentang "sesuatu" tetapi juga dapat bertanya tentang sesuatu, dapat menyampaikan sesuatu, dan dapat memperagakan sesuatu. Salah satu proses pembelajaran dengan menggunakan otak kanan/otak berfikir adalah mengkritisi apa yang dibaca serta mampu menerangkan apa yang dibaca kepada orang lain dengan kata-katanya sendiri.

Peserta didik hanya mungkin dapat belajar dengan baik manakala ada dalam suasana yang menyenangkan, merasa aman, bebas dari rasa takut. Oleh karena itu guru harus bisa menciptakan iklim belajar yang kondusif karena merupakan faktor pendorong yang dapat memberikan daya tarik tersendiri dalam proses belajar, sebaliknya iklim yang kurang menyenangkan akan menimbulkan kejenuhan dan rasa bosan. Iklim belajar yang menyenangkan akan membangkitkan semangat dan menumbuhkan aktivitas serta kreativitas peserta didik, peserta didik lebih mudah dalam memahami materi pelajaran.

Metode adalah salah satu alat untuk mencapai tujuan. Dengan memanfaatkan metode secara tepat guru akan mampu mencapai tujuan pengajaran. Dalam menggunakan suatu metode pembelajaran, tidak ada suatu metode yang lebih baik dari metode pembelajaran yang lain. Masing-masing metode pembelajaran mempunyai keunggulan dan kelemahan, oleh karena itu guru harus bisa memilih metode pembelajaran sesuai dengan materi yang disampaikan.

Aktivitas guru dan peserta didik sebagai pelaku utama dalam kegiatan belajar mengajar mutlak diperlukan demi tercapainya tujuan belajar. Aktivitas guru yang mampu membangkitkan aktivitas dan kreatifitas peserta didik, sehingga kegiatan belajar mengajar berlangsung dinamis. Peserta didik yang aktif mendengar, berfikir, bertanya, menjawab, menanggapi pertanyaan adalah salah satu bukti keberhasilan dalam proses belajar mengajar.

Kerja sama dalam kelompok dapat dikaitkan dengan nilai, sehingga kerja sama peserta didik makin intensif dan peserta didik dapat mencapai kompetensinya. Belajar bersama dalam kelompok adalah suatu cara yang dipakai untuk menyelenggarakan pembelajaran dalam bentuk kelompok belajar yang lebih kecil. Peserta didik dalam satu kelas dibagi menjadi beberapa kelompok belajar yang lebih kecil yang heterogen (campuran) dalam hal kemampuan intelektual, jenis kelamin, dan latar belakang budaya, sehingga terwujud kerjasama untuk saling membantu dalam memahami materi. Dipandang dari tingkat partisipasi aktif peserta didik, keuntungan belajar bersama secara kelompok mempunyai tingkat partisipasi aktif yang tinggi.

Supaya memperoleh hasil belajar yang berkualitas, harus dirancang proses pembelajaran yang berkualitas dengan memperhatikan tingkat berpikir yang akan dipelajari dan dilatihkan. Rancangan proses pembelajaran yang baik adalah rancangan pembelajaran yang menggunakan indikator belajar sebagai rambu-rambu dalam pencapaian hasil. Indikator yang dirumuskan secara baik dapat digunakan untuk mendeteksi sejauh mana hasil belajar dapat dicapai.

Mengalami langsung apa yang sedang dipelajari akan mengaktifkan lebih banyak indera daripada hanya mendengarkan guru menerangkan. Hal ini menunjukkan bahwa jika mengajar dengan banyak berceramah, maka tingkat pemahaman peserta didik hanya 20%, tetapi jika peserta didik diminta untuk melakukan sesuatu sambil mengkomunikasikan, tingkat pemahaman peserta didik dapat mencapai sekitar 90%. Pada dasarnya semua anak memiliki potensi untuk mencapai kompetensi sehingga perlu adanya kreatifitas guru untuk membantu mencapainya.

Untuk itu penulis menerapkan metode pembelajaran SQ3R. Metode belajar tersebut adalah cara mempelajari teks (bacaan) khususnya yang terdapat dalam buku, artiket ilmiah, dan laporan penelitian. Peserta didik akan mudah mengingat materi, karena peserta didik belajar secara berkelompok dan diberi kesempatan lebih aktif mencari serta memahami materi dari teks atau buku sehingga terdapat peluang lebih besar untuk meningkatkan hasil belajar biologi pada materi pokok sistem pencernaan makanan.

Dari uraian di atas maka penulis berkeinginan mengadakan suatu penelitian tindakan kelas dengan judul "Implementasi Metode Pembelajaran SQ3R (Survey, Question, Read, Recite, Review) Dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Biologi Materi Pokok Sistem Pencernaan Makanan Kelas XI SMA N 1 Sungai Lala (Yayasan Taman Pendidikan Islamiyah) Godong–Indragiri Hulu".

Adapun tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui penggunaan metode pembelajaran SQ3R terhadap hasil belajar biologi peserta didik di SMAN Sungai Lala materi pokok sistem pencernaan makanan. Selain itu juga untuk mengetahui hambatan penggunaan metode Pembelajaran SQ3R terhadap hasil biologidi SMAN 1 Sungai Lala

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2018/2019 peserta didik kelas XI SMAN 1 Sungai Lala. Penulis akan menggunakan waktu penelitian selama 2 bulan yaitu minggu ke empat bulan Desember 2018 s/d minggu ke empat bulan Februari 2019. Waktu penelitian ini terhitung mulai peneliti melakukan observasi dan meminta izin ke pihak sekolah hingga selesainya proses penelitian tindakan kelas dan permohonan surat pengesahan penelitian. Subyek penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMA N 1 Sungai Lala Indragiri Hulu dengan jumlah peserta didik 33 orang dengan komposisi 11 anak laki-laki dan 22 anak perempuan.

Dasar untuk tercapainya suatu penelitian, maka diperlukan data yang mempunyai validitas yang tinggi. Dalam penelitian ini penulis menggunakan beberapa metode yaitu:

1. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip nilai, buku, surat kabar, notulen, rapat,

agenda dan sebagainya Metode ini digunakan untuk memperoleh informasi tentang hasil belajar peserta didik pada materi pokok sistem pencernaan makanan dan menghimpun data yang berkaitan dengan catatan-catatan, seperti data tentang visi dan misi sekolah, struktur organisasi, jadwal pembelajaran biologi, daftar nama peserta didik yang dijadikan subjek penelitian, keadaan peserta didik dan guru di SMA N 1 Sungai Lala - Indragiri Hulu serta pengambilan gambar peserta didik dalam pembelajaran menggunakan metode pembelajaran SQ3R.

2. Metode Wawancara

Wawancara adalah alat pengumpulan informasi dengan cara mengajukan sejumlah pertanyaan lisan untuk dijawab secara lisan pula. Metode ini digunakan untuk memperoleh dan melengkapi data-data yang belum diperoleh dari dokumentasi.

3. Metode Observasi

Menurut S. Margono, observasi adalah pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada obyek penelitian.

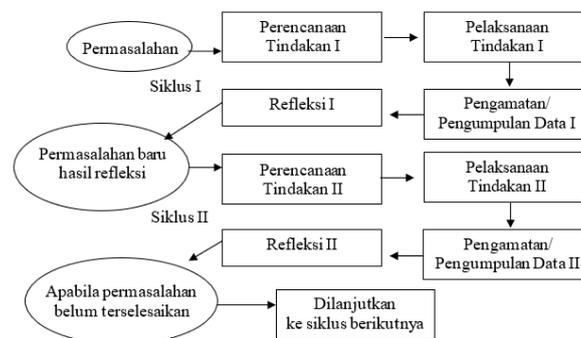
Dengan menggunakan metode ini, penulis secara langsung dapat mengetahui tentang gejala atau peristiwa yang diamati, seperti proses belajar mengajar biologi menggunakan metode pembelajaran SQ3R (Survey, Question, Read, Recite, Review), keadaan peserta didik, keadaan guru, dan lain-lain.

4. Metode Tes

Tes adalah seperangkat rangsangan (stimulan) yang diberikan kepada seseorang dengan maksud untuk mendapat jawaban yang dapat dijadikan dasar bagi penetapan skor angka. Metode ini digunakan untuk memperoleh hasil belajar peserta didik baik secara individu maupun kelompok.

Metode penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut Zainal Aqib, Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu penelitian yang dilakukan oleh guru dikelasnya sendiri melalui refleksi diri dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sehingga hasil belajar peserta didik meningkat. Penelitian tindakan ini dilaksanakan selama dua siklus yaitu siklus I dan siklus II.

Model penelitian tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah model spiral dari Kemmis dan Taggart yang terdiri dari beberapa siklus tindakan. Dimana setiap siklus tersebut terdiri 4 tahapan yang meliputi perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi.



Gambar 1. Siklus PTK

Kemudian data hasil pengamatan dan tes diolah dengan analisis deskriptif untuk menggambarkan keadaan peningkatan pencapaian keberhasilan tiap siklus dan untuk menggambarkan keberhasilan pembelajaran dengan metode pembelajaran SQ3R (Survey, Question, Read, Recite, Review) yang dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.

Data hasil belajar peserta didik

Data hasil belajar peserta didik berupa kemampuan memecahkan masalah di analisis dengan cara menghitung rata-rata nilai dan ketuntasan belajar secara klasikal maupun individu. Adapun rumus yang digunakan adalah:

1. Menghitung nilai rata-rata.

Untuk menghitung nilai rata-rata menggunakan rumus.

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{N} \quad (1)$$

Keterangan:

\bar{x} = rata-rata nilai
N = jumlah peserta didik
 $\sum x$ = jumlah seluruh nilai

2. Menghitung ketuntasan belajar klasikal.

Untuk menghitung ketuntasan belajar secara klasikal, menggunakan analisis deskriptif prosentase dengan perhitungan. Ketuntasan belajar klasikal =

$$\text{Ketuntasan klasikal} = \frac{\text{Jumlah peserta didik yang tuntas belajar}}{\text{Jumlah keseluruhan peserta didik}} \times 100\% \quad (1)$$

Kriteria:

Apabila tingkat ketercapaian < 85% maka penerapan metode pembelajaran SQ3R pada materi pokok sistem pencernaan manusia belum bisa dikatakan efektif. Apabila tingkat ketercapaian \geq 85% maka penerapan metode pembelajaran SQ3R pada materi pokok sistem pencernaan manusia bisa dikatakan efektif.

Indikator Keberhasilan

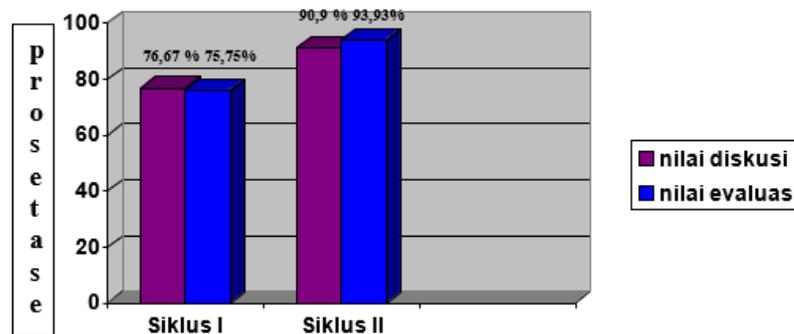
Sebagai indikator keberhasilan dari penelitian tindakan kelas ini adalah jika 85% peserta didik telah memperoleh nilai minimal 62 (sesuai ketentuan KKM dari sekolah). Seorang peserta didik dikatakan telah mencapai ketuntasan belajar secara individu apabila peserta didik tersebut telah mencapai ketentuan belajar secara individual dan mendapat nilai \geq 62 (sesuai ketentuan dari sekolah). Dari indikator ini, maka peneliti berharap agar hasil belajar biologi peserta didik dapat mengalami peningkatan setelah dilakukan tindakan. Dengan adanya peningkatan prosentase hasil belajar biologi peserta didik menjadi 85%, khususnya pada materi pokok sistem pencernaan manusia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari pengamatan siklus I diperoleh temuan antara lain guru dalam melaksanakan penerapan "Metode pembelajaran SQ3R" diawali dengan tahap pemberian apersepsi terhadap materi di kelas dengan metode konvensional, kemudian membagi kelompok dan selanjutnya peserta didik melaksanakan proses pembelajaran menggunakan metode SQ3R akan tetapi pengelolaan waktu kegiatan pembelajaran kurang baik terlihat molornya waktu diskusi kelompok kecil sehingga waktu presentasi singkat. Selain itu juga dalam memberikan motivasi dan bimbingan terhadap peserta didik baik dalam kelompok maupun individu kurang merata sehingga ada beberapa peserta didik yang merasa kesulitan dalam menyelesaikan pemecahan soal diskusi yang diberikan.

Kemudian berdasarkan refleksi pada siklus I, pelaksanaan tindakan pada siklus II oleh guru sudah baik dengan bukti pengelolaan waktu yang sudah sesuai dengan rencana pembelajaran dan pemberian semangat oleh guru kepada peserta didik sudah merata. Disamping itu, peserta didik juga sudah mampu melaksanakan tahapan-tahapan "Metode pembelajaran SQ3R" dengan baik. Terbukti dengan adanya pencarian referensi yang dilakukan peserta didik, diskusi kelompok kecil yang berjalan lancar, presentasi yang cukup memuaskan serta mampu menyelesaikan soal evaluasi

Adapun untuk hasil belajar, dari nilai diskusi peserta didik dalam proses pembelajaran menggunakan metode SQ3R mengalami peningkatan. Hal ini terbukti dengan peningkatan ketuntasan belajar klasikal pada nilai diskusi dari 76,67 % pada siklus I menjadi 90,9% disiklus II. Serta ketuntasan belajar klasikal pada nilai evaluasi dari 75,75 % pada siklus I menjadi 93,93 % pada siklus II. Peningkatan ketuntasan belajar nilai diskusi, dengan ketuntasan belajar nilai evaluasi dalam pembelajaran dari siklus I ke siklus II dapat dilihat pada histogram dibawah ini:



Gambar 2. Histogram Ketuntasan Belajar Dari Nilai Diskusi Peserta Didik Dan Ketuntasan Belajar Dari Nilai Evaluasi Peserta Didik

Selain peningkatan yang terjadi terhadap ketuntasan belajar dari nilai diskusi peserta didik dan ketuntasan belajar dari nilai evaluasi peserta didik, dalam penelitian ini juga terjadi peningkatan terhadap rata-rata hasil belajar peserta didik. Dengan bukti jika dalam siklus I nilai rata-rata kelas pada nilai diskusi 62,2 pada siklus II mengalami peningkatan yaitu 75,72. Sedangkan nilai rata-rata evaluasi siklus I 66,25 mengalami peningkatan menjadi 76,30. Dapat dituliskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.3. Nilai Rata-Rata Kelas Pada Nilai Diskusi Dan Nilai Evaluasi Siklus I Dan Siklus II

Rata-rata	Siklus I	Siklus II
Nilai diskusi	62,2	75,72
Nilai evaluasi	66,25	76,72

Hambatan implementasi SQ3R terhadap hasil belajar

Metode pembelajaran SQ3R lebih mengutamakan keaktifan dan kreatifitas peserta didik, baik dari mencari sumber/referensi materi, menjawab pertanyaan peneliti yang dihadapkan pada kemampuan memadukan beberapa pemikiran atau argumen dari peserta didik dalam kelompok, ketelitian membaca serta kreatifitas dalam menyampaikan atau presentasi didepan kelas. Tentunya akan menimbulkan beberapa hambatan apabila peserta didik tidak mampu diajak kerjasama untuk lebih aktif daripada sekedar menunggu diterangkan guru. Kelebihan penggunaan metode akan menjadi sebuah hambatan tanpa adanya motivasi dari diri peserta didik dan guru untuk menciptakan suasana kelas yang menyenangkan dan kooperatif.

Hambatan yang terjadi pada siklus I sudah mampu diminimalisir tetapi hambatan yang masih dirasakan dalam siklus II adalah kurangnya sumber bacaan yang tersedia disekolah, motivasi dari peserta didik untuk belajar masih tergolong rendah apalagi ketika guru tidak mampu bersikap tegas dalam pembelajaran maupun pemberian nilai hal tersebut akan sedikit demi sedikit mengalami perubahan apabila mulai didukung dari berbagai pihak yaitu keluarga dan sekolah.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan tentang penerapan metode pembelajaran SQ3R (Survey, Question, Read, Recite, Review) sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan hasil belajar pada materi pokok sistem pencernaan manusia di SMAN 1 Sungai Lala, dapat diambil kesimpulan bahwa hasil belajar peserta didik dengan penerapan metode pembelajaran SQ3R (Survey, Question, Read, Recite, Review) khususnya pada materi pokok sistem pencernaan manusia mengalami peningkatan yaitu dari nilai diskusi

siklus I dengan rata-rata 62,2 dengan ketuntasan belajar klasikal (seluruh peserta didik) 76,67%, meningkat menjadi 75,73 dengan ketuntasan belajar klasikal (seluruh peserta didik) 90,9% pada siklus II. Sedangkan nilai evaluasi dengan rata-rata 62,25 dengan ketuntasan belajar klasikal (seluruh peserta didik) 75,75% meningkat menjadi 76,30 dengan ketuntasan belajar klasikal (seluruh peserta didik) 93,93%. Maksudnya, pada siklus I, ada 7 peserta didik yang tidak tuntas dalam nilai diskusi serta 8 peserta didik yang memperoleh nilai evaluasi di bawah KKM (62), sedangkan pada siklus II, hanya ada 3 peserta didik tidak tuntas nilai diskusi dan 2 peserta didik yang nilai evaluasinya di bawah KKM.

Kemudian hambatan yang dialami dalam proses pembelajaran menggunakan metode pembelajaran SQ3R (Survey, Question, Read, Recite, Review) untuk meningkatkan hasil belajar pada materi sistem pencernaan makanan manusia antara lain:

Selain itu, motivasi dari peserta didik untuk belajar masih tergolong rendah apalagi ketika guru tidak mampu bersikap tegas dalam pembelajaran maupun pemberian nilai hal tersebut akan sedikit demi sedikit mengalami perubahan apabila mulai didukung dari berbagai pihak yaitu keluarga dan sekolah.

Jadi, dengan adanya keterbatasan buku disekolah, walaupun didukung referensi dari internet, tetapi tanpa adanya kreatifitas peserta didik untuk mencari sumber materi dari tempat lain, juga akan menjadi hambatan terlaksananya pembelajaran dengan metode SQ3R sehingga hasil belajar tidak mencapai indikator yaitu nilai 62 (sesuai KKM).

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan terselesaikannya penulisan PTK ini, peneliti tidak lupa mengucapkan puji syukur Alhamdulillah kehadiran Allah SWT atas Rahmat, Taufiq dan Hidayah-Nya.

Peneliti menyadari adanya kekurangan dan kelemahan yang ada dalam PTK ini, oleh karena itu saran dan kritik yang membangun dari berbagai pihak tetap peneliti harapkan. Semoga PTK ini bisa bermanfaat bagi peneliti pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Akhirnya tidak lupa peneliti sampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu sepenuhnya dalam menyelesaikan PTK ini, semoga amal ibadahnya diterima oleh Allah SWT. Amien.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, Shaleh, Aziz dan Abdul Aziz Abdul Majid, At- Tarbiyah Wa Taruqu Tadris, Mesir: Darul Ma'arif.
- Ahmadi, Abu dan Widodo Supriyono, 2004, Psikologi Belajar, Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Almatsier, Sunita, 2006, Prinsip Dasar Ilmu Gizi, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Umat.
- Aqib, Zaenal, dkk, 2008 Penelitian Tindakan Kelas untuk Guru SD, SLB, dan TK, Bandung: CV. Yrama Widya.
- Aqib, Zaenal, dkk, 2008 Penelitian Tindakan Kelas untuk Guru SMP, SMA, SMK, Bandung: CV. Yrama Widya.
- AR, Fadhal, dkk, 2002 Al-Qur'an dan Terjemahannya, Jakarta: Depag RI,
- Arikunto, Suharsimi, 2002 Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek, Jakarta:PT. Rineka Cipta.
- AR, Fadhal, dkk, 2008, Penelitian Tindakan Kelas, Jakarta, PT. Bumi Aksara.
- Bahri, Syaiful, Djamarah, Aswan Zain, 2006, Strategi Belajar Mengajar edisi revisi, Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Dimiyati, Mudjiono, 2006, Belajar dan pembelajaran, Jakarta: Rineka Cipta.
- Fried, George H. dan George J. Hademenos, 2005, Teori dan soal-soal Biologi, Jakarta:Erlangga.
- Hamalik, Oemar, 2003 Proses Belajar Menagajar, Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Harsanto, Ratno, 2007, Pengelolaan Kelas Yang Dinamis, Yogyakarta: Kanisius.
- Irianto, Kus, 2004, Struktur dan Fungsi Tubuh Manusia Untuk Paramedis, Bandung: Yrama Widya.

Kurniasari, Nita, 2007, Penggunaan Metode Survey, Question, Read, Recite, Review, (SQ3R) Dalam Pembelajaran Kooperatif Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Ekonomi Pokok Bahasan Sistem Perekonomian Indonesia Pada Peserta didik Kelas VIII SMP NU 01 Muallimin Weleri.

Internet

Atprima, 2019, Studyout, <http://www.atprima.com/studyout,htm>. Kamis, 4 Maret 2019. 11.00.
Ency tv, 2019, Lambung, <http://www.ency.tcv.pl/id/wiki/lambung.html>. Selasa, 5 Februari 2019.10.00.
NCSU,2019, Reading, http://www.ncsu.edu/counseling_center/ Kamis, 4 Maret 2019. 10.30.
Starts speed reading, 2019, <http://www.startspeedreading.com>. Kamis, 4 Maret 2019. 10.30.
Wikipedia, 2018, Sistem pencernaan, http://id.wikipedia.org/wiki/sistem_pencernaan Rabu, 16 September 2018, 10.00.
Wikipedia, 2019, Speed reading, http://en.wikibooks.org/wiki/Speed_reading#SQ3R, Kamis, 4 Maret 2019. 10.30.