

**PENGARUH PEMBELAJARAN KOOPERATIF *JIGSAW*
TERHADAP HASIL BELAJAR POLA HIDUP SEHAT
SISWA KELAS VII SMPN 2 JOGOROTO**

ARTIKEL



Oleh :

MUHAMMAD DONI KURNIAWAN
NIM. 158078

**SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDDIKAN
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA JOMBANG
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN ARTIKEL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
STKIP PGRI JOMBANG

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aditya Harja Nenggar, M. Pd

Jabatan : Pembimbing Skripsi

Menyetujui artikel ilmiah dibawah ini:

Nama Penulis : Muhammad Doni Kurniawan

NIM : 158078

Judul Artikel : **PENGARUH PEMBELAJARAN KOOPERATIF JIGSAW
TERHADAP HASIL BELAJAR POLA HIDUP SEHAT
SISWA KELAS VII SMPN 2 JOGOROTO**

Untuk diusulkan agar dapat diterbitkan di jurnal ilmiah sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jombang, 13 Februari 2020

Pembimbing

Aditya Harja Nenggar, M. Pd
NIK. 0104770095

PENGARUH PEMBELAJARAN KOOPERATIF JIGSAW TERHADAP HASIL BELAJAR POLA HIDUP SEHAT SISWA KELAS VII SMPN 2 JOGOROTO

Muhammad Doni Kurniawan

S-1 Program Studi Pendidikan Jasmani
Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Email : Kurniawanmuhmmaddoni@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh kurangnya hasil belajar siswa pada materi pola hidup. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data tentang hasil belajar pola hidup sehat siswa yang diterapkan model pembelajaran kooperatif jigsaw. Hal ini untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran kooperatif jigsaw terhadap hasil belajar pola hidup sehat. Dengan diterapkan model pembelajaran kooperatif jigsaw siswa diharapkan dapat menjadi aktif dalam materi pola hidup sehat. kelebihan model pembelajaran jigsaw salah satunya adalah meningkatkan daya ingat sehingga siswa dapat lebih mudah untuk memahami materi pola hidup sehat.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh seluruh kelas VII SMPN 2 Jogoroto, yang sampelnya dipilih menggunakan tehnik *simple random sampling* yang mendapatkan kelas eksperimen. Kelas VII C sebagai kelas experiment berjumlah 32 siswa. Tehnik pengumpulan datanya melalui angket yang berjumlah 50 butir pernyataan.

Dari perhitungan data diperoleh t_{hitung} sebesar 2,77 dan t_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan jumlah reponden 32 peserta didik dengan $df = n-1$ diperoleh 31, t_{tabel} dengan interpretasi sebesar 2,039, dengan demikian dapat diketahui bahwa tidak ada perbedaan besar antara *pretet* dan *posttest*, karena $t_{hitung} (2,77) > t_{tabel} (2,039)$. Maka H_0 di tolak H_1 di terima, berarti ada pengaruh pembelajaran kooperatif jigsaw terhadap hasil belajar pola hidup sehat siswa kelas VIIc SMPN 2 Jogoroto.

Kata kunci : pola hidup sehat, pembelajaran kooperatif jigsaw

This research is motivated by the lack of student learning outcomes on lifestyle material. The purpose of this study was to obtain data on the learning outcomes of students' healthy lifestyles that were applied by the Jigsaw cooperative learning model. This is to determine the effect of the Jigsaw cooperative learning model on learning outcomes for a healthy lifestyle. By applying the jigsaw cooperative learning model students are expected to be active in healthy lifestyle material. One of the strengths of a jigsaw learning model is that it improves memory so students can more easily understand the material in a healthy lifestyle.

The population in this study was all of the whole VII class of SMP 2 Jogoroto, for which the sample was selected using a simple random sampling technique that received an experimental class. Class VII C as an experimental class totaling 32 students. Data collection techniques through a questionnaire, amounting to 50 statements.

From the calculation of the data obtained t of 2.77 and t at a significant level of 5% with the number of respondents 32 students with $df = n-1$ obtained 31, t with an interpretation of 2.039, thus it can be seen that there is no big difference between pretest

and posttest , because $t(2, 77) > t(2, 039)$. Thus it can be concluded that there are significant differences in the effect of Jigsaw learning models. So H_0 rejected H_1 accepted, meaning that there is an influence of jigsaw cooperative learning on learning

outcomes of healthy lifestyle patterns for students of VIIc grade at SMPN 2 Jogoroto.

Keywords: healthy lifestyle, cooperative learning jigsaw

PENDAHULUAN

Perilaku hidup sehat yang merupakan kebiasaan yang dilakukan oleh seseorang yang berhubungan dengan kesehatan, termasuk didalamnya adalah siswa yang sangat penting untuk diterapkan disekolah. Karena dengan berperilaku hidup sehat yang dilakukan siswa maka dapat dimungkinkan terhindar dari serangan penyakit, sehingga siswa mempunyai kondisi fisik dan mental yang sehat. Dengan kondisi ini siswa dapat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dengan optimal.

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan pada dasarnya merupakan bagian rekonstruksi dari sistem pendidikan nasional secara menyeluruh. Pada era globalisasi saat ini pendidikan dikatakan berhasil tergantung pada seberapa besar kualitas pendidikan yang dimiliki oleh negaranya. Menurut (Junaedi, 2015) Penjas adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, diantaranya :psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa.

Berhasilnya tujuan pembelajaran penjas ditentukan oleh guru itu sendiri. Selain pendidik salah satunya dengan model pembelajaran, model pembelajaran adalah suatu perencanaan atau pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran dikelas atau pembelajaran tutorial, model pembelajaran mengacu pada pendekatan pembelajaran yang akan digunakan, termasuk di dalamnya tujuan-tujuan pengajaran, tahap-tahap dalam kegiatan pembelajaran, dan pengelolaan dalam kelas (Afandi, Chamalah, & Puspita Wardani, 2013).

Pembelajaran kooperatif yang dimaksudkan adalah strategi pembelajaran yang melibatkan partisipasi siswa dalam satu kelompok kecil untuk saling berinteraksi Nurulhayati, 2002 : 25 (dalam Rusman, 2010 : 203). Sedangkan pembelajaran kelompok adalah untuk rangkaian kegiatan belajar yang dilakukan oleh siswa dalam

kelompok-kelompok tertentu untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan.

Model pembelajaran kooperatif jigsaw, jigsaw telah dikembangkan dan diuji cobakan oleh Elliot Aronson. Dalam penerapan jigsaw, kooperatif jigsaw sebuah model belajar kooperatif yang menitik beratkan pada kerja kelompok siswa dalam bentuk kelompok kecil. siswa dibagi berkelompok dengan lima atau enam anggota kelompok belajar heterogen. Setiap anggota bertanggung jawab untuk mempelajari, menguasai bagian tertentu bahan yang diberikan kemudian menjelaskan pada anggota kelompoknya. Dengan demikian terdapat rasa saling membutuhkan dan harus bekerjasama secara kooperatif untuk mempelajari materi yang ditugaskan (Syarifuddin, 2011).

Untuk mewujudkan harapan diatas, satu diantaranya yang harus dikembangkan melalui proses pembelajaran di sekolah yang mencakup beberapa mata pelajaran, diantara mata pelajaran pendidikan jasmani. Karena dengan pemberian materi secara ceramah peserta didik merasa bosan berada dikelas, sehingga dengan memunculkan model pembelajaran jigsaw diharapkan materi terserap dengan maksimal.

Pola hidup sehat adalah materi dalam pembelajaran di dalam kelas salah satunya indikatornya antara lain : pola makanan sehat, zat gizi makanan, gizi seimbang dan pengaruh zat gizi makanan terhadap kesehatan (Maulana, 2018). Pengetahuan pola makan sehat adalah segala sesuatu yang dipakai atau yang dipergunakan oleh manusia supaya hidup, zat makanan yang diperlukan oleh tubuh manusia meliputi karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral dan air.

Dari hasil observasi yang telah dilakukan didapatkan hasil observasi mengenai hasil belajar siswa pada materi pola hidup sehat dengan hasil 53,13% tidak tuntas dari 32 peserta didik. Sehingga dapat dinyatakan belum dapat dinyatakan tuntas pada materi pola hidup sehat. Karena materi pola hidup sehat masuk dalam rencana pelaksanaan pembelajaran di sekolah tersebut. Hal ini yang mendorong peneliti untuk meneliti tentang apakah ada pengaruh penerapan suatu pendekatan pembelajaran terhadap ketercapaian materi kepada siswa. Dan judul yang diambil adalah “Pengaruh Pembelajaran Kooperatif Jigsaw Terhadap Hasil Belajar Pola Hidup Sehat Siswa Kelas VII SMP N 2 Jogoroto.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu pendekatan yang dicirikan oleh pengujian hipotesis dan digunakannya instrumen-instrumen tes yang standar. Penelitian ini menggunakan eksperimen yaitu suatu penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab akibat diantara variabel(Maksum, 2012) Dimana penelitian ini menggunakan metode *Pre experiment design* menggunakan model *One group Pretest-Posttest Design*. Desain ini tidak ada kelompok kontrol dan subjek tidak ditempatkan secara acak (Maksum, 2012:96). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik penarikan sampel secara acak atau *simple random sampling*. Cara pengambilan data dari penelitian ini diperoleh dengan observasi, dokumentasi, dan angket. penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti. instrumen akan digunakan untuk melakukan pengukuran dengan tujuan menghasilkan data yang akurat. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Tes angket yang digunakan untuk mengukur hasil belajar pola hidup sehat. Untuk menganalisis data dalam penelitian, peneliti menggunakan bantuan komputer progas SPSS versi 25.0 untuk tehnik analisi data menggunakan uji normalitas, uji homogonitas, uji hipotesis.

Hasil Penelitian

A. Deskriptif Data

Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah peserta didik kelas VII C. Jumlah sampel data penelitian ini adalah 32 peserta didik yang terdiri dari 17 laki-laki dan 15 perempuan.

Tabel. 1 Deskripsi data Pengaruh *pembelajaran Jigsaw* Terhadap Hasil Belajar Pola Hidup Sehat Siswa Kelas VII C di SMP Negeri 2 Jogoroto.

NO	DESKRIPSI	STATISTIK
1	Jumlah sampel (N)	32
2	Jumlah <i>Pre test</i>	4554
3	Jumlah <i>Post test</i>	4669
4	<i>Mean pretest</i>	142,31
5	<i>Mean posttest</i>	145,90

(Sumber : Data primer yang diolah)

Dari tabel di atas dapat diketahui jumlah sampel dari kelas kontrol sebanyak 32 peserta didik dengan jumlah *pretest* sebesar 4554 dan jumlah *posttest* sebesar 4669. Setelah mendapatkan data tersebut dilanjutkan dengan menghitung mean dan standar deviasi dari *pretest* dan *posttest*. dan didapatkan hasil *meanpretest* sebesar 142,3 dan *meanposttest* sebesar 145,90.

a. Uji Normalitas

Tabel .2 Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pretest	.097	32	.200*	.984	32	.911
Posttest	.126	32	.200*	.977	32	.711
*. This is a lower bound of the true significance.						
a. Lilliefors Significance Correction						

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa daftar Sig. pada kolom Shapiro-Wilk adalah 0,911 untuk *pretest* dan 0,711 untuk *posttest*. Data jika dikatakan normal apabila Sig. dari uji normalitas $\geq 0,05$. Dengan demikian data yang diperoleh peneliti pada kali ini adalah normal.

b. Uji Homogenitas

Tabel 4.3 Hasil Uji Homogenitas

		Levene			
		Statistic	df1	df2	Sig.
posttest	Based on Mean	1,184	7	12	,380
	Based on Median	,394	7	12	,889
	Based on Median and with adjusted df	,394	7	6,437	,877
	Based on trimmed mean	1,095	7	12	,424

Dari tabel uji homogenitas di atas didapat hasil Sig. 0,038. Karena hasil Sig. yang diperoleh $\geq 0,05$, maka data yang diperoleh pada penelitian kali ini homogen.

c. Uji T

Tabel 4.4 Hasil Uji Paired Samples Test(Uji T)

Paired Samples Test			
		Pair 1	
		posttest – pretest	
Paired Differences	Mean	3,59375	
	Std. Deviation	7,34346	
	Std. Error Mean	1,29815	
	95% Confidence Interval of the Difference	Lower	,94615
		Upper	6,24135
T		2,768	
Df		31	
Sig. (2-tailed)		,009	

Berdasarkan perhitungan dari seluruh data yang diperoleh oleh peneliti dari SMPN 2 Jogoroto diperoleh t_{hitung} sebesar 2,77 yang kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan jumlah responden 32 peserta didik dengan $df = n-1$ diperoleh 31, t_{tabel} dengan interpretasi sebesar 2,039, dengan demikian dapat diketahui bahwa tidak ada perbedaan besar antara *pretest* dan *posttest*, karena $t_{hitung} (2,77) > t_{tabel} (2,039)$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengaruh model pembelajaran *Jigsaw* terhadap hasil belajar pola hidup pada kelas VII C di SMPN 2 Jogoroto. berarti ada pengaruh pembelajaran kooperatif *jigsaw* terhadap hasil belajar pola hidup sehat siswa kelas VIIc SMPN 2 Jogoroto.

Pembahasan

Pembahasan ini akan menguraikan hasil penelitian tentang pengaruh pembelajaran kooperatif *jigsaw* terhadap hasil belajar *pola hidup sehat* kelas VII C SMPN 2 Jogoroto. Untuk mengatasi masalah kurangnya hasil belajar *pola hidup sehat* atas peserta didik perlu adanya proses pembelajaran yang kreatif, inovatif, efektif dan menarik sehingga siswa lebih mudah untuk menerima materi yang diajarkan, salah satunya yaitu melalui penerapan pembelajaran kooperatif *Jigsaw*.

Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian dengan perhitungan dari seluruh data yang diperoleh oleh peneliti dari SMPN 2 Jogoroto diperoleh t_{hitung} sebesar 2,77 yang kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan jumlah reponden 32 peserta didik dengan $df = n-1$ diperoleh 31, t_{tabel} dengan interpretasi sebesar 2,039, dengan demikian dapat diketahui bahwa tidak ada perbedaan besar antara *pretest* dan *posttest*, karena t_{hitung} sebesar 2,77 > t_{tabel} 2,039. Maka H_0 di tolak H_1 di terima, berarti ada pengaruh pembelajaran kooperatif jigsaw terhadap hasil belajar pola hidup sehat. Pembelajaran kooperatif *jigsaw*, Jhonson and Jhonson (dalam Rusman 2010:219) melakukan penelitian tentang pembelajaran kooperatif *jigsaw* yang hasilnya menunjukkan bahwa interaksi kooperatif *jigsaw* memiliki berbagai pengaruh positif terhadap perkembangan anak. Pengaruh positif tersebut adalah meningkatkan daya ingat, dapat digunakan untuk mencapai taraf penalaran tingkat tinggi dan mendorong tumbuhnya motivasi sehingga pembelajaran kooperatif *jigsaw* dapat membantu dalam penjelasan materi pola hidup sehat.

Dalam penelitian ini mencoba membandingkan dengan penelitian yang relevan antara lain. Hasil Penelitian yang relevan Fendi Subiantoro dengan judul “Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Learning Jigsaw Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Servis Bola Voli Studi Pada Siswa Kelas VII SMPN 2 Tembelang Jombang”.

Penutup

A. Simpulan

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah diuraikan pada bab IV, dapat dikemukakan simpulan sebagai berikut:

Berdasarkan perhitungan dari seluruh data yang diperoleh oleh peneliti dari SMPN 2 Jogoroto diperoleh t_{hitung} sebesar 2,77 yang kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan jumlah reponden 32 peserta didik dengan $df = n-1$ diperoleh 31, t_{tabel} dengan interpretasi sebesar 2,039, dengan demikian dapat diketahui bahwa tidak ada perbedaan besar antara *pretest* dan *posttest*, karena t_{hitung} (2,77) > t_{tabel} (2,039). Maka H_0 di tolak H_1 di terima, berarti ada pengaruh pembelajaran kooperatif *jigsaw* terhadap hasil belajar pola hidup sehat siswa kelas VIIc SMPN 2 Jogoroto.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas saran – saran yang perlu di ungkapkan adalah sebagai berikut:

1. Untuk meningkatkan hasil belajar *pola hidup sehat* dalam materi pola hidup sehat harus di terapkan pembelajaran kooperatif yang kreatif, variatif dan menyenangkan.
2. Pendidik lebih meningkatkan pengetahuannya akan model pembelajaran yang lebih variatif guna meningkatkan motivasi belajar peserta didik.
3. Untuk penelitian selanjutnya dalam pembelajaran pola hidup sehat bisa menggunakan metode yang yang lain tidak hanya menggunakan pembelajaran kooperatif *Jigsaw*.
4. Untuk pembelajaran kooperatif *jigsaw* lebih tegas dalam pembentukan kelompok, pembagian materi karena sangat sulit untuk mengendalikan peserta didik dengan baik.

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan inovasi kepada pendidik agar dapat memberikan kemudahan dalam penyampaian tujuan pembelajaran kepada peserta didik, untuk itu disarankan agar guru pendidikan jasmani selalu memberikan inovasi-inovasi kepada peserta didik dengan jalan antara lain, model pembelajaran *jigsaw* agar peserta didik dapat lebih termotivasi dalam mengikuti pembelajaran pola hidup sehat.

Daftar Pustaka

- Junaedi 2015. (2015). Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 03 Nomor 03 Tahun, 03, 834–842. Diambil dari <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>.
- Afandi, M., Chamalah, E., & Puspita Wardani, O. (2013). *Model & Metode Pembelajaran di Sekolah*. Unissula Press.
- Syarifuddin, A. (2011). Model Pembelajaran Cooperative Learning Tipe Jigsaw Dalam Pembelajaran. *Ta'dib*, 16(02), 209–226.
- Maulana, R. (2018). Rancang Bangun Sistem Kendali Pola Hidup Sehat dengan Metode Intermittent Fasting, 3(2), 1–5.
- Maksum, A. (2012). *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press..