

MEMAHAMI PENTINGNYA MENJAGA ASUPAN MAKANAN SEHAT DENGAN MODEL PEMBELAJARAN *COOPERATIVE TIPE NUMBER HEAD TOGETHER* (NHT)Dwiba Elisa¹⁾, Siti Alimah²⁾, Sri Sulistiyorini³⁾

Pendidikan Dasar, Universitas Negeri Semarang

¹dwibaelisa12@gmail.com; ²siti_alimah@mail.unnes.ac.id; ³boendha_rini@yahoo.co.id

Abstract: *The purpose of this study was to improve the activity and cognitive learning outcomes of students using the NumberT Together Learning Model (NHT) Cooperative. The research methodology used is quantitative pre-experimental research with research design using a one-time case study. The data obtained in this study were data from pretest and posttest. The data analyzed to see the score of the test results. Then the test results are calculated on average and calculate the N-Gain between the pretest and posttest. The learning process using cooperative learning model Number Head Together (NHT) seen from the results of pretest 67.142 and posttest results 77.142 shows a 10% increase in student learning outcomes in the medium category with N-Gain value 0.304. While based on the results of the learning done, the cooperative learning model Number Head Together (NHT) increases student learning activities by 30% from 55% to 85%.*

Keywords: *Cooperative, NHT, Learning, Activity, Outcome.*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan untuk membentuk sumber daya manusia sehingga dapat meningkatkan kualitas hidupnya. Selain itu, untuk menghadapi persaingan global diperlukan pendidikan untuk menguasai dan mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi sehingga membentuk manusia yang berakal dan berhati nurani.

Keberhasilan pembangunan disegala bidang dipengaruhi oleh salah satu faktor yaitu sumber daya manusia. Guna pembentukan sumber daya manusia yang diinginkan hingga saat ini pendidikan masih diyakini untuk menangani hal tersebut. Untuk itu perlu adanya peningkatan mutu pendidikan yang dilakukan secara berkesinambungan guna menjawab perubahan zaman. Peningkatan mutu pendidikan tidak lepas dari masalah proses pembelajaran. Proses penyelenggaraan pembelajaran yang dikelola oleh guru yang cenderung tidak dilakukan secara maksimal sehingga siswa menjadi pasif dan kurang tertarik pada mata pelajaran yang diikuti, yang menyebabkan hasil belajar menjadi rendah.

Proses pembelajaran pada kurikulum 2013 menurut Permendikbud No 65 Tahun 2013 tentang Standar Proses Kurikulum 2013 memperkuat pembelajarannya dengan pendekatan ilmiah (scientific), tematik terpadu (tematik antar mata pelajaran), dan tematik (dalam suatu mata pelajaran). Proses pembelajaran dengan menggunakan pendekatan tematik terpadu adalah mengintegrasikan berbagai kompetensi dari berbagai mata pelajaran ke dalam suatu tema. Seperti pada tema 3 Makanan Sehat dengan Subtema Pentingnya Menjaga Asupan Makanan Sehat pada kelas 5 Semester 1, pada subtema tersebut terdapat 2 mata pelajaran yaitu bahasa Indonesia dan IPA.

Seyogyanya jika suatu sekolah sudah menerapkan kurikulum 2013 dalam proses pembelajarannya, aktivitas dan hasil belajar siswanya baik karena dibantu oleh konsep pendekatan yang terdapat pada buku siswa. Namun, pada kenyataan di lapangan guru masih menggunakan cara-cara lama dalam menyampaikan materinya dan distribusi buku untuk guru dan siswa pun belum merata, guru dan siswa masih menggunakan LKS yang dijual oleh pihak ketiga atau pengembang sehingga esensi dari pembelajaran tematik terpadu tersebut tidak berjalan sesuai dengan harapan.

Hal tersebut sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan pada hari Kamis, 11 Oktober 2018 di SD Islam Ta'allumul Huda Bumiayu, diperoleh data bahwa upaya guru dalam menciptakan pembelajaran yang menarik dan inovatif masih rendah yang mengakibatkan hasil belajar kurang optimal. Sesungguhnya proses pembelajaran akan bermakna dan dapat mencapai tujuan yang diharapkan karena tidak lepas dari adanya dukungan fasilitas dan kemampuan guru dalam mengorganisasikan pembelajaran. Pemilihan model pembelajaran menjadi salah satu faktor yang harus diperhatikan.

Untuk mengatasi hal tersebut peneliti terdorong untuk melakukan suatu penelitian dengan menggunakan model pembelajaran *cooperative* dalam pembelajaran tematik terpadu. Model *cooperative* adalah model pembelajaran yang mengutamakan adanya kerjasama antar siswa dalam kelompok dan diarahkan untuk mempelajari materi yang telah ditentukan (Astrawan, 2013).

Model pembelajaran yang termasuk pada model *cooperative* yang akan digunakan yaitu *Number Head Together* (NHT). Menurut Huda (Mulyana, dkk. 2016) model pembelajaran kooperatif tipe *Number Head Together* (NHT) dalam tipe ini siswa diberi penomoran, belajar secara berkelompok, bekerjasama untuk menyatukan ide-ide yang dimiliki siswa dan berani mengemukakan pendapatnya di depan kelas yang akan meningkatkan motivasi siswa dan aktif dalam proses pembelajaran. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyana, dkk (2016) dengan menggunakan model yang sama namun pada materi yang berbeda menyatakan bahwa model *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT) dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar siswa.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Destiyandani, dkk (2016) yang menyatakan bahwa model *Number Head Together* (NHT) dapat meningkatkan hasil belajar dan penguasaan materi segitiga oleh siswa.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran yaitu *Number Head Together* (NHT) yang mengutamakan adanya kerjasama antar siswa, adanya pemberian nomor untuk mempermudah guru menunjuk siswa yang akan

mengemukakan pendapatnya. Model pembelajaran yaitu *Number Head Together* (NHT) dapat meningkatkan hasil belajar, motivasi dan aktivitas siswa dalam belajar.

Oleh karenanya peneliti ingin melakukan inovasi dalam proses pembelajaran kurikulum 2013 yang sudah menggunakan tematik terpadu (tematik antar mata pelajaran) yang kemudian didukung dengan model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT) yang bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar kognitif siswa sehingga dalam penelitian ini peneliti akan mengangkat judul tentang “Memahami pentingnya menjaga asupan makanan sehat dengan model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT)”.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan di kelas 5B SD Islam Ta'allumul Huda Bumiayu yang merupakan sekolah milik yayasan wakaf perguruan Ta'allumul Huda yang beralamatkan di Jl. Hj. Aminah Dukuhturi, Kec. Bumiayu, Kab. Brebes Propinsi Jawa Tengah yang telah berdiri sejak tahun 1912. Penelitian ini merupakan penelitian pra eksperimen. Menurut Dantes (Sugiartini, 2015) penelitian pra eksperimental ditandai dengan tidak adanya kelompok pembanding dan randomisasi. Desain penelitian merupakan bagaimana rancangan penelitian dilaksanakan. Desain penelitian dalam penelitian ini menggunakan *one shot case study*.

Subjek penelitian ini adalah 21 siswa yang merupakan seluruh siswa kelas 5B SD Islam Ta'allumul Huda Bumiayu. Variabel bebas pada penelitian ini yaitu model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT). Objek dalam penelitian ini yaitu aktivitas dan hasil belajar siswa, sebagai akibat dari penggunaan model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT). Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah hasil belajar siswa pada subtema pentingnya menjaga asupan makanan sehat dan aktivitas belajar siswa selama proses pelajaran. Untuk mengumpulkan data, peneliti menggunakan lembar observasi untuk aktivitas belajar siswa dan tes untuk mengukur hasil belajar siswa.

Metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu data utama yang dipakai untuk melihat peningkatan hasil belajar adalah data hasil *pretest* dan *posttest*. Data tersebut dianalisis untuk melihat skor hasil tes. Selanjutnya hasil tes tersebut dihitung rata-ratanya. Serta menghitung N- Gain antara *pretest* dan *posttest*. Untuk menghitung N-Gain dapat digunakan rumus Hake (Yusuf, 2018).

Kriteria perolehan skor N-Gain dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. *Kategori Perolehan Skor N-Gain*

Batasan	Kategori
$g > 0,7$	Tinggi
$0,3 < g \leq 0,7$	Sedang
$g \leq 0,3$	Rendah

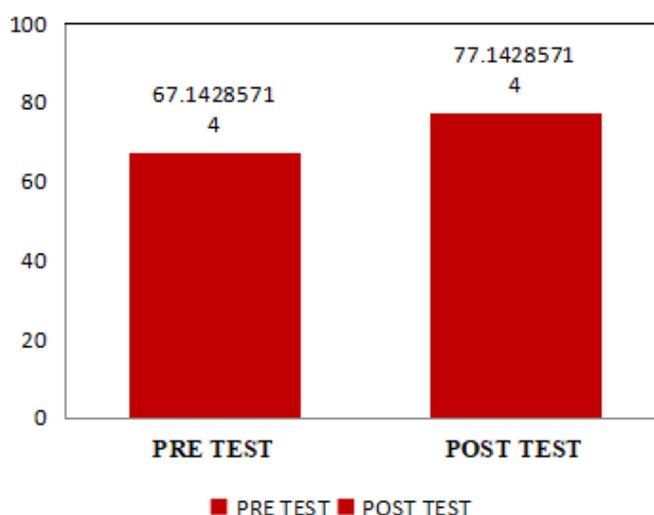
Adapun hipotesis pada penelitian ini yaitu (1) terdapat pengaruh penggunaa model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT) terhadap aktivitas

belajar siswa kelas 5B SD Islam Ta'allumul Huda Bumiayu pada subtema pentingnya menjaga asupan makanan sehat. (2) terdapat pengaruh penggunaa model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT) terhadap hasil belajar siswa kelas 5B SD Islam Ta'allumul Huda Bumiayu subtema pentingnya menjaga asupan makanan sehat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan pada satu hari pelajaran dengan menggunakan model pembelajaran yaitu *Number Head Together* (NHT) berbasis tematik dengan materi pelajaran yang saling terkait melalui langkah-langkah penggunaan model pembelajaran *Number Head Together* (NHT). Langkah penggunaan model pembelajaran *Number Head Together* (NHT) adalah sebagai berikut: (1) Masing-masing siswa diberikan nomor. (2) Siswa diminta untuk membuat kelompok. (3) Siswa diberikan permasalahan yang harus dijawab secara bekerja sama dalam kelompoknya. (4) siswa ditunjuk secara acak secara bergiliran untuk menyampaikan hasil yang telah diperoleh. (5) adanya pemberian *reward* pada siswa yang berani dan tepat.

Berdasarkan hal tersebut, diperoleh hasil penelitian yang dilakukan pada bulan oktober 2018 yaitu data *pretest* dan *posttest*. Berikut diagram rerata nilai *pretest* dan *posttest*:



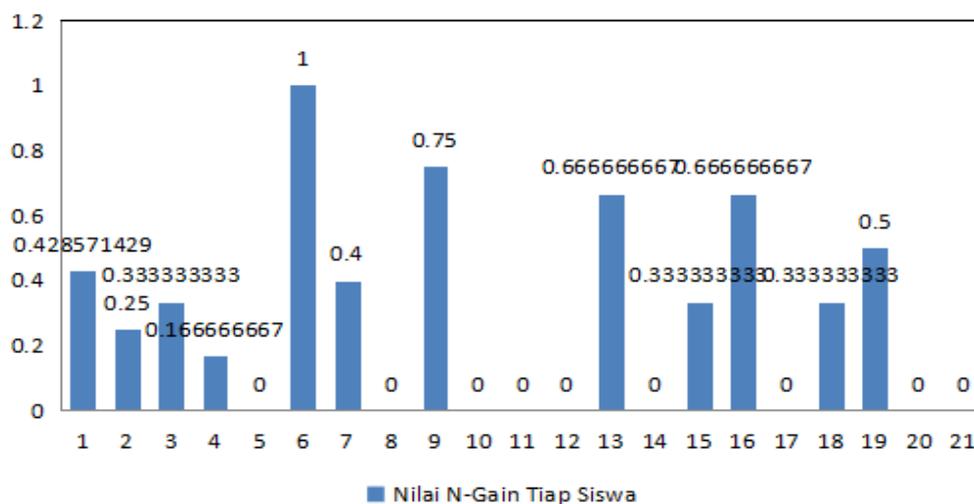
Gambar 1. Diagram Batang Skor Rerata Pretest dan Posttest

Diagram di atas menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan terhadap hasil belajar kognitif siswa setelah menggunakan penggunaan model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT). Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Jumiati, dkk (2011) bahwa penggunaan model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT) meningkatkan hasil belajar siswa. Selain itu perhitungan *N-Gain* juga diperlukan untuk meminimalisir bias yang terjadi. Di bawah ini merupakan hasil *N-Gain* sebagai berikut:

Tabel 2. Rekapitulasi Hasil N-Gain

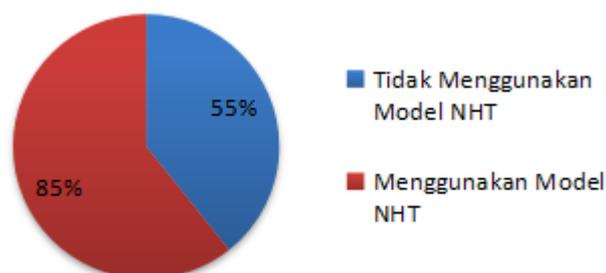
	Nilai			
	Skor Ideal	Nilai Min.	Nilai Mak.	Rerata
1	100	0	1	0,304

Berdasarkan hasil data yang diperoleh pada tabel di atas menyatakan bahwa N-Gain penggunaan model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT) terhadap hasil belajar kognitif siswa kelas 5B SD Islam Ta'allumul Huda Bumiayu subtema pentingnya menjaga asupan makanan sehat termasuk pada kategori Sedang yaitu 0,304. Berikut gambar diagram batang nilai N-Gain tiap siswa:



Gambar 2. Diagram Batang Line Nilai N-Gain Tiap Siswa

Pada penelitian ini juga diperoleh data aktivitas belajar siswa berdasarkan hasil lembar observasi yang diisi oleh observer Ayu Hana Nafilah pada proses pembelajaran yang tidak menggunakan model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT) dengan proses pembelajaran yang menggunakan model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT), hasil observasi adalah sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Lingkaran Aktivitas Belajar Siswa

Berdasarkan perolehan data di atas dapat disimpulkan penggunaan model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT) terhadap aktivitas belajar siswa kelas 5 SD Islam Ta'allumul Huda Bumiayu subtema pentingnya menjaga asupan makanan sehat terdapat perbedaan yaitu adanya peningkatan aktivitas belajar siswa sebesar 30%. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningsih dan Murwani (2015) yang menyatakan bahwa model *Cooperative Learning* tipe NHT meningkatkan hasil belajar kognitif dan aktivitas belajar siswa.

SIMPULAN

Proses pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT) dilihat dari hasil *pretest* dan *posttes* menunjukkan peningkatan sebesar 10% pada hasil belajar siswa kategori sedang dengan nilai *N-Gain* sebesar 0,304. Dilihat berdasarkan diagram lingkaran hasil observasi yang dilakukan model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT) meningkatkan aktivitas belajar siswa sebesar 30%.

Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan menambahkan variabel yaitu mengukur karakter yang dapat dinilai dari penerapan model pembelajaran *cooperative* tipe *Number Head Together* (NHT) dan perasaan siswa selama mengikuti pembelajaran dan penelitian tersebut dapat menggunakan metode *mixmethode*.

DAFTAR PUSTAKA

- Astrawan, Budi. G. I. (2013). Penerapan Model Kooperatif Tipe NHT Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran IPA di Kelas V SDN 3 Tonggolobibi. *ejournal undiksha, Vol. 3, No. 4.*
- Destiyandani Era, Tri Nova Hasti Yunianta, Helti Lygia Mampouw. (2016). Penerapan Model Pembelajaran Number Heads Together (NHT) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Tuntang Pada Materi Segitiga. *Journal Satya Widya, Vol. 32, No.2. Hlm.65 – 78.*
- Jumiati, Martala Sari, Dian Akmalia. (2011). Peningkatan Hasil Belajar Siswa Dengan Menggunakan Model Numbereds Heads Together (Nht) Pada Materi Gerak Tumbuhan Di Kelas Viii Smp Sei Putih Kampar. *Journal Lectura Vol. 02. No. 02.*
- Mulyana, Mutia A, Nurdinah H. Asep K.J. (2016). Penerapan Model Kooperatif Tipe *Number Heads Together* (NHT) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Materi Kenampakan Alam Dan Sosial Budaya. *Jurnal Pena Ilmiah. Vol. 1 No. 1.*
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No 65 Tahun 2013 tentang Standar Proses Kurikulum 2013, h. 3-4.
- Sugiantini, Gusti Ayu, Nyoman Dantes, I Made Candi. (2015). Pengaruh Penggunaan Metode Pembelajaran Kontekstual Berbantuan Media Gambar Terhadap Motivasi Dan Hasil Belajar Ipa Pada Siswa Kelas Vi Slb Negeri Gianyar. *E-Journal Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha Program Studi Penelitian dan Evaluasi Pendidikan. Vol. 5, No. 1.*
- Yusuf, Mochamad. (2018). Efektivitas Perangkat Pembelajaran Berbasis Keterampilan Proses Untuk Meningkatkan Keterampilan Berpikir Kritis Siswa Sd Ditinjau Dari Kemampuan Akademik. *Journal Pendidikan Pedagogia. ISSN 2089-3833 (print) / ISSN 2548-2254.*
- Wahyuningsih D, Singgih Murwani. (2015). Peningkatan Aktivitas dan Hasil Belajar Siswa pada Pembelajaran Biologi melalui Implementasi Model *Numbered Head Together* pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Yogyakarta. *Jurnal Pendiidkan Matematika dan Sains. Vol. 3, No. 1.*
- Widodo, Lusi Widayanti. (2013). Peningkatan Aktivitas Belajar dan Hasil Belajar Siwa Dengan Metode *Problem Based Learning* pada siswa kelas VIIA Mts Negeri Donomulyo Kulon Progo. *Jurnal Fisika Indonesia. Vol. XVII, No. 49, ISSN : 1410-2994.*

