

## **EFEKTIFITAS MODEL PEMBELAJARAN *NUMBERED HEAD TOGETHER* TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG KEBUTUHAN ISTIRAHAT DAN TIDUR KELAS XI DI SMK KESEHATAN SADEWA YOGYAKARTA**

**Eko Mindarsih<sup>1</sup>, Liza Puspita Sari<sup>2</sup>**

### **INTISARI**

**Latar Belakang:** Peserta didik memiliki kesulitan untuk memahami konsep akademik sebagaimana mereka diajarkan yaitu dengan sesuatu yang abstrak dan model ceramah. Peserta didik perlu belajar untuk berpikir, mendorong siswa untuk dapat bekerja sama dalam kelompok, dan khususnya berpengaruh pada pencapaian prestasi. Sarana yang baik untuk mencapai hal tersebut dengan pembelajaran kooperatif. Salah satu model belajar kooperatif adalah model *Numbered Head Together*. Berdasarkan studi pendahuluan dari 42 siswa, nilai rata-rata mata pelajaran kebutuhan dasar manusia 75,4, nilai diatas rata-rata 29 siswa (69,05%) dan nilai dibawah rata-rata 13 siswa (30,95%). Ini menunjukkan ada 13 siswa yang nilainya dibawah rata-rata.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui efektifitas model pembelajaran *numbered head together* terhadap pengetahuan tentang kebutuhan istirahat dan tidur kelas XI di SMK Kesehatan Sadewa Yogyakarta

**Metode Penelitian :** Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimental design dengan rancangan penelitian pretest dan posttest. Populasi penelitian siswa SMK kelas XI keperawatan sebanyak 42 siswa. Teknik pengambilan sampel dengan total sampling. Teknik pengambilan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji wilcoxon

**Hasil:** Hasil uji wilcoxon pada model pembelajaran *numbered head together* didapatkan p value  $0,000 < 0,014$ . Pengetahuan sebelum menggunakan model NHT dengan nilai rata-rata 73,4 dan pengetahuan sesudah menggunakan model NHT dengan nilai rata-rata 85,7.

**Kesimpulan:** model pembelajaran *numbered head together* efektif untuk meningkatkan pengetahuan tentang kebutuhan istirahat dan tidur kelas XI di SMK Kesehatan Sadewa Yogyakarta

**Kata Kunci:** Pembelajaran, Istirahat, Pengetahuan

---

<sup>1</sup> Dosen DIV Bidan Pendidik Universitas Respati Yogyakarta

<sup>2</sup> Mahasiswa DIV Bidan Pendidik Universitas Respati Yogyakarta

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang**

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara<sup>1</sup>.

Dunia pendidikan kita ditandai oleh disparitas antara pencapaian *academic standard* dan *performance standard*. Faktanya, banyak

peserta didik mampu menyajikan tingkat hafalan yang baik terhadap materi ajar yang diterimanya, namun pada kenyataannya mereka tidak memahaminya. Sebagian besar dari peserta didik tidak mampu menghubungkan antara apa yang mereka pelajari dengan bagaimana pengetahuan tersebut akan digunakan atau dimanfaatkan. Peserta didik memiliki kesulitan untuk memahami konsep akademik sebagaimana mereka diajarkan yaitu dengan menggunakan sesuatu yang abstrak dan model ceramah<sup>2</sup>.

Proses pembelajaran pada satuan pendidikan seharusnya diselenggarakan secara

interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik<sup>1</sup>. Peserta didik perlu belajar untuk berpikir, menyelesaikan masalah, dan mengintegrasikan serta mengaplikasikan kemampuan dan pengetahuan peserta didik, mendorong peserta didik untuk dapat bekerja sama dalam kelompok, dan khususnya berpengaruh pada pencapaian prestasi. Sarana yang sangat baik untuk mencapai hal-hal tersebut dengan dilakukannya pembelajaran kooperatif<sup>3</sup>.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan data akademik dari 42 siswa, nilai rata-rata mata pelajaran kebutuhan dasar manusia adalah 75,44 dengan nilai diatas rata-rata adalah 29 (69,05%) siswa dan nilai di bawah rata-rata 13 (30,95%) siswa. Ini menunjukkan bahwa ada 13 siswa yang nilainya di bawah rata-rata (75,44). Berdasarkan hasil wawancara, pembelajaran di kelas lebih banyak menggunakan pembelajaran *konvensional* atau ceramah (65%), diskusi kelompok (25%), kuis atau permainan (10%).

## METODE PENELITIAN

Tabel 4.1 Perbedaan Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Menggunakan Model Pembelajaran NHT

Variabel	Pengetahuan						Mean	P value
	Nilai maksimal	(f)	(%)	Nilai minimal	(f)	(%)		
Sebelum	88,5	2	9,5	53,8	2	9,5	73,4	0,000
Sesudah	96,1	1	4,8	73,1	3	14,2	85,7	

Sumber: Data Primer Diolah Juni 2016

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah *eksperiment*. Bentuk desain penelitian ini *quasi experimental design*. Rancangan penelitian *pretest* dan *posttest*. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 25 Mei 2016 sampai dengan 26 Mei 2016 di SMK Kesehatan Sadewa Yogyakarta.

Populasi penelitian siswa SMK kelas XI keperawatan sebanyak 42 siswa. Teknik pengambilan sampel dengan *total sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa kuesioner yang di isi langsung oleh responden. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat. Dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas *Kolmogorov smirnov*. Jika *p value* > 0,05 maka data berdistribusi normal dan jika *p value* < 0,05 maka data tidak berdistribusi normal. Analisis univariat dengan menggunakan nilai mean dan analisis bivariat dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Jika *p value* > 0,05 maka *Ho* diterima dan jika *p value* < 0,05 maka *Ho* ditolak.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Menggunakan Model Pembelajaran NHT

## Pembahasan

Pengetahuan tentang kebutuhan istirahat dan tidur dengan model pembelajaran NHT. Berdasarkan hasil analisis pada kelompok eksperimen (model NHT) yaitu nilai rata-rata *pretest* 73,4, nilai terendah 53,8, nilai tertinggi 88,5 dan nilai rata-rata *posttest* 85,7, nilai terendah 73,1, nilai tertinggi 96,1. Nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* memiliki selisih nilai 12,3%, *p value* 0,000 < 0,05 sehingga ada perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah menggunakan model pembelajaran NHT.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiji (2010)<sup>4</sup>, bahwa kegiatan aktif peserta didik pada model pembelajaran kooperatif tipe NHT dalam mencari informasi untuk menemukan jawaban dari pertanyaan yang diajukan menjadikan peserta didik mendapat pengalaman belajar. Peserta didik yang mendapat perlakuan dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe NHT berusaha memecahkan permasalahan yang diberikan oleh pendidik dengan membaca buku-buku literatur, memanfaatkan media internet, dan saling berdiskusi antar sesama anggota kelompok. Pendidik menunjuk peserta didik mewakili kelompoknya untuk mengemukakan hasil diskusi di depan kelas dan kemudian ditanggapi oleh kelompok lain.

Sumber pengetahuan atau pengalaman itu merupakan suatu cara memperoleh pengetahuan<sup>5</sup>. Model belajar kooperatif (NHT) menekankan nilai-nilai: interaksi secara lisan untuk memahami informasi baru, peranan peserta didik yang meminta pengorganisasian, menjelaskan dan mengklarifikasi informasi baru, dan pengalaman sosial yang memfasilitasi pemahaman pengembangan individu<sup>3</sup>. Model NHT dikembangkan untuk melibatkan lebih banyak peserta didik dalam menelaah materi yang

tercakup dalam suatu pelajaran dan mengecek pemahaman peserta didik terhadap isi pelajaran<sup>6</sup>.

Sesuai hasil analisis dalam penelitian ini metode NHT baik diterapkan untuk memahami informasi baru serta dapat membantu agar peserta didik lebih memahami terhadap isi materi tentang kebutuhan istirahat dan tidur, terlihat dari nilai selisih pada tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penggunaan metode NHT yaitu sebesar 12,3%. Pembelajaran di SMK Kesehatan Sadewa masih didominasi dengan pembelajaran konvensional (ceramah), sehingga saat peserta didik diberikan model pembelajaran kooperatif *antusiasme* meningkat dan peserta didik lebih bisa mengikuti proses pembelajaran tersebut.

### **Efektifitas model pembelajaran *numbered head together* terhadap pengetahuan tentang kebutuhan istirahat dan tidur.**

Berdasarkan hasil analisis pada penelitian ini, efektifitas model pembelajaran *numbered head together* terhadap tingkat pengetahuan tentang kebutuhan istirahat dan tidur di kelas XI SMK Kesehatan Sadewa Yogyakarta dilihat dari *p value* pada model pembelajaran NHT yaitu 0,000 yang artinya model pembelajaran NHT efektif terhadap peningkatan pengetahuan tentang kebutuhan istirahat dan tidur kelas XI di SMK Kesehatan Sadewa Yogyakarta.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Istiani (2013)<sup>10</sup>, bahwa nilai rata-rata pembelajaran metode NHT lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata kelompok metode ceramah yaitu 83,35 > 76,65 sehingga metode pembelajaran kooperatif NHT lebih efektif di dalam meningkatkan pengetahuan peserta didik.

Adanya tingkat pengetahuan yang lebih baik pada model pembelajaran NHT karena pada model belajar kooperatif dapat menumbuhkan pembelajaran efektif yaitu pembelajaran yang

bercirikan: (1) “memudahkan peserta didik belajar” sesuatu yang “bermanfaat” seperti, fakta, keterampilan, nilai, konsep, dan bagaimana hidup serasi dengan sesama; (2) pengetahuan, nilai, dan keterampilan diakui oleh mereka yang berkompeten menilai<sup>2</sup>. Bila dibandingkan dengan pembelajaran yang masih bersifat konvensional pembelajaran kooperatif memiliki beberapa keunggulan. Keunggulan pembelajaran kooperatif dilihat dari aspek peserta didik adalah memberi peluang kepada peserta didik agar mengemukakan dan membahas suatu pandangan dan pengalaman yang diperoleh peserta didik belajar secara bekerjasama dalam merumuskan kearah satu pandangan kelompok<sup>10</sup>.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Nilai rata-rata pengetahuan siswa tentang kebutuhan istirahat dan tidur sebelum menggunakan model pembelajaran *numbered head together* sebesar 73,4.
2. Nilai rata-rata pengetahuan siswa tentang kebutuhan istirahat dan tidur sesudah menggunakan model pembelajaran *numbered head together* sebesar 85,7.
3. Model pembelajaran *numbered head together* efektif terhadap peningkatan pengetahuan tentang kebutuhan istirahat dan tidur kelas XI di SMK Kesehatan Sadewa Yogyakarta dilihat dari p value NHT yaitu 0,000.

### Saran

Bagi guru SMK Kesehatan Sadewa Yogyakarta diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi dan model belajar dalam mengajar mata pelajaran kebutuhan dasar manusia khususnya topik tentang kebutuhan istirahat dan tidur. Bagi siswa

SMK Kesehatan Sadewa Yogyakarta diharapkan dapat menerapkan model pembelajaran *numbered head together* untuk meningkatkan pemahaman dalam belajar khususnya tentang kebutuhan istirahat dan tidur. Bagi Peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan referensi dan dapat mengembangkan penelitian lebih lanjut tentang efektifitas model pembelajaran NHT terhadap tingkat pengetahuan tentang materi-materi belajar yang lain.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Permendikbud. (2013). *Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah*. <http://permendikbud-jakarta.org>. Diakses pada tanggal 15 Desember 2015
2. Suprijono, A. (2015). *Cooperative Learning*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
3. Slavin, R. (2008). *Cooperative Learning*. Bandung: Nusa Media
4. Utami, W. (2010) *Efektivitas Model Pembelajaran Tipe NHT (Numbered Head Together) Terhadap Hasil Belajar Tentang Tanda - Tanda Dini Komplikasi Kehamilan*. Skripsi. Universitas Sebelas Maret
5. Wawan, A., dan Dewi M. (2011). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku*. Yogyakarta: Nuha Medika
6. Trianto. (2010). *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif-Progresif*. Jakarta: Kencana
7. Asmani, Jamal. (2014). *7 Tips Aplikasi PAKEM (Pembelajaran Aktif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan)*. Yogyakarta: DIVA Press
8. Majid, A. (2014). *Strategi Pembelajaran*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
9. Istiani, Novi. (2013). *Perbedaan Pengaruh Metode Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) dan Metode Ceramah Terhadap Hasil Belajar PKn Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Pabelan Kecamatan Pabelan Kabupaten Semarang Semester Ganjil Tahun Ajaran 2012/2013*. Tesis. Universitas Negeri Semarang
10. Isjoni dan Ismail. (2012) *Model-Model Pembelajaran Mutakhir*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar