



ISSN ONLINE

2775-9733

DOI:

<https://doi.org/10.30598/manggurebevol5no2page60-65>

EDISI : 30 September 2024

VOL. : 5

NO. : 2

ADDRESS:

Jl. Ir. M. Putuhena  
Kampus Poka  
Kecamatan Teluk Ambon  
Kode Pos 97234

K.Person : 081391104079  
085244499300

## Peningkatan Hasil Belajar Kesehatan Pribadi Melalui Model Pembelajaran Koperasi Tipe Jigsaw untuk Siswa Kelas V SD Negeri Telaga Pange

### Improving Personal Health Learning Outcomes through Jigsaw Type Cooperative Learning Model for Grade V Students of Telaga Pange State Elementary School

Wa Ode Safianti<sup>1</sup> Wilhelmina Unmehopa<sup>2</sup>

<sup>12</sup> Program Studi Penjasokesrek, FKIP, Universitas Pattimura, Maluku, Indonesia  
waodesafianti03@gmail.com<sup>1</sup>, wunmehopa5@gmail.com<sup>2</sup>

#### Abstrak

Kesehatan merupakan bagian terpenting dalam kehidupan manusia dan merupakan aset yang berharga untuk keberhasilan kehidupan manusia, kesehatan bertujuan untuk meningkatkan derajat kehidupan masyarakat secara optimal. Perilaku hidup sehat harus ditanamkan sejak dini mungkin mulai dari tingkat dasar baik di rumah atau di sekolah sehingga pengetahuan anak tentang kesehatan pribadi dapat dijlankan dengan baik, tujuan dari penelitian ini untuk meningkatkan hasil belajar kesehatan pribadi melalui penerapan pendekatan jigsaw, dengan menggunakan tipe penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif, Berdasarkan penerapan model pembelajaran koopertif tipe jigsaw dalam upaya untuk meningkatkan hasil belajar kesehatan pribadi nilai yang di peroleh masing-masing subyek pada siklus I, maka rata-rata hasil yang di peroleh secara keseluruhan yaitu 78,35% selanjutnya dari total subyek berjumlah 20 (dua puluh) orang, maka yang di nyatakan tuntas sebesar 80% atau sebanyak 16 orang, dan di nyatakan tidak tuntas sebesar 20% atau sebanyak 4 orang. Kesimpulan dari hasil tersebut maka hasil belajar kesehatan untuk meningkatkan kesehtan pribadi menggunakan model pembelajaran tipe jigsaw dapat meningkatkan hasil belajar, ini dapat di lihat dari adanya peningkatan baik dari presentasi ketuntasan yang diperoleh, serta rata-rata capaian hasil yang diperoleh subyek atau siswa

Keywords: personal health, jigsaw cooperative learning mode

#### Abstract

*Health is the most important part of human life and is a valuable asset for the success of human life. Health aims to improve people's lives optimally. Healthy living behavior must be instilled from an early age perhaps starting from the basic level either at home or at school so that children's knowledge about personal health can be implemented well. The aim of this research is to improve personal health learning outcomes through the application of a jigsaw approach, using a descriptive research type with qualitative approach, based on the application of the jigsaw type cooperative learning model in an effort to improve the personal health learning outcomes of the scores obtained by each subject in cycle I, the average overall results obtained were 78.35%, then the total number of subjects was 78.35%. 20 (twenty) people, then 80% of them were declared complete or 16 people, and 20% or 4 people were declared incomplete. The conclusion from these results is that health learning outcomes to improve personal health using the jigsaw type learning model can improve learning outcomes. This can be seen from the increase in both the presentation of completeness obtained, as well as the average achievement of the results obtained by subjects or students.*

Keywords: personal health, jigsaw cooperative learning model



This article is an open access article distributed under the terms and conditions of The [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu sarana untuk membantu anak berkembang sesuai dengan usianya. Seperti perkembangan motorik, kognitif, hingga perilaku akan sangat berpengaruh saat anak mulai bergabung di lingkungan sekolah. Salah satu yang akan berdampak adalah pembiasaan yang diajarkan oleh sekolah kepada anak. Aspek pembiasaan termasuk ke dalam salah satu perkembangan sosio-emosional. Pada anak usia dini contoh kebiasaan yang sering diajarkan adalah tentang perilaku hidup sehat, seperti mencuci tangan sebelum makan, menyikat gigi sebelum tidur, dan membuang sampah pada tempatnya.

Kesehatan merupakan aset yang paling berharga, ungkapan itu terucap ketika orang tersebut sudah jatuh sakit. Sehat setidaknya seseorang sangat tergantung pada perilaku kehidupan sehari-hari orang tersebut. Oleh karena itu, setiap orang perlu diberikan informasi tentang kesehatan agar dapat menjalankan hidup yang sesuai dengan prinsip kesehatan.

Kesehatan bertujuan untuk meningkatkan derajat kehidupan masyarakat secara optimal. Guna pencapaian tujuan tersebut masyarakat didorong agar tahu permasalahan dan mencari jalan untuk mengatasi berbagai masalah yang muncul. Selama ini pembangunan kesehatan lebih banyak ditekankan pada berbagai upaya penyembuhan penyakit, sehingga fokus perhatian pemerintah lebih banyak diarahkan pada pembangunan sarana kesehatan seperti Puskesmas dan Rumah Sakit.

Untuk pencapaian peran aktif individu dan masyarakat, yang perlu diperhatikan adalah urusan Pendidikan perlu dibekali pengetahuan tentang pemeliharaan kesehatan pribadi, termasuk jenis perilaku dan gaya masyarakat. Ini meliputi biaya pendidikan dan pembinaan yang lebih aktif dalam pengaturan tindakan pada tingkat lokal untuk pengenalan dan penanganan masalah kesehatan. Ada dasarnya untuk meningkatkan kesehatan yang setinggi-tingginya, perlu adanya kesehatan yang baik dalam individu masyarakat. Kesadaran akan kesehatan yang tinggi pada diri individu, merupakan awal pencapaian derajat kesehatan masyarakat. Kesehatan pribadi dan kesehatan masyarakat saling berpengaruh secara timbal balik. Makin banyak perhatian terhadap pemeliharaan kesehatan pribadi, makin banyak baik pula kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, agar kesehatan pribadi dapat terjamin maka warga masyarakat harus ikut secara aktif dalam usaha pemeliharaan dan peningkatan kesehatan masyarakat.

Apabila diperhatikan kehidupan manusia dalam bermasyarakat ternyata banyak dijumpai orang-orang yang begitu dipengaruhi oleh kebiasaan hidup tertentu. Ada yang memiliki kebiasaan merokok, minum-minuman keras, makan yang pedas, menggigit jari, meludah di sembarang tempat, dan ada yang biasa membuang sampah di sembarang tempat pula. Contoh-contoh yang disebutkan di atas merupakan kebiasaan yang tidak baik. Apabila diperhatikan kehidupan manusia banyak dipengaruhi oleh kebiasaan sehari-hari. Hal-hal seperti inilah yang tidak boleh sampai mempengaruhi kesehatan masyarakat pada umumnya dan kehidupan Pendidikan pada khususnya apalagi pada tingkat dasar.

Batasan WHO (Utami, 2017) tentang kesehatan ini menjelaskan bahwa yang dimaksud sehat bukan hanya sekedar bebas dari penyakit atau kelemahan, melainkan hadirnya tiga kriteria sehat yaitu: terbebas dari kekurangan (complete) secara fisik, mental dan sejahtera sosial.

Perilaku hidup sehat harus ditanamkan sedini mungkin mulai dari tingkat dasar baik di rumah atau di sekolah. Sebab perilaku hidup sehat merupakan kebiasaan yang butuh ketelatenan dan penanaman hidup sehat harus diawali dari individu anak untuk dapat dimengerti pengetahuan tentang kesehatan pribadi masing-masing.

Menurut Endang Rahayu Sedyaningih dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Laeli, 2022) menyampaikan bahwa masalah yang dihadapi anak usia dini agar bisa menerapkan perilaku hidup sehat adalah belum bisa membuang sampah pada tempatnya dan mencuci tangan menggunakan sabun dengan benar selain itu di sekolah siswa kurang mendapat pelajaran/ materi yang mempelajari tentang kesehatan pribadi. Hal ini dapat dilihat setiap memasuki jam mata pelajaran PJOK, guru Penjas selalu menyuruh anak-anak melakukan aktivitas cabang-cabang olahraga. Dengan kondisi demikian maka seolah-olah tidak ada keseimbangan materi yang menyangkut masalah kesehatan peserta didik. Hal ini mengakibatkan wawasan, pengetahuan siswa tentang kesehatan pada umumnya dan kesehatan pribadi pada khususnya menjadi sangat minim. Dengan hal tersebut di atas maka kebiasaan sehari-hari mereka yang kurang baik terhadap kesehatan tidak akan mengalami perbaikan menuju perilaku hidup sehat.

Menurut Windasari et al (2009), Pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan perilaku kesehatan yang kondusif untuk kesehatan. Menurut Wahid Iqbal M&Nurul Chayatin (Sari 2013), pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku yang dinamis, dimana perubahan tersebut bukan sekedar proses transfer materi atau teori dari seseorang ke orang lain dan bukan pula seperangkat prosedur, akan

tetapi perubahan tersebut terjadi karena adanya kesadaran dari dalam individu, kelompok, atau masyarakat itu sendiri.

Menurut Notomodjo Pardede & Siregar (2016), pendidikan kesehatan merupakan bagian dari promosi kesehatan yaitu suatu proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan dan tidak hanya mengaitkan diri pada peningkatan atau memperbaiki lingkungan (baik secara fisik maupun non fisik) dalam rangka memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka.

Fakta yang penulis temukan siswa datang kesekolah dengan menggunakan pakaian yang kotor, adapun seragamnya kelihatan bersih hanya hari pertama pakaian itu digunakan dan keesokan harinya baju yang digunakan untuk kesekolah sudah sangat kusut bahkan terdapat noda. Setelah diteliti ternyata para siswa setelah pulang sekolah tidak langsung mengganti seragamnya melainkan menggunakan seragam sekolah untuk bermain.

Kesehatan pribadi siswa perlu dapat perhatian dari pihak-pihak yang berkompeten. Berdasarkan pengamatan penulis mengenai kesehatan pribadi siswa belum banyak mendapat perhatian dari pihak sekolah. Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas penulis ingin mengadakan penelitian dengan judul "Meningkatkan Hasil Belajar Kesehatan Pribadi Melalui Model Kooperatif Tipe Jigsaw Pada Siswa Kelas V SD Negeri Telaga Pange."

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan tipe penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Menurut (Sukmadinata, 2006), menyatakan bahwa Penelitian deskriptif merupakan suatu bentuk penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena alamiah maupun fenomena buatan manusia. Dalam hal ini peneliti akan mengkaji peningkatan hasil belajar kesehatan pribadi melalui model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw pada siswa kelas V SD Negeri Talaga Pange. Objek dalam penelitian ini adalah hasil belajar kesehatan pribadi.

Selain itu juga metode penelitian atau jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Menurut Suharsimi Arikunto Jamlean (2020), memberi kesimpulan PTK sebagai tindakan yang sejalan dilakukan didalam kelas tindakan tersebut diberikan oleh guru atau dengan arahan dari guru dan dilakukan oleh siswa.

Dalam penelitian tindakan ini, peneliti menggunakan penelitian tindakan empiris yaitu: penelitian yang dilakukan dengan cara merencanakan, mencatat pelaksanaan dan mengevaluasi pelaksanaan dari luar arena kelas. Jenis penelitian ini, peneliti harus berkolaborasi dengan guru yang melaksanakan tindakan di kelas Salahudin Anas dalam Kubela & Ritiauw (2020).

Secara umum proses penelitian tindakan kelas mengenal adanya empat langkah penting yaitu: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Keempat langkah tersebut merupakan komponen-komponen yang menyatu dalam suatu rangkaian tersruktur yang bersifat continue tak berujung yang disebut siklus serta melatar belakangi adanya penelitian tindakan kelas (PTK).

## **Partisipan**

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 20 orang yaitu keseluruhan pihak-pihak yang terkait mengenai SD Negeri Talaga Pange terkhususnya siswa dan siswi kelas V

## **Instrumen**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini melalui observasi secara langsung. Metode pengumpulan data yang diterapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Melakukan observasi langsung atau pengamatan yang merupakan suatu teknik atau cara megumpulkan data dengan jalan mengadakan pengamatan terhadap proses pembelajaran kesehatan pribadi dengan pedoman observasi secara tersruktur, yang terangkum di dalam rubik penilaian.
2. Dengan menyiapkan lembar observasi, hal ini dilakukan untuk mengetahui hasil belajar kesehatan pribadi.

## **Pelaksanaan Tes Prosedur**

### **Analisis Data**

Teknik analisis data menggunakan teknik deskriptif kualitatif. Deskriptif kualitatif merupakan penelitian yang termasuk dalam jenis penelitian kualitatif. Adapun langkah-langkah dalam analisis data dapat diuraikan sebagai berikut : : data kuesioner dalam bentuk presentase pada table frekuensi distribusi yang dikemukakan oleh (Singarimbun, 1995), dengan rumus :

$$P = \frac{F}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

- $P$  = presentase  
 $F$  = frekuensi  
 $n$  = jumlah responden  
 100% = bilangan tetap

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Gambaran Seting dan Penelitian

Penelitian tindakan kelas yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar kesehatan pribadi pada siswa kelas V SD Negeri Telaga Pange ini, dilakukan dengan menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw.

Agar penelitian ini mencapai, maka peneliti bertindak sebagai observer, dengan melakukan berbagai perencanaan, dan melalui tahapan-tahapan yang dapat di lihat dalam perorganisasian waktu pada tabel 1 yang adalah sebagai berikut;

Tabel 1 perorganisasian waktu pelaksanaan penelitian (PTK)

No	Uraian Kegiatan	Oktober 2022		November 2022	
		Minggu		Minggu	
		3	4	1	2
1	Menyiapkan materi pembelajaran	√			
2	Menyusun perencanaan atau menyiapkan materi pembelajaran	√			
3	Menyiapkan fasilitas atau sarana prasarana pembelajaran		√		
4	Melakukan sosialisasi subjek penelitian		√		
5	Melaksanakan tindakan dalam proses pembelajaran (siklus awal atau 1), sekaligus peneliti melakukan observasi			√	
6	Melakuakn refleksi setelah pelaksanaan siklus 1			√	
7	Merevisi dan meyusun perencanaan baru, untuk pelaksanaan pembelajaran pada siklus berikutnya atau siklus II			√	
8	Melaksanakan tindakan dalam proses pembelajaran pada siklus ke -II, sekaligus peneliti melakuakn obserfasi				√
9	Melakukan refleksi terhadap pelaksanaan tindakan atau proses pembelajaran pada siklus ke-II				√

### 2. Penjelasan Persiklus

Penelitian tindakan kelas pada siswa kelas V SD Negeri Telaga Pange di lakukan sebanyak 2 (dua) siklus. Di mana pelaksanaan siklus I dilakukan pada hari selasa tanggal 1 november 2022. Sedangkan siklus ke II di laksanakan pada minggu berikutnya, yaitu pada hari selasa Tanggal 8 November 2022

#### Siklus I

##### a. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan perangkat pembelajaran yang terdiri dari rencana pelaksanaan pembelajaran, saran dan prasarana pendukung pembelajaran, dan lembaran observasi untuk kebutuhan evaluasi.

##### b. Tahap Pelaksanaan.

Pelaksanaan kegiatan pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar kesehatan pribadi Pada siswa kelas V SD Negeri Telaga Pange pada siklus I dilaksanakan pada selasa tanggal 1 November 2022 Semester ganjil dengan jumlah subjek 20 (dua puluh) orang.

Sedangkan proses pembelajaran mengacu pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah dipersiapkan (terlampir).

c. Tahap Obsevasi

Proses observasi atau pengamatan dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan pembelajaran, dan sebagai observasi, peneliti tidak melakukan proses pembelajaran sebagaimana layaknya guru penjas, melainkan berperan untuk mencatat segala situasi atau kejadian yang terjadi seperti perilaku siswa yang menyimpang atau keluar dari perencanaan yang telah di susun dan dilakukan dalam proses pembelajaran.

Selanjutnya, setelah proses pembelajaran dilaksanakan, subyek diberikan tes pengetahuan dengan memperhatikan indikator penilaian sehingga dapat melihat tingkat penguasaan materi yang diberikan, dengan demikian, maka dapat diketahui tingkat keberhasilan siswa yang dicapai selama proses pembelajaran dari awal samapai akhir.

d. Tahap Analisis

Berdasarkan proses pembelajaran dengan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw dalam upaya untuk meningkatkan hasil belajar kesehatan pribadi siswa yang dilaksanakan pada siklus I, maka nilai yang diperoleh subyek terkait pelaksanaan teknik tersebut, dapat dilihat dalam tabel 2, yang adalah sebagai berikut:

Table 2 Perolehan Nilai Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan Siklus I

No	Nama siswa	Nilai	Keterangan
1	AIS	78	Tuntas
2	ADR	90	Tuntas
3	ALB	85	Tuntas
4	ARS	48	Tidak tuntas
5	AZR	85	Tuntas
6	FAC	85	Tuntas
7	ECS	81	Tuntas
8	IFH	81	Tuntas
9	JLT	52	Tidak tuntas
10	KIK	93	Tuntas
11	LRD	90	Tuntas
12	LAR	45	Tidak tuntas
13	NST	88	Tuntas
14	NUZ	54	Tidak tuntas
15	NKZ	81	Tuntas
16	RJD	78	Tuntas
17	RBS	90	Tuntas
18	RIB	85	Tuntas
19	RZN	93	Tuntas
20	IVJ	85	Tuntas

Berdasarkan penerapan model pembelajaran koopertif tipe jigsaw dalam upaya untuk meningkatkan hasil belajar kesehatan pribadi nilai yang di peroleh masing-masing subyek pada siklus I, maka rata-rata hasil yang di peroleh secara keseluruhan yaitu 78,35% selanjutnya dari total subyek berjumlah 20 (dua puluh) orang, maka yang di nyatakan tuntas sebesar 80% atau sebanyak 16 orang, dan di nyatakan tidak tuntas sebesar 20% atau sebanyak 4 orang.

e. Tahap Refleksi

Terhadap ketidak tuntas subyek pada pelaksanaan pembelajaran pada siklus I dapat di refleksikan bahwa hal-hal yang menyebabkan ketidak tuntas bagi 4 Orang siswa tersebut seperti dalam tabel 4.2 di atas yaitu:

- a) Saat awal dalam menerima pembelajaran sampai akhir pembelajaran mereka tidak terlalu memperhatikan ketua kelompok saat menerangkan materi yang di bawakan oleh ketua kelompok

- b) Terdapat siswa yang kurang tertib dalam mengikuti proses pembelajaran, khususnya dalam berperilaku seperti memiliki kebiasaan mengganggu teman, yang mengakibatkan kurang perhatian terhadap materi yang disampaikan oleh ketua kelompok
- f. Tahap revisi perencanaan  
Berpijak pada refleksi pelaksanaan siklus I terhadap kekurangan yang terjadi selama proses pembelajaran, maka revisi yang dapat disampaikan untuk memperbaiki kekurangan yang terjadi pada siklus berikutnya, bukan hanya pada penyusunan RPP saja melainkan juga bagaimana mekanisme pengelolaan kelas terhadap kekurangan yang terjadi, sehingga perencanaan yang di revisi antara lain;
- 1) Terkait dengan tugas gerak yang belum mampu dilakukan oleh subyek yang belum tuntas, dan juga keterbatasan waktu, maka perlu memberikan tugas tambahan kepada subyek terkait tugas gerak tersebut, agar pada pertemuan berikutnya subyek tersebut bisa melakukan tugas gerak tersebut dengan baik.
  - 2) Ada perhatian khusus yang ditunjukkan kepada subyek yang kurang tertib dalam berperilaku, saat proses pembelajaran dilaksanakan.

## KESIMPULAN

Adapun Penelitian tindakan kelas yang dilakukan pada siswa kelas V SD Negeri Telaga Pange yang dilakukan dalam 2 (dua) siklus, dengan tujuan untuk meningkatkan hasil belajar kesehatan pribadi melalui penerapan pendekatan jigsaw, maka dapat disimpulkan bahwa:

Melalui penerapan model kooperatif tipe jigsaw, dapat meningkatkan hasil belajar kesehatan pribadi, hal ini dapat dilihat dari adanya peningkatan baik dari presentasi ketuntasan yang diperoleh, serta rata-rata capaian hasil yang diperoleh subyek atau siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Jamlean, A. (2020). Meningkatkan Hasil Belajar Pukulan Forehand Drive Pada Permainan Tenis Meja Dengan Menggunakan Metode Driil Pada Siswa Kelas Viib Smp Yos Sudarso Dobo. *Jargaria Sprint*, 2(1), 51–56.
- Kubela, A., & Ritauw, P. P. (2020). Meningkatkan Hasil Belajar Menggiring Dalam Permainan Sepakbola Melalui Metode Latihan Pada Siswa Kelas Viic Smp Yos Sudarso Dobo. *Jargaria Sprint*, 2(1), 40–45.
- Laeli, F. nur F. (2022). *Pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak di kb mutiara bangsa wanatirta kecamatan paguyangan kabupaten brebes*.
- Pardede, J. A., & Siregar, R. A. (2016). Pendidikan Kesehatan Kepatuhan Minum Obat Terhadap Perubahan Gejala Halusinasi Pada Klienskizofrenia. *Mental Health Nursing Journal*, 3(1).
- Sari, I. P. T. P. (2013). Pendidikan Kesehatan Sekolah Sebagai Proses Perubahan Perilaku Siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(2), 141–147.
- Singarimbun, M. dan S. E. (1995). *Metode Penelitian Survey*. Jakarta: LP3ES.
- Sukmadinata. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Graha Aksara.
- Utami, T. N. (2017). Tinjauan Literatur Mekanisme Zikir Terhadap Kesehatan: Respons Imunitas. *Jurnal JUMANTIK*, 100(1).
- Windsari, N. N., Wibowo, S., Afandi, M., Kedokteran, F., Gajah, U., & Yogyakarta, U. M. (2009). Pendidikan Kesehatan dalam Meningkatkan Kepatuhan Merawat Kaki pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Tovar* 2007, 61–67.