

## **IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE NHT UNTUK MENINGKATKAN AKTIVITAS DAN HASIL BELAJAR TOLAK PELURU PESERTA DIDIK KELAS V SD N 4 PADANGKERTA**

*Oleh :*

**Dewi Sumaeda**

<sup>1</sup>SD Negeri 4 Padangkerta, Amlapura

<sup>2</sup>Dinas Pendidikan dan Kebudayaan, Karangasem

e-mail: [d3wie\\_nee@yahoo.com](mailto:d3wie_nee@yahoo.com)

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar PJOK materi tolak peluru melalui penerapan model pembelajaran Kooperatif Tipe NHT. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus. Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas V SD Negeri 4 Padangkerta tahun pelajaran 2019/2020. Data hasil belajar Tolak Peluru peserta didik diperoleh dengan menggunakan tes unjuk kerja. Hasil analisis menunjukkan: (1) Aktivitas peserta didik meningkat dari skor rata-rata 10,15 pada siklus I menjadi 10,26 pada siklus II; (2) hasil belajar tolak peluru peserta didik meningkat dari ketuntasan klasikal 94,73% pada siklus I menjadi 97,37% pada siklus II. Dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran Kooperatif tipe NHT dalam pembelajaran PJOK materi tolak peluru dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar peserta didik. Disarankan kepada guru PJOK agar menerapkan model pembelajaran Kooperatif tipe NHT pada materi tolak peluru untuk peserta didik kelas V sekolah dasar.

Kata kunci : Kooperatif, NHT, aktivitas belajar.

### **ABSTRACT**

This study aims to increase the activity and learning outcomes of Physical Education and Sport learning material shot put through the application of the NHT Type Cooperative learning model. This research is a classroom action research conducted in two cycles. The subjects of this study were V grade students of SD Negeri 4 Padangkerta in the 2019/2020 school year. Data on student shot put learning outcomes were obtained using performance tests. The results of the analysis showed: (1) student activity increased from an average score of 10.15 in the first cycle to 10.26 in the second cycle; (2) student learning outcomes increased from classical completeness of 94.73% in cycle I to 97.36% in cycle II. It can be concluded that the type of NHT Cooperative learning model in Physical Education learning in shot put material can increase student activity and learning outcomes. Suggest to the Physical Education teacher to apply the

Cooperative learning model of the NHT type to the shot put material for grade V elementary school students.

**Keywords :** Cooperative, NHT,

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Departemen Pendidikan Nasional 2006:163). Pada dasarnya tujuan PJOK adalah memberikan kesempatan kepada anak untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial, emosional dan moral.

Proses pembelajaran PJOK berkaitan dengan aktivitas fisik. Aktivitas fisik tersebut akan tampak dalam aktivitas gerak peserta didik saat melakukan tugas gerak dalam proses pembelajaran. Belajar gerak dalam pendidikan jasmani diartikan sebagai suatu rangkaian proses pembelajaran gerak yang dilaksanakan secara terencana, sistematis, dan sistemik untuk mencapai tujuan pembelajaran seperti yang direncanakan. Materi pembelajaran gerak merupakan berbagai bentuk keterampilan gerak baik yang dikemas dalam bentuk permainan dan latihan ketangkasan maupun gerak-gerak yang sederhana atau gerak kompleks.

Proses pembelajaran dikatakan berhasil apabila ada perubahan-perubahan dalam diri peserta didik, baik yang menyangkut perubahan pengetahuan, sikap, maupun keterampilan dimana dalam proses pembelajaran ini melibatkan interaksi

antara peserta didik dengan guru, maupun peserta didik dengan peserta didik. Selama proses pembelajaran berlangsung guru akan mengamati apakah peserta didik melakukan tugas gerak dengan sungguh-sungguh atau sekedar melakukan.

Berdasarkan hasil observasi belajar mengajar yang dilakukan pada peserta didik kelas V SD Negeri 4 Padangkerta, (a) peserta didik masih kurang aktif, kreatif dan inovatif dalam mengikuti proses pembelajaran. (b) peserta didik kurang termotivasi untuk meningkatkan prestasi belajar, (c) cara belajar peserta didik masih bersifat individu bahkan cenderung bersikap acuh terhadap temannya sendiri. Akibatnya masih banyak peserta didik yang aktivitas dan hasil belajarnya kurang. Hal tersebut terlihat dari hasil belajar aspek keterampilan peserta didik masih kurang dari KKM yang diharapkan yaitu 60,26%. Berdasarkan permasalahan diatas maka diperlukan tindakan untuk perbaikan pembelajaran PJOK khususnya materi tolak peluru.

Salah satu alternative pemecahan masalah yang digunakan yaitu model pembelajaran tipe NHT. Iru dan Arihi (2012: 47) menyatakan, model pembelajaran kooperatif adalah proses pembelajaran dalam kelompok-kelompok kecil dengan anggota kelompok 3-5 orang yang dalam menyelesaikan tugas kelompoknya setiap anggota kelompok harus saling bekerja sama dan saling membantu untuk memahami materi sehingga setiap peserta didik selain mempunyai tanggung jawab individu, tanggung jawab berpasangan, juga mempunyai tanggung jawab dalam kelompok. Kelebihan model pembelajaran kooperatif tipe NHT antara lain: (a) situasi belajar lebih aktif, hidup, bersemangat dan berdaya guna, (b) merupakan latihan berpikir ilmiah dalam menghadapi masalah, dan (c) menumbuhkan sifat objektif, percaya pada diri sendiri, keberanian serta tanggung jawab dalam menghadapi/mengatasi permasalahan (Iru dan Arihi, 2012:59). Bila model pembelajaran kooperatif tipe NHT dapat diterapkan dalam proses pembelajaran tolak peluru, maka dapat menciptakan situasi peserta didik yang aktif dan bertanggung jawab dalam proses belajarnya sehingga tujuan dari pembelajaran tersebut dapat tercapai.

Sebagai sebuah model, kooperatif tipe NHT merupakan salah satu model pembelajaran yang dirancang untuk mempengaruhi pola interaksi peserta didik.

Model pembelajaran kooperatif tipe NHT merupakan salah satu tipe pembelajaran kooperatif yang menekankan pada struktur-struktur khusus dirancang untuk mempengaruhi pola-pola interaksi peserta didik dan memiliki tujuan untuk menggunakan penguasaan tingkat akademik. Kelebihan model pembelajaran kooperatif tipe NHT antara lain: (1) situasi belajar lebih aktif, hidup, bersemangat dan berdaya guna, (2) merupakan latihan berpikir ilmiah dalam menghadapi masalah, (3) menumbuhkan sifat objektif, percaya pada diri sendiri, keberanian serta tanggung jawab dalam menghadapi/mengatasi permasalahan (Irudan Arihi, 2012:60).

Model pembelajaran kooperatif Tipe NHT merupakan jenis pembelajaran kooperatif yang dirancang untuk memenuhi pola interaksi peserta didik dan sebagai alternatif terhadap struktur kelas tradisional. “NHT pertama kali dikembangkan oleh Spencer Kagan tahun 1993 untuk melibatkan lebih banyak peserta didik dalam menelaah materi yang tercakup dalam suatu pelajaran tersebut” (Trianto, 2007:62).

Dalam penelitian ini akan di gunakan model pembelajaran kooperatif tipe NHT karena dengan implementasi pembelajaran kooperatif tipe NHT, dapat memperbaiki kelemahan-kelemahan yang terjadi pada saat guru mengajar. Dimana dalam pembelajaran ini melibatkan banyak peserta didik dalam memahami suatu materi serta untuk mengetahui pemahaman peserta didik terhadap materi yang diberikan selama mengikuti proses pembelajaran perlu diimplementasikan model pembelajaran NHT. Dalam pelaksanaan proses pembelajaran banyak peserta didik 38 orang peserta didik dan di bentuk menjadi beberapa kelompok atau tim yang beranggotakan 3 hingga 6 orang pesertadidik yang nantinya masing-masing kelompok diberikan pembelajaran tentang tolak peluru (gaya *ortodoks* dan gaya *o'brien*).

Setelah diberikan pembelajaran peserta didik disuruh mendiskusikan dalam kelompoknya masing-masing, apabila ada permasalahan yang dihadapi peserta didik maka akan diberikan solusi oleh guru, cara kerja ini tidak memungkinkan adanya dominasi, melainkan peserta didik berperan aktif karena dalam kelompok dituntut partisipasinya secara merata dalam diskusi. Dalam

pembelajaran ini hanya berorientasi pada aktivitas dan hasil belajar, namun juga peserta didik dituntut tanggung jawab perorangan agar dapat mewakili kelompoknya dengan baik. Diharapkan dengan implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT guru berperan sebagai fasilitator yaitu memberikan bimbingan kepada peserta didik untuk menentukan dan untuk memecahkan masalah atau kesulitan yang dihadapi oleh peserta didik pada saat mengikuti proses pembelajaran.

Teori pembelajaran kooperatif menekankan bahwa peserta didik belajar paling baik ketika mereka saling mendorong dan membimbing satu sama lain, memiliki tanggung jawab perseorangan, masing-masing peserta didik memberikan partisipasinya secara maksimal dan terdapat kesepakatan aktif dan interaktif. Model pembelajaran ini melibatkan para peserta didik dalam mereview bahan yang tercakup dalam suatu pelajaran dan mengecek atau memeriksa pemahaman mereka mengenai isi pelajaran tersebut. Sebagai pengganti pertanyaan langsung kepada seluruh peserta didik, guru menggunakan 4 langkah utama yaitu sebagai berikut

Langkah pertama yaitu penomoran (*numbering*). Pada langkah pertama ini guru membagi para peserta didik menjadi beberapa kelompok atau tim yang beranggotakan 3 hingga 6 orang dan member mereka nomor sehingga tiap peserta didik dalam tim tersebut memiliki nomor berbeda.

Langkah kedua yaitu pemberian pertanyaan (*questioning*). Pada langkah kedua ini guru mengajukan pertanyaan kepada peserta didik, pertanyaan dapat bervariasi. Pertanyaan dapat amat spesifik dan dalam bentuk kalimat tanya atau bentuk arahan (melakukan gerak tolak peluru gaya *ortodoks* dan gaya *o'brien*).

Berlanjut ke langkah yang ketiga yaitu berfikir Bersama (*head together*). Pada langkah ini peserta didik berpikir bersama untuk menggambarkan dan meyakinkan bahwa tiap orang mengetahui jawaban tersebut.

Langkah keempat yaitu pemberian jawaban (*answering*). Guru memanggil satu nomor tertentu, kemudian peserta didik yang nomornya sesuai mengacungkan tangannya dan mencoba untuk menjawab pertanyaan untuk seluruh kelas tentang tolak peluru gaya *ortodoks* dan gaya *o'brien*. (Trianto,

2007:62). Dalam penyampaiannya peserta didik tidak boleh menerima bantuan dari anggota kelompoknya.

Berdasarkan latar belakang diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah: 1) mengetahui aktivitas belajar peserta didik pada materi tolak peluru dengan menggunakan model pembelajaran tipe NHT, dan 2) mengetahui hasil belajar tolak peluru peserta didik yang diajarkan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe NHT.

## **1. Metode**

Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) menggunakan desain model Kemmis & McTaggart yang menetapkan setting dua siklus sesuai dengan karakteristik materi. Penelitian pada masing-masing siklus dilaksanakan melalui empat tahapan, yaitu: (1) perencanaan penelitian; (2) pelaksanaan tindakan; (3) observasi/ evaluasi; dan (4) refleksi.

Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas V SD N 4 Padangkerta tahun pelajaran 2019/2020 yang berjumlah 38 orang terdiri dari 20peserta didik laki dan 18 peserta didik perempuan. Objek tindakan dari penelitian ini adalah model pembelajaran kooperatif tipe NHT, sedangkan objek produk dari penelitian ini adalah aktivitas belajarpeserta didik dan hasil belajar penjeaorkes materi tolak peluru. Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahunpelajaran 2019/2020 di SD N 4 Padangkerta, Karangasem.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini terdiri atas: (1) data aktivitas belajarpeserta didik yang dikumpulkan dengan menggunakan lembar pengamatan pada tiap siklus; dan (2) data hasil belajar materi tolak pelurupeserta didik dikumpulkan pada setiap akhir siklus. Peningkatan hasil belajar peserta didik diperoleh dengan membandingkan hasil (ketuntasan klasikal dan daya serap) di siklus I dan siklus II. Data aktivitas belajar dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Kriteria penggolongan aktivitas belajar disusun berdasarkan pedoman berikut.

Tabel 2. Pedoman Penggolongan Aktivitas Belajar Peserta didik

No	Kriteria	Katagori
1	$9 \leq \bar{X}$	Sangat aktif
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	Aktif
3	$5 \leq \bar{X} < 7$	Cukup aktif
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	Kurang aktif
5	$\bar{X} < 3$	Sangat kurang aktif

Harapan yang ingin dicapai peserta didik pada siklus I terkait aktivitas belajar adalah perolehan rata-rata dengan kategori sangat aktif. Bila target tersebut tidak tercapai maka peserta didik akan diberikan perlakuan yang berbeda pada siklus II dengan melihat kelemahan-kelemahan pada siklus I. Data hasil belajar materi tolak peluru peserta didik dikumpulkan dengan mencari ketuntasan belajar peserta didik secara individual dan ketuntasan belajar klasikal. Ketuntasan belajar peserta didik (individual) ditentukan sendiri oleh masing-masing sekolah yang dikenal dengan istilah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), dengan berpedoman pada tiga pertimbangan, yaitu: kemampuan setiap peserta didik, fasilitas (sarana), dan daya dukung lainnya (Trianto, 2010:241). KKM untuk pelajaran PJOK kelas V SD N 4 Padangkerta adalah 75.

## 2. HASIL DAN PEMBAHASAN

Aktivitas belajar setelah diberikan perlakuan pada siklus I yaitu peserta didik pada kategori sangat aktif sebanyak 27 orang (71,05%), aktif 11 orang (28,94%), cukup aktif tidak ada (0%), kurang aktif tidak ada (0%), dan sangat kurang aktif tidak ada (0%). Adapun kriteria penggolongan tentang aktivitas belajar tolak peluru gaya *ortodoks* pada siklus I adalah yang tertuang dalam tabel 3 sebagai berikut.

**Tabel 3 Kategori penggolongan aktivitas belajar pesertadidikpada siklus I**

No.	Kriteria	Jumlah Peserta didik	Persentase (%)	Kategori	Keterangan
1	$9 \leq \bar{X}$	27	71,05%	Sangat Aktif	38 Orang
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	11	28,94%	Aktif	Peserta didik Aktif (100%)
3	$5 \leq \bar{X} < 7$	-		Cukup Aktif	Tidak ada
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	-		Kurang Aktif	peserta didik
5	$\bar{X} < 3$	-		Sangat Kurang Aktif	pada kategori tidak aktif (0,00%)
Total		38	100%		38 Peserta didik

Berdasarkan hasil analisis aktivitas belajar peserta didik kelas VSD N 4 Padangkerta pada siklus I jumlah total skor aktivitas belajar peserta didik sebesar 386, dan rata-rata skor aktivitas belajar peserta didik secara klasikal 10,15. Jika dilihat berdasarkan kriteria penggolongan aktivitas belajar berada pada rentang  $9 \leq \bar{X}$  atau berada dalam kategori **Sangat aktif**.

Analisis data hasil belajar peserta didik pada siklus I dikelompokkan ke dalam data hasil belajar peserta didik dengan materi tolak peluru pada peserta didik kelas VSD Negeri 4 Padangkerta tahun pelajaran 2019/2020 dapat dilihat pada tabel 4 berikut.



**Tabel 4 Hasil Analisis Data Hasil Belajar Tolak Peluru Pada Siklus I.**

No	Predikat	Jumlah Peserta didik	Kriteria	Persentase	Jumlah Ketuntasan Peserta didik
1	A	30	Sangat Baik	78,95%	36 Orang (94,74%) Tuntas
2	B	6	Baik	15,79%	
3	C	2	Cukup	5,26%	2 Orang (5,26%) Tidak Tuntas
4	D	0	Kurang	0,00%	
<b>Jumlah</b>			-	<b>100%</b>	<b>38 Orang (100%)</b>

Berdasarkan table 4 di atas dapat diamati bahwa hasil belajar materi tolak peluru pada siklus I, diperoleh data hasil belajar individu peserta didik sebagai berikut, 30 orang (78,95%) peserta didik yang mencapai kategori sangat baik, 6 orang (15,79%) berada pada kategori baik, berada pada kategori cukup 2 orang (5,26%) tidak ada peserta didik yang mendapat nilai dengan kategori kurang, maka ketuntasan belajar peserta didik secara klasikal adalah sebagai berikut.

$$\begin{aligned}
 & \text{Jumlah Peserta didik Tuntas} \\
 \text{KB} &= \frac{\text{Jumlah Peserta didik Tuntas}}{\text{Jumlah Peserta didik Keseluruhan}} \times 100\% \\
 \text{KB} &= \frac{36}{38} \times 100\% \\
 &= 94,74\%
 \end{aligned}$$

Dilihat dari analisis data di atas, ketuntasan hasil belajar kompetensi keterampilan tolak peluru gaya *ortodoks* pada siklus I secara klasikal adalah 94,74%, apabila dikonversikan dengan kriteria tingkat penguasaan kompetensi

keterampilan untuk mata pelajaran PJOK berada pada rentang 85% - 100% dalam katagori **sangat baik**.

Aktivitas belajar peserta didik pada siklus II, dapat dilihat dalam tabel tabel 5 berikut.

**Tabel 5 Hasil Analisis Data Aktivitas Belajar Tolak Peluru pada Siklus II.**

No	Kriteria	Jumlah peserta didik	Persentase (%)	Kategori	Keterangan
1	$\bar{X} \geq 9$	30	78,94%	Sangat Aktif	38 Orang Peserta didik
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	8	21,05%	Aktif	Aktif (100%)
3	$5 \leq \bar{X} < 7$	-	-	Cukup Aktif	Tidak Ada
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	-	-	Kurang Aktif	Peserta didik Tidak Aktif
5	$\bar{X} < 3$	-	-	Sangat Kurang Aktif	(0%)
<b>Jumlah</b>		<b>38</b>	<b>100%</b>	-	<b>38 Peserta didik (100%)</b>

Dari tabel 5 di atas dapat dilihat bahwa, peserta didik yang berada pada kategori sangat aktif sebanyak 30 orang (78, 94%) dan 8 orang peserta didik berada pada kategori aktif (21,05%). Dari hasil analisis data diatas maka dapat dikatakan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT cukup efektif untuk meningkatkan aktivitas belajar tolak peluru. Hal ini dapat dilihat dari persentase ketuntasan belajar yang mencapai 100% (38 orang).

Penghitungan aktivitas belajar peserta didik secara klasikal yaitu sebagai berikut.

$$\begin{aligned}(\bar{X}) &= \frac{\sum X}{N} \\ &= \frac{390}{38} = 10,26\end{aligned}$$

Dilihat dari analisis data diatas, aktivitas belajar peserta didik kelasV SD N 4 Padangkerta secara klasikal pada siklus II sebesar 10,26. Jika dilihat berdasarkan criteria penggolongan aktivitas belajar berada pada rentang  $9 \leq \bar{X}$  atau berada dalam kategori **Sangat aktif**.

Sedangkan untuk analisis data hasil belajar tolak peluru pada siklus II, dapat dilihat pada tabel 6 berikut.

**Tabel 6. Hasil Analisis Data Hasil Belajar Tolak Peluru pada Siklus II.**

No	Predikat	Jumlah Peserta didik	Kriteria	Persentase	Jumlah Ketuntasan Peserta didik
1	A	31	Sangat Baik	81,58%	38 Orang (97,37%) Tuntas
2	B	6	Baik	15,78%	
3	C	1	Cukup	2,63%	1 Orang (2,63%) Tidak Tuntas
4	D	0	Kurang	0,00%	
<b>Jumlah</b>			-	<b>100%</b>	<b>38 Orang (100%)</b>

Berdasarkan table 6 di atas, hasil belajar kompetensi keterampilan pada siklus II, diperoleh data hasil belajar dengan kategori individu sebagai berikut 7 orang (18,42%) dengan kategori sangat baik, 31 orang (81,57%) memperoleh nilai dengan kategori baik, dan tidak ada peserta didik yang memperoleh nilai dengan kategori cukup, ataupun kurang.

Berdasarkan analisis data pada penelitian tindakan kelas siklus II, maka ketuntasan belajar peserta didik secara klasikal untuk materi tolak peluru gaya *o'brien* adalah sebagai berikut.

$$\begin{aligned} & \text{Jumlah Peserta didik Tuntas} \\ \text{KB} &= \frac{\text{Jumlah Peserta didik Tuntas}}{\text{Jumlah Peserta didik Keseluruhan}} \times 100\% \\ \text{KB} &= \frac{37}{38} \times 100\% \\ &= 97,37\% \end{aligned}$$

Dilihat dari analisis data di atas, hasil belajar peserta didik kelas VA SD Negeri 4 Padangkerta tahun pelajaran 2019/2020 pada siklus II adalah 97,37%, apabila dikonversikan dengan criteria tingkat penguasaan kompetensi keterampilan untuk mata pelajaran PJOK berada pada rentang 85% - 100% dalam katagori **sangat baik**.

### **Interpretasi Data Hasil Penelitian Siklus I dan Siklus II**

Berdasarkan hasil analisis data aktivitas belajar pada siklus I dan II, rata-rata skor aktivitas peserta didik secara klasikal siklus I sebesar 10,15 dengan kategori sangat aktif, mengalami peningkatan menjadi 10,26 pada siklus II dengan kategori sangat aktif. Dengan demikian rata-rata skor aktivitas belajar peserta didik adalah 10,20.

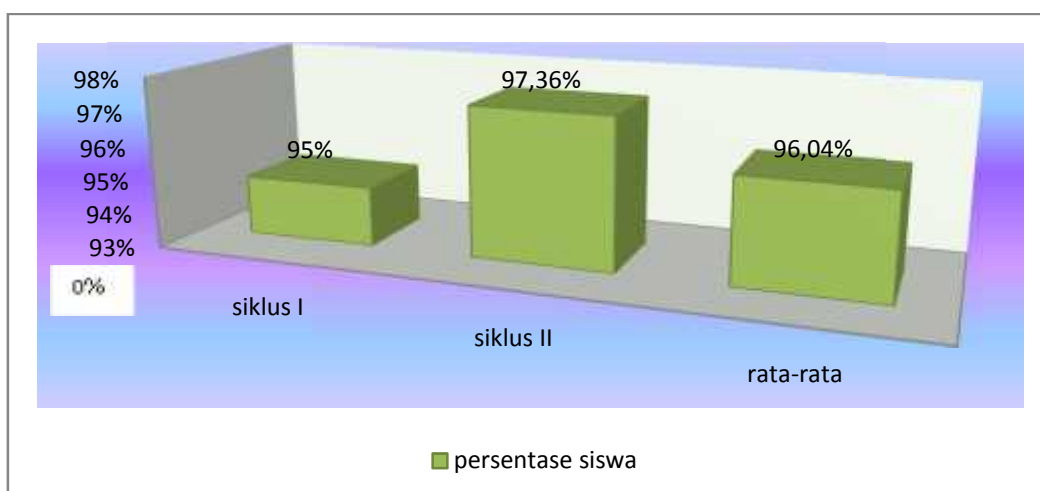
Diagram batang interpretasi data aktivitas belajar dapat dilihat pada gambar 4.5 berikut ini.



**Gambar 1 Diagram Batang Interpretasi data aktivitas belajar siklus I dan II**

Berdasarkan hasil analisis data hasil belajar siklus I dan II, persentase rata-rata tingkat ketuntasan belajar secara klasikal pada siklus I sebesar 94,73% pada kategori sangat baik, mengalami peningkatan menjadi 97,36% pada siklus II dengan kategori sangat baik. Dengan demikian rata-rata tingkat ketuntasan belajar secara klasikal pada siklus I dan siklus II adalah 96,04% dengan kategori sangat baik.

Diagram batang interpretasi data hasil belajar dapat dilihat pada gambar 4.6 berikut ini.



**Gambar 2 Diagram Batang Interpretasi Data Hasil Belajar Siklus I dan Siklus II**

## **Pembahasan**

Berdasarkan uraian di atas, adapun hasil data penelitian siklus I dan siklus II diperoleh rata-rata persentase hasil belajar peserta didik secara klasikal yaitu sebesar 96,04%. Keberhasilan dalam penelitian ini sesuai dengan dikemukakan oleh Hamalik (2008 : 171) yang menyatakan bahwa pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang menyediakan kesempatan belajar sendiri dan beraktivitas sendiri kepada peserta didik. Peserta didik belajar dan beraktivitas sendiri untuk memperoleh pengalaman, pengetahuan, pemahaman dan tingkah laku lainnya serta mengembangkan keterampilannya yang bermakna. Sehingga dalam hal ini, kegiatan atau aktivitas belajar peserta didik merupakan pondasi dan prinsip fundamental untuk mencapai hasil belajar yang lebih optimal. Hasil belajar menunjuk pada perubahan struktur pengetahuan individu sebagai hasil dari situasi belajar. Hasil belajar beraneka ragam besarnya, baik yang menyangkut belajar fakta sederhana maupun keterampilan-keterampilan teknis yang bersifat kompleks.

Pembelajaran kooperatif tipe NHT bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar PJOK materi tolak peluru, dimana hasil penelitian aktivitas belajar peserta didik pada siklus I terhadap pembelajaran PJOK khususnya pada materi tolak peluru secara klasikal telah berada pada kategori sangat aktif. Meskipun demikian peneliti tetap melanjutkan ke siklus II dengan memperhatikan permasalahan-permasalahan pada siklus I. Berdasarkan refleksi dari siklus I didapatkan beberapa permasalahan pada siklus I yaitu: (1) peserta didik kurang memperhatikan demonstrasi yang diperagakan oleh peneliti tentang tolak peluru, (2) peserta didik belum berani mengajukan pertanyaan dan mengemukakan pendapat karena takut dan malu ditertawakan temannya jika salah terkait materi tolak peluru, (3) kurangnya kesempatan peserta didik dalam melakukan gerakan tolak peluru sehingga hasilnya kurang maksimal.

Berdasarkan permasalahan-permasalahan yang dihadapi pada siklus I tersebut maka adapun solusinya yaitu: (1) memberikan penghargaan berupa nilai plus bagi peserta didik yang bersungguh-sungguh pada saat melakukan gerakan tolak peluru sehingga pandangan dapat mengarah ke depan, (2) memberikan

pertanyaan mengenai materi yang sudah disampaikan agar peserta didik tidak ragu-ragu dalam menjawab pertanyaan yang di berikan, (3) membagi peserta didik menjadi jumlah kelompok yang lebih banyak sehingga jumlah peserta didik dalam satu kelompok lebih sedikit sehingga kesempatan dalam melakukan gerakan di setiap peserta didik menjadi lebih banyak.

Pembelajaran pada siklus II berlangsung lebih kondusif kondusif, peserta didik sudah mulai terbiasa dan mampu beradaptasi dengan model pembelajaran kooperatif tipe NHT. Hal ini terlihat dari aspek aktivitas belajar peserta didik, dimana rata-rata aktivitas belajar tolak peluru secara klasikal meningkat dan tergolong sangat aktif. Sedangkan untuk penguasaan materi tolak peluru berada dalam kategori sangat baik. Peningkatan ini tidak terlepas dari implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT secara optimal dengan perbaikan-perbaikan pembelajaran sesuai dengan kekurangan-kekurangan yang terjadi pada siklus sebelumnya.

Berdasarkan uraian diatas, ini berarti tingkat ketuntasan hasil belajar tolak peluru pada siklus II sudah memenuhi standar ketuntasan secara individual dan klasikal yaitu sebesar 75 sesuai dengan KKM di SD N 4 Padangkerta. Peningkatan aktivitas dan hasil belajar pada siklus II tersebut dikarenakan: 1) penggunaan model pembelajaran kooperatif tipe NHT dengan pembelajaran berkelompok sudah dipahami oleh peserta didik dan 2) peneliti melakukan perbaikan berdasarkan hasil refleksi dan permasalahan yang dihadapi pada siklus I. Meskipun pelaksanaan siklus II dinyatakan berhasil, tetapi masih terdapat kendala-kendala yang dihadapi saat penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT, yaitu: terbatasnya waktu pelaksanaan penelitian sehingga peserta didik kekurangan waktu untuk lebih memahami tahapan-tahapan model pembelajaran yang peneliti terapkan. Dengan adanya kendala tersebut solusi yang peneliti sarankan kepada guru yaitu untuk selanjutnya agar lebih sering menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe NHT dalam pembelajaran PJOK, sehingga peserta didik akan semakin paham dengan struktur pembelajaran dalam model pembelajaran kooperatif tipe NHT.

Hasil ini di kuatkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Ida Bagus Widana Wismaya (2019) yang menyatakan bahwa aktivitas dan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada peserta didik kelas XI Boga 2 SMK Negeri 2 Singaraja. Dalam penelitiannya terjadi peningkatan yang signifikan dari siklus I kesiklus 2 yaitu sebesar 18%.

Dari beberapa model pembelajaran kooperatif, salah satu yang direkomendasikan adalah model pembelajaran kooperatif tipe NHT. Dimana dengan melihat aktivitas dan hasil belajar tolak peluru ditemukan hasil bahwa dengan mengimplementasikan model pembelajaran kooperatif tipe NHT aktivitas dan hasil belajar peserta didik meningkat dalam materi tolak peluru. Berdasarkan data analisa hasil uraian diatas, bahwa aktivitas dan hasil belajar meningkat dikarenakan: 1) Peserta didik lebih aktif dalam mengikuti suatu proses pembelajaran dalam melakukan interaksi dengan teman sehingga pembelajaran lebih aktif dan tidak satu arah, 2) Timbulnya kerjasama antar peserta didik dengan peserta didik, tim atau teman didalam kelompoknya dapat menyelesaikan tugas gerak yang diberikan oleh guru, 3) Peserta didik memiliki rasa tanggung jawab sehingga peserta didik dapat mengerjakan tugas dengan baik dalam suatu proses pembelajaran di dalam kelompoknya, 4) Peserta didik mengamati apa yang dicontohkan oleh guru atau dari orang lain dalam suatu proses pembelajaran, 5) Rasa percaya diri peserta didik dalam melaksanakan tugas gerak yang diberikan oleh guru.

### **3. SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan di atas dapat ditarik simpulan sebagai berikut.

Aktivitas belajar tolak peluru meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada peserta didik kelas V SD Negeri 4 Padangkerta tahun pelajaran 2019/2020. Hal ini dapat dilihat dari rata-rata



persentase aktivitas belajar peserta didik secara klasikal ( $\bar{X}$ ) pada siklus I sebesar 10,15 yang berada dalam kategori sangat aktif dan mengalami peningkatan pada siklus II menjadi 10,26 yang berada pada kategori sangat aktif. Dari hasil siklus I dan II, diperoleh rata-rata persentase aktivitas belajar sebesar 10,20 yang berada kategori sangat aktif.

Hasil belajar tolak peluru meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada peserta didik kelas VA SD Negeri 4 Padangkerta tahun pelajaran 2019/2020. Hal ini dapat dilihat dari rata-rata persentase hasil belajar peserta didik secara klasikal pada siklus I sebesar 94,73% dan mengalami peningkatan pada siklus II menjadi 97,37%. Dari hasil data penelitian siklus I dan siklus II diperoleh rata-rata persentase hasil belajar peserta didik secara klasikal sebesar 96,04% berada pada kategori sangat baik.

Berdasarkan simpulan di atas, dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut. Kepada guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dapat menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe *Numbered Head Together* (NHT) pada pembelajaran tolak peluru karena dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar. Bagi peneliti lain yang akan mengadakan penelitian dapat menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe *Numbered Head Together* (NHT) sesuai dengan materi yang akan diberikan. Bagi sekolah agar dijadikan pedoman dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan khususnya pada materi tolak peluru. Diharapkan kepada para peserta didik yang dijadikan subjek pada penelitian ini selanjutnya lebih memperhatikan dan memahami pembelajaran yang diberikan, agar dapat menambah para digma maupun wawasan pengetahuan.

## DAFTAR PUSTAKA

Antara. 2017. *Implementasi Kooperatif NHT Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan Dan Sikap Lilin*. Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan. Vol. 1 (1) pp. 21-31

- Arihi, La Ode Safiun dan Iru, La. 2012. *Analisi Penerapan Pendekatan, Metode, dan Model-Model Pembelajaran*. Yogyakarta: Multi Solusindo.
- Depdiknas. 2006. Permendiknas No 22 Tahun 2006 Tentang Standar Isi. Jakarta : Depdiknas
- Frendianto, Wahyu (2017) *Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Ipa Kelas Vb Min 1 Lampung Utara T.P. 2016 - 2017*. Undergraduate thesis, UIN Raden Intan Lampung.
- Hanifah K. & Mawardi. 2016. *Perbedaan Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe NHT dan STAD Ditinjau dari Hasil Belajar Siswa*. Journal Scholaria : Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan. <https://doi.org/10.24246/j.scholaria.2016.v6.i3.p251-263> us
- Ida Bagus Widana Siswaya. 2019. *Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok pada Siswa*. Vol 3, No 1 (2019). Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran. <http://dx.doi.org/10.23887/jipp.v3i1.17105>
- Nurhadi, dkk. 2004. *Pembelajaran Kontektual dan Penerapan dalam KBK*. Malang: UM Press
- Trianto.2007. *Model-Model Pembelajaran Inovatif Berorientasi Kontruktivistik*. Prestasi Pustaka: Jakarta.