



Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad Terhadap Hasil Belajar Ilmu Gizi SMK Negeri 3 Pematang Siantar

Hotma Setia Panjaitan¹ Yuspa Hanum²

¹Alumni Prodi Pendidikan Tata Boga Jurusan PKK, Fakultas Teknik, Univeritas Negeri Medan, Indonesia

²Prodi Prodi Pendidikan Tata Boga Jurusan PKK, Fakultas Teknik, Univeritas Negeri Medan, Indonesia

Email: hotmasetiapanjaitan@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk : (1) mengetahui hasil belajar ilmu gizi siswa yang diajarkan dengan menggunakan model pembelajaran Kooperatif Tipe STAD (2) mengetahui hasil belajar ilmu gizi siswa yang diajarkan dengan model konvensional, dan (3) Untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran Kooperatif Tipe STAD terhadap hasil belajar ilmu gizi siswa kelas X SMK Negeri 3 Pematang Siantar .Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi Experimen dengan desain penelitian two group pretes-postest. Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 3 Pematang Siantar. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh siswa kelas X yang berjumlah 65 orang siswa. Penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* terdiri dari 2 variabel, yaitu model pembelajaran Kooperatif Tipe STAD (X), dan hasil belajar ilmu gizi (Y). Berdasarkan hasil penelitian, setelah diberi perlakuan dengan menerapkan kelas eksperimen, model pembelajaran Kooperatif Tipe STAD diperoleh hasil belajar cukup dengan 84,37% dengan rata-rata hitung sebesar 80,70 dan standar deviasi 4,34. Dibandingkan dengan kelas kontrol diperoleh hasil belajar kurang dengan 57,57% dengan rata-rata hitung sebesar 71,52 dan standar deviasi 5,80. Dari hasil perhitungan uji hipotesis untuk nilai Akhir diperoleh $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($7,29 > 1,663$), maka H_a diterima yang berarti ada pengaruh yang positif dan signifikan dengan penggunaan model pembelajaran Kooperatif Tipe STAD terhadap hasil belajar ilmu gizi kelas X SMK Negeri 3 Pematang Siantar.

Kata Kunci : Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD; Hasil Belajar Ilmu Gizi.

ABSTRACT

This study aims to: (1) determine the learning outcomes of students who are taught using the Cooperative Learning Model Type STAD (2) determine the learning outcomes of students taught with conventional models, and (3) To determine the effect of the Cooperative learning model Type STAD. on the learning outcomes of class X student nutrition at SMK Negeri 3 Pematang Siantar. The method used in this study was a Quasi Experiment with a two group pretest-postest research design. This research was conducted at SMK Negeri 3 Pematang Siantar. In this study, the population was all students of class X, amounting to 65 students. This study used a total sampling technique consisting of 2 variables, namely the Cooperative Learning Model Type STAD (X), and the learning outcomes of nutrition (Y). Based on the results of the study, after being treated by applying the experimental class, the STAD cooperative learning model obtained sufficient learning outcomes with 84.37% with a mean count of 80.70 and a standard deviation of 4.34. Compared with the control class, the learning outcomes were less than 57.57% with a mean count of 71.52 and a standard deviation of 5.80. From the results of the calculation of the hypothesis test for the final value obtained $t_{count} > t_{table}$ ($7.29 > 1.663$), then H_a is accepted, which means that there is a positive and significant effect with the use of the STAD Type Cooperative learning model on the learning outcomes of class X nutrition at SMK Negeri 3 Pematang Siantar..

Keywords: Cooperative Learning Model Type STAD; Nutrition Science Learning Outcomes.

PENDAHULUAN

Pembelajaran yang berkualitas sangat tergantung dari motivasi pelajar dan kreatifitas pengajar. Pembelajar yang memiliki motivasi tinggi ditunjang dengan pengajar yang mampu memfasilitasi motivasi tersebut akan membawa pada keberhasilan pencapaian target belajar. Target belajar dapat diukur melalui 1) perubahan sikap dan kemampuan siswa melalui proses belajar, 2) desain pembelajaran yang baik berupa pemilihan model, metode, strategi, dan teknik pembelajaran sesuai dengan materi pelajaran, 3) ditunjang fasilitas yang memadai seperti ruangan belajar yang baik akan menciptakan kondisi kelas yang kondusif, penerangan yang cukup sehingga siswa dapat membaca dengan kapasitas yang besar dan kelelahan mata yang lebih kecil apabila memanfaatkan penerangan alamiah, sirkulasi udara (ventilasi) agar ruangan tidak terasa pengap, meja dan kursi belajar ditata dengan rapi agar tercipta suasana yang nyaman untuk belajar 4) ditambah dengan kreatifitas guru seperti menciptakan suasana kelas yang positif dengan cara memandirikan siswa, mendorong bekerja sama dan tidak cepat puas dengan prestasi. Hal ini akan membuat peserta didik lebih mudah mencapai target belajar. Djamarah (dalam Tigor,2014).

Mata pelajaran Ilmu gizi dengan kompetensi dasar Menyusun menu seimbang untuk balita, merupakan salah satu mata pelajaran yang harus di ikuti/ dipelajari oleh siswa kelas X SMK Negeri 3 Pematang Siantar Program Keahlian Tata Boga. Materi Ilmu gizi yang bersifat teoritis, membuat siswa sulit memahami pelajaran yang diberikan oleh guru, karena siswa dalam kegiatan belajar menjadi lebih cenderung pasif, dikarenakan masih menggunakan model konvensional, sehingga hasil belajar siswa belum optimal.

Berdasarkan hasil observasi dan informasi yang diperoleh dari guru program studi Ilmu gizi kelas X, SMK Negeri 3 Pematang Siantar. Diketahui bahwa siswa kelas X tersebut kurang memahami cara menyusun menu seimbang untuk balita, dimana siswa masih sulit untuk mengelompokkan menu berdasarkan zat-zat gizi yang dibutuhkan balita. Data yang diperoleh dari observasi pada bulan Agustus 2016, nilai siswa masih belum optimal, masih banyak siswa yang tidak mencapai ketuntasan belajar berdasarkan nilai KKM (Kriteria ketuntasan Minimal) 75. Hal ini terlihat dari

hasil belajar siswa dari tahun 2013 hanya 60 % dari 46 siswa yang mendapatkan nilai memuaskan. Pada tahun 2014 siswa yang mendapatkan nilai memuaskan 65 % dari 46 siswa. Pada tahun 2015 siswa yang mendapatkan nilai memuaskan adalah 60% dari 33 siswa. Dilihat dari daftar nilai siswa mulai dari tahun 2013-2015 hasil belajar ilmu gizi siswa dari 125 siswa yang memperoleh hasil memuaskan adalah 60%. Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar ilmu gizi di SMK Negeri 3 Pematang Siantar masih jauh dari yang diharapkan. Akan tetapi bagi siswa yang belum tuntas, guru memberikan ujian remedial kepada siswa yang bersangkutan. Ujian remedial ini diberikan untuk memperbaiki nilai siswa yang tidak mencapai nilai batas KKM.

Pada pelaksanaan pembelajaran biasanya yang diterapkan oleh guru yaitu model pembelajaran konvensional dan jarang divariasikan dengan model pembelajaran yang lain. Berhubung mata pelajaran ilmu gizi ini adalah mata pelajaran teori. Ketika guru memberikan materi siswa cenderung hanya mendengarkan dan mencatat materi yang diberikan oleh guru, dan dapat membuat siswa cenderung merasa jenuh dan kurang tertarik dengan materi menyusun menu seimbang untuk balita.

Salah satu model pembelajaran aktif sebagai solusi yang penulis sarankan yaitu model pembelajaran kooperatif tipe STAD (*Student Team Achievement Divisions*). Tipe STAD (*Student Team Achievement Divisions*) merupakan model pembelajaran kooperatif yang melibatkan “kompetisi” antar kelompok dimana guru hanya berfungsi sebagai moderator. Siswa dikelompokkan secara beragam berdasarkan kemampuan gender, ras dan etnis. Setiap siswa akan memperoleh nilai dari kuis yang diberikan guru dan perolehan nilai kuis setiap anggota menentukan skor yang diperoleh oleh kelompok mereka. Jadi, setiap anggota harus berusaha memperoleh nilai maksimal dalam kuis jika kelompok mereka ingin mendapatkan skor yang tinggi. Adapun kelebihan dari model ini adalah 1) siswa aktif membantu dan memotivasi semangat untuk berhasil bersama; 2) aktif berperan sebagai tutor sebaya untuk lebih meningkatkan keberhasilan kelompok; 3) mendengar, menghormati serta menerima pendapat siswa lain; 4) interaksi antar siswa seiring dengan peningkatan kemampuan mereka dalam berpendapat; 5)

meningkatkan kerja sama diantara siswa. (Shoimin,2014).

Gagasan utama dibalik model STAD adalah untuk memotivasi para siswa, mendorong dan membantu satu sama lain. Jika para siswa menginginkan agar kelompok mereka memperoleh penghargaan, mereka harus membantu teman sekelompoknya mempelajari materi yang diberikan. Mereka harus mendorong teman mereka untuk melakukan yang terbaik dan menyatakan suatu norma bahwa belajar itu merupakan suatu yang penting, berharga, dan menyenangkan. (Shoimin,2014).

Ilmu gizi merupakan ilmu yang ruang lingkupnya membahas tentang prinsip ilmu gizi, manfaat gizi dalam daur kehidupan, gizi seimbang dan menyusun menu untuk berbagai aktifitas, oleh karena itu mata pelajaran ini sangat penting karena sangat membantu siswa dalam memperoleh pengetahuan, pemahaman tentang berbagai masalah gizi dan kesehatan yang ada kaitannya dengan pekerjaan nantinya khususnya untuk kompetensi keahlian jasa boga yang berkecimpung di dunia makanan. Kelemahan dalam memahami mata pelajaran ilmu gizi akan berdampak negatif terhadap pemahaman dalam mengolah dan menghidangkan makanan serta menyusun menu seimbang untuk memenuhi kebutuhan gizi dalam tubuh.

Hasil belajar dapat dicapai apabila kegiatan mengajar atau menyampaikan mata pelajaran sesuai dengan gaya belajar siswa, keefektifan belajar akan semakin tinggi bila kegiatan mengajar sesuai dengan faktor inter (kemampuan, motivasi, emosional, dan gaya belajar) maupun faktor ekstern (lingkungan keluarga). Terciptanya proses belajar yang efektif akan menjadikan hasil belajar lebih berarti, lebih bermakna serta berdaya guna pada diri individu yang belajar.

Seorang guru dituntut untuk mampu memilih model pembelajaran yang efektif dan efisien untuk diaplikasikan pada saat proses belajar-mengajar. Walaupun tidak ada ketetapan yang permanen tentang cara mendapatkan model pembelajaran yang tepat, karena tepat atau tidaknya model yang digunakan akan dapat diketahui berdasarkan hasil evaluasi belajar siswa.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD (Student Teams**

Achievement Division) Terhadap Hasil Belajar Ilmu Gizi Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 3 Pematang Siantar”.

KAJIAN TEORI

Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD

Menurut Surakhmad (2013), Pengaruh adalah suatu daya atau kekuatan yang muncul dari suatu benda atau orang dan juga gejala dalam yang dapat memberikan perubahan atau mempengaruhi apa yang ada disekitarnya.

Pengaruh model pembelajaran adalah suatu desain pembelajaran yang dapat memberikan perubahan atau mempengaruhi cara belajar, dan hasil belajar siswa dalam proses belajar-mengajar di dalam kelas. Suatu model pembelajaran yang dapat memberikan perubahan dan mempengaruhi cara belajar dan hasil belajar siswa adalah model pembelajaran kooperatif tipe STAD.

Student Teams Achievement Division (STAD) dikembangkan oleh Robert Slavin dan koleganya di Universitas John Hopkin dan merupakan pendekatan pembelajaran kooperatif yang paling sederhana. Guru yang menggunakan STAD, juga mengacu kepada belajar kelompok siswa, menyajikan informasi akademik baru kepada siswa setiap minggu menggunakan presentasi. Siswa dalam suatu kelas tertentu dipecah menjadi kelompok dengan anggota 4 orang, setiap kelompok haruslah heterogen, terdiri dari laki-laki dan perempuan, berasal dari berbagai suku, memiliki kemampuan tinggi, sedang, dan rendah. Guru memberikan mata pelajaran dan siswa bekerja dalam kelompok tersebut untuk memastikan bahwa seluruh anggota kelompok telah menguasai pelajaran tersebut, dan saat siswa dikenai tes tentang materi itu siswa tidak diperbolehkan saling membantu. Tiap siswa dan tiap kelompok diberi skor atas penguasaannya terhadap materi pelajaran, dan kepada setiap kelompok yang meraih prestasi tinggi atau skor sempurna diberi penghargaan. (Shoimin, 2014:185).

Kelebihan Dan Kekurangan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD

Suatu model pembelajaran mempunyai kelebihan dan kekurangan. Demikian pula dengan pembelajaran kooperatif tipe STAD.

1. Kelebihan pembelajaran kooperatif tipe STAD yaitu : (Istarani, 2012: 20-21)

- a) Arah pembelajaran akan lebih jelas karena pada tahap awal guru terlebih dahulu menjelaskan uraian materi yang dipelajari.
 - b) Membuat suasana belajar lebih menyenangkan karena siswa dikelompokkan dalam kelompok yang heterogen. Jadi siswa tidak bosan sebab mendapat kawan dan teman baru dalam pembelajaran
 - c) Pembelajaran lebih terarah sebab guru terlebih dahulu menyajikan materi sebelum tugas kelompok dimulai.
 - d) Dapat meningkatkan kerjasama diantara siswa, sebab dalam pembelajarannya siswa diberikan kesempatan untuk berdiskusi dalam suatu kelompok.
 - e) Dengan adanya pertanyaan model kuis akan dapat meningkatkan semangat anak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan.
 - f) Dapat mengetahui kemampuan siswa dalam menyerap materi ajar, sebab guru memberikan pertanyaan kepada seluruh siswa, dan sebelum kesimpulan diambil guru terlebih dahulu melakukan evaluasi pembelajaran.
 - g) Menurut Ibrahim, dkk. Pembelajaran kooperatif tipe STAD memiliki dampak yang positif untuk siswa yang hasil belajarnya rendah sehingga mampu memberikan peningkatan hasil belajar yang signifikan.
 - h) Siswa aktif membantu dan mendorong semangat untuk sama-sama berhasil.
2. Kekurangan pembelajaran kooperatif Tipe STAD dan cara mengatasinya yaitu :
- a) Kerja kelompok hanya melibatkan mereka yang mampu memimpin dan mengarahkan mereka yang kurang pandai dan kadang-kadang menuntut tempat yang berbeda dan gaya-gaya mengajar berbeda. Untuk mengatasi hal tersebut diperlukannya keterampilan guru dalam manajemen kelasnya, guru mampu menyatukan siswa dengan berbagai keanekaragamannya dalam kelompok-kelompok kecil (Sanjaya, 2011: 68).
 - b) Banyak siswa tidak senang apabila disuruh bekerja sama dengan yang lain. Siswa yang tekun merasa harus bekerja melebihi yang lain dalam grup mereka, sedangkan siswa yang kurang mampu merasa minder ditempatkan dalam satu grup dengan siswa yang lebih pandai. Siswa yang tekun merasa temannya yang kurang mampu hanya menumpang pada hasil jerih payahnya. Hal ini tidak perlu dikhawatirkan sebab dalam model pembelajaran kooperatif bukan kognitifnya saja yang dinilai tetapi dari segi afektif dan psikomotoriknya juga dinilai seperti kerja sama diantara anggota kelompok, keaktifan dalam kelompok serta sumbangan nilai yang diberikan kepada kelompok (Prasetyo, 2013).
 - c) Banyak siswa takut bahwa pekerjaan tidak akan terbagi rata atau secara adil, bahwa satu orang harus mengerjakan seluruh pekerjaan tersebut. Dalam model pembelajaran kooperatif pembagian tugas rata, setiap anggota kelompok harus dapat mempresentasikan apa yang telah didapatnya dalam kelompok sehingga ada pertanggung jawaban secara individu. Ibrahim (dalam Prasetyo, 2013).

1. Model Pembelajaran Konvensional

Model pembelajaran konvensional merupakan model yang sering digunakan hampir dalam tiap kali pengajaran, terutama pada pendidikan tingkat bawah hingga atas, karena model ini sederhana dan mudah digunakan. Menurut Djamarah (2013), model pembelajaran konvensional adalah model pembelajaran terdahulu atau disebut juga dengan metode ceramah, diskusi serta tanya jawab karena sejak dulu metode ini telah dipergunakan sebagai alat komunikasi lisan antara guru dengan anak didik dalam proses belajar dan pembelajaran.

Dalam pembelajaran konvensional ditandai dengan ceramah yang diiringi dengan penjelasan serta pembagian tugas dan latihan. Astuti (2010), mendefinisikan bahwa model konvensional ditandai dengan guru mengajar lebih banyak mengajarkan tentang konsep-konsep bukan kompetensi, tujuannya adalah peserta didik mengetahui sesuatu bukan mampu untuk melakukan sesuatu dan pada saat proses pembelajaran peserta didik lebih banyak

mendengarkan. Di sini terlihat bahwa model konvensional yang dimaksud adalah proses pembelajaran yang lebih banyak didominasi gurunya sebagai pentransfer ilmu, sementara peserta didik lebih pasif sebagai penerima ilmu.

Menurut Roestiyah (2012) pembelajaran konvensional lebih menekankan pelajaran, tanpa memberikan waktu yang cukup kepada siswa untuk merefleksikan materi-materi yang dipresentasikan, menghubungkannya dengan pengetahuan sebelumnya, atau mengaplikasikannya kepada situasi kehidupan nyata. Pembelajaran pada model konvensional, peserta didik lebih banyak mendengarkan penjelasan guru di depan kelas dan melaksanakan tugas jika guru memberikan latihan soal-soal kepada peserta didik. Yang sering digunakan pada pembelajaran konvensional antara lain metode ceramah, metode tanya jawab, metode diskusi, metode penugasan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran konvensional adalah sebuah model yang menekankan guru sebagai pusat pembelajaran dimana guru merupakan sumber informasi kemudian siswa cenderung hanya menerima sepenuhnya apa yang telah diberikan oleh guru, model konvensional yang biasa dipakai guru pada umumnya atau sering dinamakan model mengajar terdahulu.

Kelebihan dan Kekurangan Model Konvensional (Roestiyah, 2012).

1. Kelebihan model konvensional
 - a) Berbagi informasi yang tidak mudah ditemukan ditempat lain.
 - b) Membangkitkan akan informasi.
 - c) Menyampaikan informasi dengan cepat.
 - d) Mengajari siswa yang cara belajar terbaiknya adalah mendengarkan.
 - e) Mudah digunakan dalam proses belajar-mengajar.
2. Kekurangan model konvensional
 - a) Tidak semua siswa memiliki cara belajar terbaik dengan mendengarkan
 - b) Sering terjadi kesulitan untuk menjaga agar siswa tetap tertarik dengan apa yang dipelajari.
 - c) Pembelajaran tersebut cenderung tidak memerlukan pemikiran yang kritis.
 - d) Penekanan sering hanya pada penyelesaian tugas.

- e) Daya serapnya rendah dan cepat hilang karena bersifat menghafal.

3. Hasil Belajar Ilmu Gizi

Dimiyati dan Mudijono (2013), menyatakan belajar merupakan tindakan dan perilaku siswa yang kompleks. Sebagai tindakan, maka belajar hanya dialami oleh siswa sendiri. Siswa adalah penentu terjadinya atau tidak terjadinya proses belajar. Proses belajar terjadi berkat siswa memperoleh sesuatu yang ada di lingkungan sekitar.

Belajar merupakan perubahan tingkah laku atau penampilan, dengan serangkaian kegiatannya misalnya dengan membaca, mengamati, mendengarkan, meniru dan lain sebagainya. Belajar dapat terjadi di rumah, disekolah, ditempat kerja, ditempat ibadah, dan dimasyarakat, serta berlangsung dengan cara apa saja, dari apa, dan siapa saja. Proses belajar bersifat individual dan kontekstual, artinya proses belajar terjadi dalam diri peserta didik sesuai dengan perkembangan dan lingkungannya. Peserta didik tidak hanya dapat belajar dari guru atau pendidik saja, tetapi dapat belajar juga dari berbagai sumber belajar yang tersedia di lingkungannya (Sardiman 2011 : 20).

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan usaha yang dilakukan seorang individu untuk mendapatkan perubahan tingkah laku yang baru dari pengalaman yang ia alami sendiri maupun interaksi dengan lingkungannya.

1. Menu Seimbang Untuk Balita

Menu seimbang adalah menu yang terdiri dari beraneka ragam makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai, sehingga memenuhi kebutuhan gizi balita guna pemeliharaan dan perbaikan sel-sel tubuh dan proses kehidupan serta pertumbuhan dan perkembangan. Menu seimbang untuk balita adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktifitas fisik, dan perilaku hidup bersih untuk mencegah masalah gizi. Almsier (dalam Suparyanto 2012).

Menu seimbang untuk balita yaitu:

1. Gula dan Garam
Konsumsi garam untuk balita tidak lebih dari 1/6 jumlah maksimum orang dewasa sehari atau kurang dari 1 gram. Makanan orang dewasa belum tentu cocok

untuknya, kadang makanan orang dewasa terlalu banyak garam atau gula atau bahkan mengandung bahan pengawet atau pewarna buatan.

2. Porsi makan
Porsi makan anak juga berbeda dengan orang dewasa, mereka membutuhkan makanan sumber energi yang lengkap gizi dalam jumlah lebih kecil namun sering.
3. Kebutuhan energi dan nutrisi
Bahan makanan sumber energi seperti karbohidrat, protein, lemak, serta vitamin, mineral dan serat wajib dikonsumsi anak setiap hari. Lakukan pengaturan agar semua sumber gizi tersebut ada dalam menu sehari.
4. Susu pertumbuhan
Susu pertumbuhan sebagai salah satu sumber kalsium, juga penting dikonsumsi balita. Susu pertumbuhan merupakan susu lengkap gizi yang mampu memenuhi kebutuhan nutrisi anak.

Menu seimbang yaitu gizi yang harus terpenuhi untuk menjaga keseimbangan gizi tubuh yaitu:

1. Karbohidrat seperti nasi, roti, sereal, kentang atau mie. Selain sebagai menu utama, karbohidrat bisa diolah sebagai makanan selingan seperti puding roti, atau donat kentang yang lezat.
2. Buah dan sayur seperti pisang, pepaya, jeruk, tomat, dan wortel. Jenis sayuran beragam mengandung zat gizi berbeda. Berikan setiap hari baik dalam bentuk segar atau diolah menjadi jus.
3. Susu dan produk olahan susu, balita harus mendapatkan asupan kalsium yang cukup dari konsumsi susu.
4. Protein seperti ikan, susu, daging, telur, kacang-kacangan. Tunda pemberiannya bila tumbuh alergi atau ganti dengan sumber protein lain. Untuk vegetarian gabungkan konsumsi susu dengan minuman berkadar vitamin C tinggi untuk membantu penyerapan zat besi.
5. Lemak dan gula seperti yang terdapat dalam minyak, santan, dan mentega, roti dan kue juga mengandung omega 3 dan 6 yang penting untuk perkembangan otak. Pastikan balita mendapatkan kadar lemak esensial dan gula yang cukup bagi pertumbuhannya. Namun perlu diperhatikan bahwa lemak dan gula tidak digunakan sebagai

pengganti jenis makanan (lainnya seperti karbohidrat).

Tabel 1. Contoh Susunan Menu Sehari, Untuk Anak Usia 2-3 tahun

Waktu	Jenis Makanan
Makan Pagi (07.00)	1 gelas susu, nasi, sup kacang merah dan wortel, tempe, tahu, pisang.
Selingan (10.00)	Bubur kacang hijau
Makan Siang (12.00)	Nasi, sayur bayam + jagung + wortel + bakso, perkedel ikan, puding buah, juice jeruk.
Selingan (16.00)	Pancake pisang
Makan Malam (18.00)	Nasi TIM ayam, sup, mangga, Satu gelas susu,

(Sumber : Waryana, 2016)

Tabel 2. Contoh Susunan Menu Sehari, Untuk Anak Usia 4-5 tahun

Waktu	Jenis Makanan
Makan Pagi (07.00)	Bubur roti isi ayam wortel, Susu coklat
Selingan (10.00)	Juice mangga
Makan Siang (12.00)	Nasi putih, bola-bola daging, Sayur bening bayam+ jagung+ tahu, buah pepaya.
Selingan (16.00)	Mie rebus
Makan Malam (18.00)	Nasi putih, Sayur cah, Ayam goreng, Sate tempe, satu gelas susu

(Sumber : Waryana, 2016)

jumlah dan proporsi yang sesuai, sehingga memenuhi kebutuhan gizi balita guna pemeliharaan dan perbaikan sel-sel tubuh dan proses kehidupan serta pertumbuhan dan perkembangan. Menu seimbang berfungsi untuk menjaga keseimbangan asupan energi dan zat gizi yang dibutuhkan oleh balita dan juga sebagai alat untuk memantau berat badan dengan mengatur bahan makanan yang dikonsumsi oleh balita sesuai pertumbuhan balita.

METODE

Desain Penelitian

Desain penelitian ini adalah quasi eksperimen, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh atau akibat dari sesuatu yang ditimbulkan pada subjek (peserta didik) (Arikunto, 2013). Lokasi penelitian dilakukan di SMK Negeri 3 Pematang Siantar dan waktu penelitian dilaksanakan pada bulan April 2017 semester ganjil Tahun Ajaran 2016-2017. Penelitian ini ada dua kelas sampel yaitu kelas eksperimen yang akan diberi perlakuan model pembelajaran kooperatif tipe STAD dan kelas kontrol yang akan diberi perlakuan model pembelajaran konvensional. Kedua kelas sampel tersebut terlebih dahulu diberikan pre-test yaitu untuk mengetahui kemampuan awal siswa, kemudian setelah kegiatan belajar mengajar selesai maka kedua sampel diberikan post-tes yaitu untuk mengetahui kemampuan atau pemahaman akhir siswa.

Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang didalamnya terdapat sejumlah objek yang dapat dijadikan sumber data, yang diharapkan dapat memberikan data-data yang dibutuhkan seorang peneliti (Arikunto, 2013). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X Tata Boga SMK Negeri 3 Pematang Siantar yang berjumlah 65 siswa yang terdiri dari 2 kelas.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiono, 2010). Pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan teknik total (*Total Sampling*) yaitu sampel yang diambil dari semua populasi yang ada. Berdasarkan pendapat tersebut, sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X yang berjumlah sebanyak 65 orang.

Intrument Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaan lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Arikunto, 2013). Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes. Instrumen tes hasil belajar Ilmu gizi mencakup satu ranah Taksonomi Bloom, yakni ranah kognitif. Untuk menilai ranah kognitif digunakan tes hasil belajar berbentuk pilihan

berganda dengan 4 alternatif jawaban dan tes terdiri dari 50 item soal. Pembobotan skor tes adalah dikotomi artinya jawaban yang benar mendapat skor 1 sedangkan jawaban yang salah mendapat skor 0.

HASIL

Deskripsi data hasil penelitian

Berdasarkan data hasil belajar menyusun menu seimbang untuk balita pada kelas eksperimen dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe STAD diperoleh skor rata-rata (M) = 80,70 dengan standar deviasi 4,34 dan nilai tertinggi adalah 90 dan nilai terendah 72 dan berdasarkan data hasil belajar menyusun menu seimbang untuk balita pada kelas kontrol dengan menggunakan model pembelajaran konvensional diperoleh skor rata-rata (M) = 71,52 dengan standar deviasi 5,80 dan nilai tertinggi 80 dan nilai terendah 57.

Tingkat Kecenderungan Variabel Penelitian

Tingkat kecenderungan variabel penelitian ditentukan dengan menggunakan Kriteria Ketuntutan Minimal (KKM) SMK Negeri 3 Pematang Siantar.

Kemudian dapat diidentifikasi tingkat kecenderungan skor hasil belajar menyusun menu seimbang untuk balita dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe STAD. Data kecenderungan hasil belajar dari 32 orang sampel pada kelas eksperimen diperoleh 2 orang (6,25%) berada pada kategori tinggi, 27 orang (84,37%) berada pada kategori cukup, 3 orang (9,37%) berada pada kategori kurang. Dengan demikian yang memiliki presentase tertinggi adalah kategori cukup, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kecenderungan hasil belajar menyusun menu seimbang untuk balita dengan menggunakan model pembelajaran Kooperatif tipe STAD tergolong kategori **cukup**, dan data kecenderungan kelas kontrol dari 33 sampel penelitian, 11 siswa (33,33%) berada pada kategori cukup, 19 siswa (57,57%) berada pada kategori kurang, 2 siswa (6,06%) berada pada kategori rendah. Dengan demikian yang memiliki presentase tertinggi adalah kategori kurang, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kecenderungan hasil belajar Ilmu gizi dengan menggunakan model pembelajaran Konvensional tergolong kategori **kurang**.

Uji Prasyarat Analisis

Uji Normalitas

Uji Normalitas ini digunakan untuk mengetahui apakah data hasil penelitian siswa berdistribusi normal atau tidak. Pengujian dilakukan dengan menggunakan uji Liliefors pada kelompok sampel. Pada kelas eksperimen diperoleh harga L_{hitung} pada nilai akhir sebesar 0,0699 lebih kecil dibandingkan L_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan $n = 32$ sebesar 0,1566. Maka dapat diprediksi bahwa data penelitian pada kelas eksperimen berdistribusi **normal**. Sedangkan pada kelas kontrol harga L_{hitung} pada nilai akhir sebesar 0,0603 lebih kecil dibandingkan L_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan $n = 33$ sebesar 0,1542. Maka dapat diprediksi bahwa data penelitian pada kelas Kontrol berdistribusi **normal**.

Uji Homogenitas

Untuk mengetahui data yang diperoleh apakah mempunyai varians yang sama atau mempunyai varians yang homogen maka diuji dengan uji homogenitas, harga F_{hitung} pada data penelitian sebesar 1,78 dan harga $F_{tabel (31:32)}$ dengan taraf signifikan 5% yaitu sebesar 2,01. Oleh karena $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka kedua kelas dinyatakan **homogen**.

Uji Hipotesis Penelitian

Tabel 3. Uji Hipotesis Data Penelitian

Statistik	Kelas	
	Eksperimen (Model STAD)	Kontrol (Model Konvensional)
N	32	33
Max	90	80
Min	72	57
Mean	80,70	71,52
$\sum X$	2583	2360
$\sum X^2$	209083	169854
Sd	4,34	5,80
S^2	18,83	33,64
t_{hitung}	7,29	
t_{tabel}	1,663	
Status	Ho ditolak	

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, diperoleh tingkat kecenderungan hasil belajar ilmu gizi yang menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe STAD termasuk dalam kategori cenderung cukup dengan presentasi sebesar

84,37 persen. Hal ini disebabkan oleh desain model pembelajaran STAD ini dirancang untuk mendorong siswa saling membantu, memotivasi, serta menguasai keterampilan yang diberikan oleh guru. Kegiatan pembelajaran dengan menerapkan model kooperatif tipe STAD sebagai salah satu model pembelajaran yang dirancang sebagai alat guru memberikan materi untuk mengaktifkan siswa dalam belajar. Model kooperatif tipe STAD digunakan untuk peserta didik bekerja secara kelompok dan heterogen dengan memberikan kepada siswa topik yang akan dibahas masing-masing kelompok. Dengan demikian siswa yang kurang mengerti akan dibantu oleh teman kelompoknya yang sudah mengerti, dan dalam kelompok siswa harus menggunakan keterampilan sosial. Aspek-aspek terpenting dalam model pembelajaran kooperatif tipe STAD adalah Arah pembelajaran akan lebih jelas karena pada tahap awal guru terlebih dahulu menjelaskan uraian materi yang dipelajari, membuat suasana belajar lebih menyenangkan karena siswa dikelompokkan dalam kelompok yang heterogen (Shoimin, 2014). Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya, Edi Purnawan (2014) hasil belajar yang diajar dengan menggunakan model STAD 74,16 lebih tinggi dibandingkan hasil belajar siswa yang diajarkan dengan model Konvensional 61,25 pada materi alat ukur siswa kelas X Teknik Permesinan SMK Swasta Teladan Medan.

Hasil belajar siswa yang menggunakan model Konvensional pada ilmu gizi termasuk kategori kurang dengan presentase sebesar 57,57 persen, hal ini disebabkan oleh model konvensional ditandai dengan ceramah yang diiringi dengan penjelasan serta pembagian tugas dan latihan. Astuti (2010), mendefinisikan bahwa model konvensional ditandai dengan guru mengajar lebih banyak mengajarkan tentang konsep-konsep bukan kompetensi, tujuannya adalah peserta didik mengetahui sesuatu bukan mampu untuk melakukan sesuatu dan pada saat proses pembelajaran peserta didik lebih banyak mendengarkan. Di sini terlihat bahwa model konvensional yang dimaksud adalah proses pembelajaran yang lebih banyak didominasi gurunya sebagai pentransfer ilmu, sementara peserta didik lebih pasif sebagai penerima ilmu. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Charles Turnip (2012) dengan judul "Pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada materi pokok bunyi di kelas VIII SMP Swasta GKPI di

Medan". Hasil penelitian ini menunjukkan ada perbedaan hasil belajar pada materi pokok bunyi siswa kelas VIII SMP Swasta GKPI di Medan yang menggunakan model STAD lebih baik daripada model pembelajaran konvensional, hasil belajar yang diajar dengan menggunakan model STAD memiliki rata-rata 71,75 lebih tinggi dibandingkan hasil belajar siswa yang diajarkan dengan model Konvensional dengan rata-rata 64,13.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara model STAD terhadap hasil belajar ilmu gizi dengan nilai rata-rata untuk model STAD 80,70 dan model konvensional dengan rata-rata 71,52. Artinya model STAD dapat mempengaruhi hasil belajar ilmu gizi siswa kelas X SMK Negeri 3 Pematang Siantar.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil belajar siswa yang menggunakan model pembelajaran Kooperatif Tipe STAD pada mata pelajaran Ilmu gizi materi menyusun menu seimbang untuk balita di kategorikan cukup (84,37%) dengan nilai rata-rata 80,70
2. Hasil belajar siswa yang menggunakan model pembelajaran Konvensional pada mata pelajaran Ilmu gizi materi menyusun menu seimbang untuk balita di kategorikan kurang (57,57%) dengan nilai rata-rata 71,52.
3. Hasil analisis uji t menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada penggunaan model pembelajaran Kooperatif Tipe STAD terhadap hasil belajar Ilmu gizi dengan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($7,29 > 1,663$) pada taraf signifikan 5%. Artinya, model pembelajaran Kooperatif Tipe STAD dapat mempengaruhi hasil belajar siswa pada mata pelajaran Ilmu gizi.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat disarankan sebagai berikut:

1. Diharapkan kepada guru SMK terkhususnya guru bidang studi tata boga dapat menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada mata pelajaran ilmu gizi sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

2. Tingkat kecenderungan hasil belajar siswa rata-rata masih banyak dalam kategori kurang, oleh karena itu sebaiknya guru dapat memotivasi siswa sehingga proses belajar mengajar akan lebih baik dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa.
3. Kepada para siswa hendaknya mampu menerima pembelajaran dengan baik sesuai dengan apa yang diperoleh dari kegiatan belajar mengajar dan dengan penggunaan model ini diharapkan pada siswa lebih aktif untuk belajar.

REFERENSI

- Almatsier, Sunita. (2006). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2005). *Praturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Nasional Pendidikan*. Jakarta: Depdiknas.
- Hamalik, Oemar. (2012). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Hamdani. (2012). *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: Pustaka Setia.
- Ngalimun. (2013). *Strategi dan Model Pembelajaran*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Nurul Ulfah. (2009). <http://health.detik.com>. *Kenali 10 Ciri Anak Bergizi Baik*. Diakses tanggal 20 Oktober 2016.
- Proverawati, Atikah. (2015). *Gizi untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Roestiyah. (2012). *Pembelajaran Konvensional*. Jakarta Rineka Cipta.
- Sanjaya, Wina. (2013). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta

- Sudjana. (2012). *Metoda Statistika*. Bandung : PT. Tarsito Bandung.
- Sugiyono. (2013). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Shoimin. (2014). *68 Model Pembelajaran Inovatif dalam Kurikulum 2013..* Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA.
- Suparyanto.2012. [http://blogspot.co.id/KonsepDasarMenu Seimbang.html](http://blogspot.co.id/KonsepDasarMenuSeimbang.html). Diakses tanggal 20 Oktober 2016.
- Toeti Soenardi. (2006). *Hidup Sehat Gizi Seimbang dalam Siklus Kehidupan Manusia Ranch Market*. Jakarta: Prima media Pustaka.
- Waryana. (2016). *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta.: Pustaka Rihama.
- Wina Sanjaya. (2013). *Perencanaan Pembelajaran dan Desain System Pembelajaran*. Jakarta: Kencana.
- Zaifbio. (2012). [https://Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD](https://ModelPembelajaranKooperatifTipeSTAD). Diakses tanggal 20 Oktober 2016.