**BAB II**

**LANDASAN TEORI**

**2.1 Kajian Pustaka**

**2.1.1 Metode Quiz Team**

**2.1.1.1 Pengertian Metode Quiz Team**

Metode *Quiz Team* ialah metode yang meningkatkan keaktifan siswa dalam proses belajar. Dalam tipe ini siswa dibentuk dalam kelompok-kelompok kecil dengan masing-masing anggota kelompok mempunyai tanggung jawab yang sama atas keberhasilan kelompoknya dalam memahami materi dan menjawab soal. Menurut (Hermanto, 2018) *Quis Team* merupakan metode dimana siswa dilatih untuk belajar dan berdiskusi kelompok. Satu kelompok presentasi ke kelompok lain, sedangkan menurut Suprijono (2014:114) mengemukakan metode *activelearning* tipe *quiz team* merupakan salah satu tipe pembelajaran yang mampu meningkatkan keaktifan siswa dalam proses belajar. Tipe *team quis* ini diawali dengan guru menerangkan materi pelajaran secara klasikal,lalu siswa dibagi ke dalam beberapa kelompok.Semua anggota kelompok bersama-sama mempelajari materi tersebut melalui lembaran kerja. kemudin memberikan kuis ke kelompok lain tersebut. Apabila kelompok tersebut tidak bisa menjawab maka pertanyaan dilempar ke kelompok selanjutnya, dan seterusnya hingga semua kelompok melakukan presentasi kemudian memberikan kuis. Dapat juga dilakukan dengan cara guru memberikan quiz, soal, atau permasalahan rebutan untuk di jawab masing-masing kelompok untuk rebutan mendapatkan point terbanyak.Yang diwali dengan guru menerangkan materi secara klasikal, lalu siswa dibagi kedalam tiga kelompok besar. Semua anggota kelompok bersama-sama mempelajari materi tersebut, saling memberi arahan, saling memberikan pertanyaan dan jawaban untuk memahami mata pelajaran tersebut.Setelah selesai materi maka diadakan suatu pertandingan akademis. Dengan adanya pertandingan akademis ini maka terciptalah kompetisi antar kelompok, para siswa akan senantiasa berusaha belajar dengan motivasi yang tinggi agar dapat memperoleh nilai yang tinggi dalam pertandingan.

* + - 1. **Langkah-langkah Metode Pembelajaran Tipe *Team Quis***

Metode *active learning* tipe *team quis* merupakan pembelajaran yang memungkinkan siswa dapat belajar aktif sehingga membuat pembelajaran menyenangkan. Adapun prosedur atau langkah-langkah dari model *activelearning* tipe *team quis* dalam pembelajaran menurut Silberman (2014:175- 176) sebagai berikut:

1. Bagilah siswa menjadi tiga tim.
2. Jelaskan format pelajaran dan mulainya penyajian materinya batasi hingga 10 menit atau kurang dari itu.
3. Berikan perintah tim A untuk menyiapkan kuis jawaban singkat, kuis tersebut harus sudah siap tidak lebih dari lima menit. Tim B dan C menggunakan waktu itu untuk membukacatatan mereka.
4. Tim A memberi kuis kepada anggota tim B, jika tim B tidak dapat menjawab satu pertanyaan, maka tim C segera menjawabnya.
5. Tim A memberikan kuis kepada anggota tim C, jika tim C tidak dapat menjawab pertanyaan, maka tim B segera menjawab.
6. Ketika kuisnya selesai lakukan segmen kedua yang menyiapkan kuis tim B Tim C dan tim A diminta untuk memeriksa catatan mereka.
7. Tim B memberi kuis kepada anggota tim C, jika tim C tidak dapat menjawab satu pertanyaan, maka tim A segeramenjawabnya.
8. Tim B memberikan kuis kepada anggota tim A, jika tim A tidak dapat menjawab pertanyaan, maka tim C segera menjawab.
9. Selanjutnya akan dilanjutkan disegmen ketiga yang dilakuan seperti tim A dan tim B.
10. Akhir kuis akan terlihatnya tim apa yang mendapatkan bintang yang paling banyak dan akan diberi penghargaan.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, peneliti memilih pendapat Zaini, karena langkah-langkah model active learning tipe team quis tersebut lebih terperinci dan mudah diterapkan dalam pembelajaran. Penerapan langkah-langkah model tersebut dapat meningkatkan aktivitas dan pengetahuan siswa karena siswa dituntut untuk aktif dalam pembelajaran yang dikemas dalam kegiatan pertandingan akademis.

**2.1.1.3 Kelebihan dan Kelemahan Metode *Active Learning* Tipe *Team Quis***

Setiap pembelajaran memiliki kelebihan dan kekurangan, demikian pula dengan metode active learning tipe team quis memiliki kelebihan dan kelemahan, Silberman (2014: 175-176) menjelaskan sebagai berikut:

1) Kelebihan metode *active learning* tipe team quis

1. Bekerjasama dengan kelompok.
2. Berpusat pada siswa.
3. Dengan adanya pertandingan akademis maka terciptalah kompetensi antar kelompok.
4. Mampu menciptakan suasana belajar yang aktif dan menyenangkan.

2) Kelemahan metode active learning tipe team quis

1. Siswa kesulitan mengorientasikan pemikirannya,ketika tidak didampingi oleh pendidik.
2. Pembahahasan terkesan segala arah atau tidak terfokus.
3. Menyita cukup banyak waktu.

Pendapat tersebut sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh Zaini (2014:43) yang menyebutkan beberapa kelebihan dan kelemahan model active learning Tipe team quis yaitu:

1) Kelebihan metode *active learning* tipe *team quis*

a) Dapat meningkatkan keseriusan siswa.

b) Mengajak siswa untuk terlibat penuh.

c) Menambah semangat siswa sebagai subjek belajar.

d) Memfokuskan siswa sebagai subjek belajar.

2) Kelemahan metode *active learning* tipe *team quis*

a) Siswa kesulitan mengorientasikan pemikirannya, ketika tidak di dampingi oleh pendidik.

b) Menyita cukup banyak waktu.

c) Memerlukan kendali ketat dalam mengkondisikan kelas saat keributan terjadi.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli tersebut, peneliti dapat menyimpulkan bahwa metode *active learning* tipe *team quis* melibatkan siswa secara aktif dalam pembelajaran yang membuat siswa lebih lama mengingat apa yang sudah dipelajarinya dan melatih siswa belajar mandiri, namun metode *active learning* tipe *team quis* membutuhkan banyak waktu dan 14 siswa kesulitan mengorientasikan pemikirannya, ketika tidak didampingi oleh pendidik.

**2.2 Pengertian hasil belajar**

Hasil belajar adalah perubahan perilaku individu yang meliputi ranah kognitif, afektif, dan pisikomotorik. Perubahan perilaku tersebut diperoleh setelah siswa menyelesaikan program pembelajarannya melalui interaksi dengan berbagai sumber belajar dan lingkungan belajar. “hasil belajar merupakan perilaku yang dapat diamati dan menunjukan kemampuan yang dimiliki seseorang. Kemampuan siswa yang merupakan perubahan perilaku sebagai hasil belajar itu dapat diklasifikasikan dalam dimensi-dimensi tertentu, Rusmono (2017).

Menurut (Kunandar, 2013:62) Hasil belajar adalah “kompetensi atau kemampuan tertentu baik kognitif, afektif maupun psikomotorik yang dicapai atau dikuasai peserta didik setelah mengikuti proses belajar mengajar”

Menurut Kunandar (2013:68) menyebutkan fungsi penilaian hasil belajar yang dilakukan guru adalah sebagai berikut:

1. Menggambarkan seberapa dalam seorang peserta didik telah menguasai suatu kompetensi tertentu.
2. Mengevaluasi hasil belajar siswa dalam rangka membantu siswa memahami dirinya, membuat keputusan tentang langkah berikutnya, baik untuk pemilihan program, pengembangan kepribadian maupun untuk penjurusan.
3. Menemukan kesulitan belajar dan kemungkinan prestasi yang bisa dikembangkan siswa serta sebagai alat diagnosis yang membantu guru menentukan apakah siswa perlu mengikuti remedial atau pengayaan.
4. Menemukan kelemahan dan kekurangan proses pembelajaran yang sedang berlangsung guna perbaikan proses pembelajaran berikutnya.
5. Kontrol bagi guru dan sekolah tentang kemajuan peserta didik.

**2.3 Tujuan Hasil Belajar**

Kunandar (2013:70), tujuan penilaian hasil belajar peserta didik adalah:

1. Melacak kemajuan peserta didik, artinya dengan melakukan penilaian, maka perkembangan hasil belajar peserta didik dapat diidentifikasi yakni menurun atau meningkat.
2. Mengecek keterampilan kempetensi peserta didik, artinya dengan melakukan penilaian, maka dapat diketahui apakah peserta didik telah menguasai kompetensi tersebut ataukah belum menguasai. Selanjutnya dicari tindakan tertentu bagi yang belum menguasai kompetensi tersebut.
3. Mendeteksi kompetensi yang belum dikuasai oleh peserta didik, artinya dengan melakukan penilaian, maka dapat diketahui kompetensi mana yang belum dikuasai dan kompetensi mana yang telah dikuasai.
4. Menjadi umpan balik untuk perbaikan peserta didik, artinya dengan melakukan penilaian, maka dapat dijadikan bahan acuan untuk memperbaiki hasi belajar peserta didik yang masih di bawah standar (KKM).

**2.4 Manfaat Hasil Belajar**

Sedangkan manfaat penilaian hasil belajar yang dilakukan guru adalah:

1. Mengetahui tingkat pencapaian kompetensi selama dan setelah proses pembelajaran berlangsung.
2. Memberi umpan balik bagi peserta didik agar mengetahui kekuatan dan kelemahannya dalam proses pencapaian kompetensi.
3. Memantau kemajuan dan mendiagnosis kesulitan belajar yang dialami peserta didik.
4. Umpan balik bagi guru dalam memperbaiki metode, pendekatan, kegiatan, dan sumber belajar yang digunakan.
5. Memberikan pilihan alternatif penilaian kepada guru.
6. Memberikan informasi kepada orang tua tentang mutu dan efektivitas pembelajaran yang dilakukan di sekolah.

**2.4.1 Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Hasil Belajar**

Menurut teori Gestal, belajar merupakan suatu proses perkembangan, artinya bahwa secara kodrat jiwa raga anak mengalami perkembangan. Perkembangan sendiri memerlukan sesuatu baik yang berasal dari diri siswa sendiri maupun pengaruh dari lingkungan. Berdasarkan teori ini, hasil belajar siswa dipengaruhi oleh dua hal yaitu siswa itu sendiri dan lingkungannya. Pertama, siswa; dalam arti kemampuan berpikir atau tingkah laku intelektual, motivasi, minat,dan kesiapan siswa, baik jasmani maupun rohani. Kedua, lingkungan; yaitu sarana dan prasarana, kompetensi guru, kreativitas guru, sumber-sumber belajar, metode, serta dukungan lingkungan keluarga.

Pendapat yang senada dikemukakan oleh Wasliman (dalam Susanto, 2013:12), hasil belajar yang dicapai oleh peserta didik merupakan hasil interaksi antara berbagai faktor yang mempengaruhinya, baik faktor internal maupun eksternal. Secara rinci diuraikan sebagai berikut:

* Faktor internal; faktor internal merupakan faktor yang bersumber dari dalam diri peserta didik, yang mempengaruhi kemampuan belajarnya. Faktor internal ini meliputi: kecerdasan, minat dan perhatian, motivasi belajar, ketekunan, sikap, kebiasaan belajar, serta kondisi fisik dan kesehatan.
* Faktor eksternal; faktor yang berasal dari luar diri peserta didik yang mempengaruhi hasil belajar yaitu keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Selanjutnya, dikemukakan oleh Wasliman (dalam Susanto, 2013:13) bahwa sekolah merupakan salah satu faktor yang ikut menentukan hasil belajar siswa. Semakin tinggi kemampuan belajar siswa dan kualitas pengajaran di sekolah, maka semakin tinggi pula hasil belajar siswa. Kuaalitas pengajaran di sekolah sangat ditentukan oleh guru. Guru adalah komponen yang sangat menentukan dalam implementasi suatu strategi pembelajaran.

Berdasarkan pendapat di atas yang memengaruhi hasil belajar tidak hanya dari faktor internal siswa, melainkan juga dari faktor eksternal. Salah satu faktor eksternal yang sangat perperan dalam mempengaruhi hasil belajar siswa adalah guru. Guru memiliki peranan yang sangat penting, maka dari itu guru harus mampu membimbing siswa dengan baik dalam pembelajaran dengan menciptaan suasana belajar yang menarik dan menyenangkan.

**2.5 Tematik**

Pada kurikulum 2013 telah mengintegrasikan pembelajaran menjadi pembelajaran tematik terutama pada sekolah dasar. Menurut Trianto pembelajaran tematik pada dasarnya adalah pembelajaran terpadu. Istilah pembelajaran tematik pada dasarnya merupakan pembelajaran yang menggunakan tema untuk mengaitkan beberapa mata pelajaran sehingga dapat memberikan pengalaman bermakna kepada siswa. Rusman mengemukakan bahwa Pembelajaran tematik merupakan salah satu model dalam pembelajaran terpadu (integrated instruction) yang merupakan suatu sistem pembelajaran yang memungkinkan siswa, baik secara individual maupun kelompok, aktif menggali dan menemukan konsep serta prinsip prinsip keilmuan secara holistik, bermakna, dan autentik. Selanjutnya menurut Poerwadarminta pembelajaran tematik adalah pokok pikiran atau gagasan pokok yang menjadi pokok pembicaraan yang disebut tema.

**2.5.1 Karakteristik Tematik**

Pembelajaran tematik memberikan pengalaman bermakna kepada peserta didik secara utuh (Suraya, 2014:13). Alasannya adalah karena pada pembelajaran tematik, pendidik mengaitkan suatu materi dengan tema yang ada di lingkungan sekitar peserta didik dan pendidik harus selalu mengembangkan proses pembelajaran agar peserta didik lebih berkesan yaitu dengan cara memberikan pengalaman secara langsung.

Abdul Majid (2014: 89-90) juga menjelaskan tentang karakteristik pembelajaran tematik terpadu sebagai berikut: (a) Berpusat pada siswa, yaitu siswa sebagai subjek belajar, (b) Memberikan pengalaman langsung, (c) Pemisahan mata pelajaran tidak begitu jelas, dengan memfokuskan pada tema, (d) Menyajikan konsep dari berbagai mata pelajaran, (e) Bersifat fleksibel dan mudah dikaitkan dengan kehidupan sehari-hari siswa, (f) Menggunakan prinsip belajar sambil bermain dan menyenangkan.

**2.5.2 Ciri-ciri Pembelajaran Tematik**

Pembelajaran tematik memiliki ciri khas yang berbeda dengan pendekatan pembelajaran lainnya. Menurut Firdaus (2006), ciri-ciri pembelajaran tematik adalah sebagai berikut:

1. Aktif dan Berpusat pada Murid. Pembelajaran tematik berpusat pada murid (student centered), hal ini sesuai dengan pendekatan belajar yang modern yang lebih banyak menempatkan murid sebagai subjek belajar sedangkan guru lebih banyak berperan sebagai fasilitator yaitu memberikan kemudahan-kemudahan kepada murid untuk melakukan aktivitas belajar.
2. Memberikan pengalaman langsung. Pembelajaran tematik dapat memberikan pengalaman langsung kepada murid . Dengan pengalaman langsung ini, murid dihadapkan pada sesuatu yang nyata (konkrit) sebagai dasar untuk memahami hal-hal yang lebih abstrak.
3. Pemisahan mata pelajaran tidak begitu jelas. Dalam pembelajaran tematik pemisahan antar mata pelajaran menjadi tidak begitu jelas. Fokus pembelajaran diarahkan kepada pembahasan tema-tema yang paling dekat berkaitan dengan kehidupan murid.
4. Menyajikan konsep dari berbagai mata pelajaran. Pembelajaran tematik menyajikan konsep-konsep dari berbagai mata pelajaran dalam satu proses pembelajaran. Dengan demikian, murid mampu memecahkan masalah-masalah yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari.
5. Bersifat fleksibel. Pembelajaran tematik bersifat luwes (fleksibel) dimana guru dapat mengaitkan bahan ajar dari satu mata pelajaran dengan mata pelajaran yang lainnya, bahkan mengaitkannya dengan kehidupan murid dan keadaan lingkungan dimana sekolah dan murid berada.
6. Hasil pembelajaran sesuai dengan minat dan kebutuhan murid Murid diberi kesempatan untuk mengoptimalkan potensi yang dimilikinya sesuai dengan minat dan kebutuhannya.
7. Menggunakan prinsip belajar sambil bermain dan menyenangkan (joyfull learning).

**2.5.3 Jenis-jenis Pembelajaran Tematik**

Menurut Rusman (2012), pembelajaran tematik merupakan bentuk pembelajaran terpadu yang memiliki sepuluh model, yaitu fragmented (penggalan), connected (keterhubungan), nested (sarang), sequenced (pengurutan), shared (irisan), webbed (jaring laba-laba), threaded (bergalur), integrated (terpadu), immersed (terbenam), dan networked (jaringan kerja).

**2.5.4 Langkah-langkah Pembelajaran Tematik**

Pembelajaran tematik memiliki beberapa langkah atau tahapan yaitu: pertama, guru harus mengacu pada tema sebagai pemersatu berbagai mata pelajaran untuk satu tahun. Kedua, guru melakukan analisis standar kompetensi lulusan, kompetensi inti, kompetensi dasar dan membuat indikator dengan tetap memperhatikan muatan materi dari standar isi. Ketiga, membuat hubungan antara kompetensi dasar, indikator dengan tema. Keempat, membuat jaringan KD dan indikator. Kelima, menyusun silabus tematik dan keenam membuat rencana pelaksanaan pembelajaran tematik dengan mengkondisikan pembelajaran yang menggunakan pendekatan scientific.

Proses pembelajaran tematik dapat dilakukan dengan pendekatan scientific atau pendekatan ilmiah, yaitu pendekatan yang menonjolkan dimensi pengamatan, penalaran, penemuan, pengabsahan dan penjelasan tentang suatu kebenaran. Pendekatan ilmiah (scientific approach) dalam pembelajaran meliputi mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, mengasosiasi dan mengkomunikasikan

**2.5.5 Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran Tematik**

Setiap bentuk model pembelajaran memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Menurut Majid (2014), kelebihan dan kekurangan pembelajaran tematik adalah sebagai berikut:

a. Kelebihan Pembelajaran Tematik

Kelebihan atau keunggulan pembelajaran tematik adalah sebagai berikut:

1. Pengalaman belajar dan kegiatan belajar akan sesuai dengan tingkat perkembangan siswa.
2. Kegiatan belajar dapat disesuaikan dengan minat dan kebutuhan siswa.
3. Kegiatan belajar lebih bermakna.
4. Mengembangkan keterampilan berpikir dan keterampilan sosial siswa.
5. Menyajikan kegiatan bersifat pragmatis yang dekat dengan keseharian siswa.
6. Meningkatkan kerjasama antar guru dalam merancang kegiatan pembelajaran.

b. Kelemahan Pembelajaran Tematik

Kelemahan atau kekurangan pembelajaran tematik adalah sebagai berikut:

1. Pembelajaran tematik, mengharapkan guru memiliki wawasan luas, kreativitas tinggi, percaya diri, dan kemampuan handal menggali informasi dan pengetahuan terkait materi.Tanpa kemampuan guru yang mumpuni, pembelajaran tematik akan sulit diterapkan.
2. Pembelajaran tematik mengharapkan siswa memiliki kemampuan akademik dan kreativitas, sehingga keterampilan-keterampilan siswa dapat terbentuk ketika pembelajaran ini dilaksanakan.
3. Pembelajaran tematik memerlukan sarana dan sumber pembelajaran yang bervariasi.
4. Pembelajaran tematik memerlukan dasar kurikulum yang luwes atau fleksibel.
5. Pembelajaran tematik membutuhkan cara penilaian yang menyeluruh atau komprehensif.

**Pembelajaran 1**

**2.6 Materi Makan Sehat**

Menurut Hulme, “makanan sehat” adalah makanan dalam arti yang sesungguhnya dan mampu menikmati makanan tersebut. Makanan yang sehat harus terdiri dari makanan utama dan makanan penunjang. Makanan sehat tersebut juga dikenal dengan istilah 4 dan 5 sempurna, tetapi kepopulerannya sudah mulai memudar karena berbagai alasan. Makan dengan lauk pauk tahu, tempe, sepotong daging, dan serta mangkuk sayur masih belum cukup memenuhi kebutuhan gizi. Bila dilihat, menu makan tersebut sudah dianggap memenuhi kebutuhan kalori dan protein, tetapi apakah di dalamnya sudah tercakup nutrisi lain yang diperluhkan tubuh.

**2.6.1 Pengertian makanan sehat, contoh dan manfaatnya bagi tubuh**

Dalam menjalankan pola hidup yang sehat, makanan yang kita konsumsi menjadi salah satu hal terpenting yang perlu diperhatikan. Namun, masih banyak yang kurang paham apa itu makanan yang sehat.

Lalu apa yang dimaksud dengan makanan sehat?

Pada dasarnya, makanan sehat merupakan makanan yang mengandung berbagai nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh. Makanan sehat perlu memiliki beberapa kriteria seperti bersih, memiliki gizi yang baik dan seimbang seperti mengandung karbohidrat, protein, lemak dan vitamin.

1. Variasi Makanan Sehat

Ada berbagai macam jenis makan sehat yang bisa anda konsumsi. Pastikan makanan sehat yang anda konsumsi cukup bervariasi agar memenuhi nutrisi yang dibutuhkan dan memberikan cita rasa yang beragam. Ada beberapa contoh makanan sehat yang mudah didapat, seperti:

1. Buah buahan

**Gambar 2.1**

**Gambar Buah-buahan**

Selain mudah dikonsumsi dan mengandung banyak nutrisi, buah buahan juga memiliki cita rasa yang beragam.Hal inilah yang membuat buah-buahan menjadi salah satu sumber nutrisi yang populer dan banyak digemari masyarakat, beberapa yang paling digemari adalah apel, pisang, jeruk, pir dan stroberi. Buah-buahan tersebut kaya akan serat, vitamin C dan antioksidan yang membantu menangkal radikal bebas pada tubuh.

1. Telur



**Gambar 2.2**

**Gambar Telur**

Telur merupakan salah satu bahan makanan yang paling bergizi. Ini karena telur memiliki kandungan nutrisi yang lengkap, yaitu protein dengan kandungan asam amino essensial dan non essensial lengkap, vitamin, mineral, dan lemak tak jenuh.

1. Daging

**Gambar 2.3**

**Gambar Daging**

Daging sapi tanpa lemak dan dada ayam adalah salah satu sumber nutrisi terbaik karena mengandung protein yang tinggi.

1. Kacang-kacangan



**Gambar 2.4**

**Kacang-Kacangan**

Kelompok makanan ini merupakan jenis makanan sehat yang renyah dan sarat akan nutrisi dan berbagai mineral penting untuk tubuh, termasuk magnesium dan vitamin E. Kacang-kacangan merupakan sumber protein nabati yang baik, terutama bagi mereka yang vegetarian.

1. Sayuran

**Gambar 2.5**

**Sayur-Sayuran**

Berbicara mengenai makanan sehat, sayuran tidak boleh terlewatkan. Ada banyak nutrisi penting yang terkandung dala sayuran, seperti vitamin C, vitamin K, serat, dan sebagainya. Beberapa sayuran hijau yang baik dikonsumsi adalah:

Brokoli : Kaya akan serat, kalsium, kalium, folat dan fitonutrien, membantu mengurangi resiko penyakit jantung, diabetes dan beberapa jenis kanker.

Kale : Mengandung berbagai nutrisi seperti vitamin C dan vitamin K.

Sayuran berdaun hijau : Penelitian telah menunjukkan bahwa banyak mengonsumsi sayuran berdaun hijau gelap, seperti bayam atau kubis, dapat secara signifikan menurunkan risiko seseorang terkena diabetes tipe 2

1. Manfaat Makanan Sehat Bagi Tubuh

Mengonsumsi makanan sehat secara rutin dipercaya dapat menjaga berat badan yang ideal serta kesehatan tubuh. Terlebih, hal ini dapat mengurangi resiko beberapa penyakit berbahaya seperti jantung, diabetes dan kanker. Secara garis besar, ada beberapa manfaat mengonsumsi makanan sehat, yaitu:

* 1. Mengontrol berat badan
  2. Menurunkan kadar gula
  3. Menjaga sistem pencernaan
  4. Mengurangi resiko penyakit kronis
  5. Membuat suasana hati lebih baik
  6. Meningkatkan kualitas tidur
  7. Menjaga kesehatan tulang dan gigi

Pola makan dan menu yang sehat memiliki banyak sekali manfaat bagi tubuh. Jadi, mulai biasakan untuk mengonsumsi berbagai makanan yang menyehatkan agar tubuh tidak mudah sakit.

Selain mengkonsumsi makanan sehat, Anda juga harus memperbanyak konsumsi air mineral. Sediakan air mineral dari sumber air terlindungi sebagai air minum Anda sehari-hari untuk memenuhi kebutuhan cairan sekaligus mineral.

**2.7 Mekanisme pencernaan makanan pada hewan ruminansia**

Proses pencernaan hewan ruminansia berbeda dengan hewan lain, dari cara mengunyah makanan hingga ke lambung dengan penyerapan nutrisi yang terjadi secara unik. Contoh hewan ruminansia adalah sapi, kambing dan kerbau, disebut demikian karena beberapa tersebut memiliki sistem pencernaan yang berbeda dari hewan lain dan hal tersebut terbilang sangat unik. Sapi jika diperhatikan dengan seksama terlihat selalu mengunyah, meski sedang tidak mengonsumsi makanan, inilah yang menjadi keunikan tersendiri hewan-hewan jenis ruminansia. Dalam kenyataannya banyak hewan jenis ini mengonsumsi tumbuhan sebagai makanan utamanya, meski begitu menarik untuk diketahui lebih mendalam mengapa muncul hewan jenis ruminansia ini.

**2.7.1 Pengertian Hewan Ruminansia**

Hewan ruminansia adalah herbivora dengan sistem pencernaan yang terbagi menjadi dua fase atau langkah. Karena keunikan dalam sistem pencernaan makanan, meski tidak semua hewan yang masuk kategori herbivora dikatakan sebagai hewan dengan dua fase makan, karena tidak semua jenis hewan pemakan tumbuhan memiliki pencernaan ini. Sapi merupakan salah satu contoh hewan ruminansia yang paling mudah ditemui. Jerapah juga termasuk dengan keistimewaan ruminansia, adapula jenis hewan ternak lain seperti kambing. Jerapah bukan hewan ternak, tapi salah satu dalam hewan pemamah biak atau ruminansia, pengertian mudah apa yang dimaksud dengan hewan ruminansia.

Sistem pencernaan hewan ruminansia terbagi menjadi dua langkah, pertama pada mengunyah menjadi paling lama dalam hal ini. Mengunyah makanan dalam waktu yang cukup lama membuat sistem pencernaan hewan ruminansia lebih efektif, penyerapan nutrisi makanan juga dibantu mikroorganisme yang terdapat di dalam perut hewan.

**2.7.2 Ciri-ciri Hewan Ruminansia**

1. Perut hewan ruminansia memiliki empat bilik dan kaki dengan jumlah dua jari, gigi seri atas berkurang atau beberapa di antaranya tidak memiliki.
2. Hewan ruminansia makan dengan memamah dengan cepat, setelah itu dimuntahkan kembali untuk dimakan kembali.
3. Lambung hewan ruminansia punya empat ruang yang fungsinya saling berkaitan, masing-masing ruang dinamai rumen, retikulum, omasum dan abomasum.
4. Pada hewan ruminansia sisa makanan dibuang melalui rektum dan anus.

**2.7.3 Sistem Pencernaan Hewan Ruminansia**

Sistem pencernaan yang dimiliki terbilang unik karena terdapat dua lambung di dalam perut hewan meski secara harfiah tidak diartikan demikian, proses pencernaan makanan pada hewan ini terbilang lebih lama dan sedikit rumit karena berbeda. Terlebih masih bergantung pada struktur gigi pada hewan, fungsinya sebagai pengunyah makanan yang dikonsumsi.

Pengertian dari lambung ganda adalah berupa empat ruang bagian lambung yang terbagi menjadi dua di antaranya rumen (perut besar), retikulum (perut jala), omasum (perut kitab) dan abomasum (perut masam). Hewan jenis ini juga memiliki struktur gigi berbeda, yakni geraham dengan ukuran besar untuk mengunyah makanan yang sulit ditelan.

Di dalam perut hewan ruminansia juga terdapat bakteri selulotik, bakteri yang mampu menghasilkan vitamin B, asam amino dan gas metan yang fungsinya mampu dijadikan sebagai pembuatan biogas. Biogas ini biasanya dijadikan sebagai sumber energi alternatif, secara umum proses pencernaan hewan ruminansia dimulai dari makanan yang dikunyah lalu ditelan menuju kerongkongan.

Setelah itu makanan yang sudah ditelan lebih dulu akan masuk ke dalam perut pertama atau disebut dengan rumen, di dalam rumen muncul pencernaan protein. Kemudian diteruskan ke bagian perut kedua, disebut dengan reticulum. Dalam tempat ini makanan akan dibentuk menjadi gumpalan kasar atau disebut dengan bolus, proses pencernaan pada hewan ruminansia sapi.

Saat bersantai, hewan ruminansia akan memuntahkan kembali bolus ke mulut untuk kemudian dikunyah kembali kedua kalinya. Setelah itu makanan yang ditelan masuk ke dalam perut ketiga atau yang disebut dengan omasum, di sini akan terjadi produksi enzim dengan campuran bolus. Setelahnya makanan akan hancur dan selulosa juga ikut hancur.

Sistem pencernaan hewani jenis ini terbilang kompleks jika diketahui alurnya, sebelum masuk ke usus halus dan usus besar hingga berakhir di anus.. Jika tak dipahami dengan benar, maka tidak akan mengetahui perbedaan antara hewan herbivora ruminansia dan yang tidak masuk dalam kategori pemamah makanan sebanyak dua kali ini.

Anatomi Sistem Pencernaan Hewan Ruminansia Sapi dan Fungsinya:

1. Rongga Mulut

Mulut hewan ini terdiri dari gigi, lidah, kelenjar ludah (saliva) berupa dengan berbagai komponen organik dan anorganik. Saliva memiliki fungsi yang banyak, salah satunya dalam membantu menelan makanan, kemudian proses menyuplai nutrien mikroba. Makanan yang masuk ke dalam mulut, dihancurkan gigi dengan saliva dan tiga pasangan glandula.

* 1. Glandula Parotis, berada di depan telinga.
  2. Glandula Submandibularis, di rahang bawah.
  3. Glandula Sublingualis, di bawah lidah.
  4. Esofagus (Kerongkongan)

Saluran penghubung antara rongga mulut dengan lambung, ujung kerongkongan terdapat area yang disebut dengan nama faring. Selain itu ada pula epiglotis berupa klep yang fungsinya mengatur makanan tidak masuk ke dalam trakea atau tenggorokan. Fungsi utama esofagus untuk menyalurkan makanan ke lambung lewat gerakan peristaltik.

1. Lambung

Keunikan dari sistem pencernaan hewan ruminansia adalah sebenarnya ada pada lambung yang memiliki empat bilik berbeda. Pada sapi misalnya, lambung berfungsi sebagai perut besar untuk tempat makanan diletakkan setelah dikunyah. Empat bilik lambung berbeda ini masing-masing dinamai, rumen, retikulum, omasum dan abomasum.

1. Usus Halus

Usus halus hewan ruminansia terdapat tiga bagian, di antaranya duodenum, jedunum dan ileum, biasanya panjang usus halus mencapai 20-30 kali dari panjang tubuh hewan ruminansia itu sendiri. Duodenum menghasilkan cairan alkali yang fungsinya untuk pelumas dan pelindung dindin duodenum dari asam hidroklorat yang masuk dari lambung abomasum.

1. Usus Besar

Usus besar yang dimiliki sapi terdapat dua bagian, disebut dengan cecum dan colon, ceum berbentuk kantong yang bercabang dari usus besar dan letaknya ke belakang. Colon berbentuk gulungan seperti obat nyamuk dan letaknya ke ke atas, datar dan turun. Usus besar merupakan tempat dari penyerapan air dan sisa nutrisi dari makanan.

1. Rektum dan Anus

Lubang untuk feses keluar dari tubuh sapi dinamakan dengan rektum, sebelum dibuang feses lebih dulu ditampung pada bagian rektum. Jika feses sudah siap keluar, maka otot spinkter akan mengatur pembukaan serta penutupan pada anus, otot ini juga memiliki dua otot lain yang dinamakan dengan otot polos dan otot lurik.

**Pembelajaran 2**

**2.8 Poster**

Poster adalah media publikasi berupa tulisan, gambar maupun kombinasi antara keduanya. Poster berisi pemberitahuan, pengumuman, atau iklan. Poster merupakan media komunikasi yang efektif untuk menyampaikan pesan singkat, padat, dan impresif karena ukurannya yang relatif besar. Selain itu, poster biasanya juga dirancang dengan desain yang menarik agar bisa dibaca dari kejauhan. Poster biasanya dipasang di tempat-tempat umum yang mudah diakses, seperti di pinggir jalan atau area yang sering dilewati orang.

* Ciri-ciri Poster

Seperti jenis reklame lainnya, poster juga mempunyai ciri khusus yang bisa kita ketahui, yaitu seperti berikut ini.

1. Menggunakan kalimat singkat, padat, dan jelas.

2. Kalimatnya berupa ajakan.

3. Menyisipkan gambar yang menarik.

4. Memberikan ingatan yang kuat kepada pembaca poster.

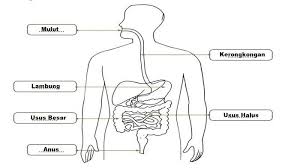
5. Mampu menarik orang untuk membaca.

6. Isi informasi tidak bertele-tele.

7. Ditempel di tempat umum atau strategis.

8. Biasa dicetak di media kertas khusus berukuran cukup besar.

**2.8.1 Organ pencernaan manusia dan fungsinya**



**Gambar 2.6**

**Organ Pencernaan Manusia**

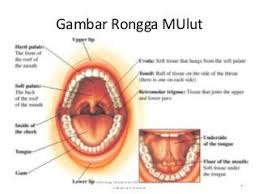
Pencernaan adalah proses melumatkan makanan yang semula kasar menjadi halus.Makanan yang sudah dicerna telah diubah menjadi sari makanan dalam bentuk yang lebih halus sehingga mudah diserap oleh pembuluh darah, sari makanan tersebut diedarkan ke seluruh bagian tubuh.Sistem pencernaan pada tubuh manusia berfungsi untuk menghancurkan makanan yang masuk ke dalam tubuh. Makanan yang semula dalam bentuk kasar dapat berubah menjadi bentuk yang lebih halus dengan bantuan gigi dan enzim. Dalam hal ini, enzim pencernaan dapat mempermudah proses penyerapan sari makanan.Selain itu, sistem pencernaan juga berfungsi untuk membuang sisa–sisa makanan yang sudah tidak diperlukan tubuh. Keberadaan zat-zat sisa tersebut dapat menjadi racun bagi tubuh manusia jika tidak dikeluarkan.

Proses pencernaan manusia dibagi menjadi dua yaitu :

1. Pencernaan mekanik, yaitu proses pengubahan makanan dari bentuk kasar menjadi halus dengan cara menghancurkannya. Proses ini dilakukan dengan menggunakan gigi di dalam mulut.

2. Pencernaan kimiawi, yaitu proses pencernaan makanan dengan bantuan enzim–enzim pencernaan yang berlangsung di dalam mulut, lambung, dan usus. Tujuan pencernaan dengan bantuan enzim adalah mengubah zat-zat makanan sehingga mudah diserap oleh tubuh. Organ penyusun sistem pencernaan pada manusia terdiri atas mulut, kerongkongan,lambung, usus halus, usus besar, dan anus. Berikut penjelasannya

**1. Mulut**



**Gambar 2.7**

**Rongga Mulut**

Mulut adalah organ pencernaan yang pertama bertugas dalam proses pencernaan makanan. Fungsi utama mulut adalah untuk menghancurkan makanan sehingga ukurannya cukup lebih kecil untuk dapat ditelan ke dalam perut. Proses pencernaan dimulai sejak makanan masuk ke dalam mulut. Di dalam mulut terdapat alat-alat yang membantu dalam proses pencernaan. Bagian alat-alat pencernaan di mulut adalah gigi, lidah, dan kelenjar ludah (air liur). Di dalam rongga mulut terjadi proses pencernaan makanan secara mekanik dan kimiawi. Berikut organ-organ mulut dan fungsinya, yaitu sebagai berikut.

1. Lidah

Lidah pada sistem pencernaan berfungsi untuk membantu mengunyah dan menelan makanan menuju ke kerongkongan, mengatur posisi makanan agar dapat dikunyah oleh gigi dan membantu dalam menelan makanan. Lidah tersusun atas otot lurik yang permukaannya dilapisi epitelum dengan banyak mengandung kelenjar lendir (makosa).

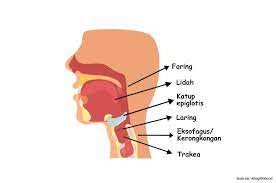
1. Gigi

Gigi berfungsi untuk menghaluskan makanan, maka gigi dan lidah berfungsi sebagai pencernaan mekanik dalam mulut. Tulang gigi terbuat dari dentin yang tersusun dari kalsium karbonat. Gigi membantu enzimenzim pencernaan makanan agar dapat dicerna dengan efisien dan cepat.

1. Kelenjar Ludah

Kelenjar ludah menghasilkan ludah atau air liur (saliva), Ludah berfungsi untuk memudahkan penelanan makanan.

**2. Kerongkongan(Esofagus)**

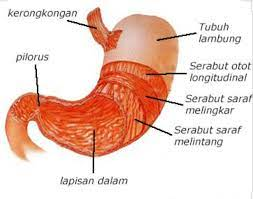


**Gambar 2.8**

**Kerongkongan**

Fungsi kerongkongan adalah sebagai saluran untuk memindahkan makanan dari mulut ke lambung. Kerongkongan dapat melakukan peristaltik, yaitu gerakan meremas-meremas untuk mendorong makanan sedikit demi sedikit ke dalam lambung. Makanan ada di dalam kerongkongan yang hanya sekitar enam detik. Bagian pangkal pada kerongkongan yang disebut dengan faring berotot lurik. Otot lurik pada kerongkongan yang bekerja secara sadar menurut kehendak kita dalam proses menelan.

**3.lambung**

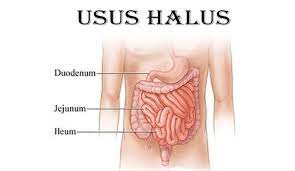


**Gambar 2.9**

**Lambung**

Fungsi lambung adalah sebagai penghasil pepsinogen. Pepsinogen adalah bentuk yang belum aktif dari pepsin. Enzim pepsin ini berfungsi dalam mengubah molekul protein menjadi potongan-potongan protein (pepton).Dinding pada lambung menghasilkan asam klorida (HCl) yang berfungsi untuk membunuh mikroorganisme dalam makanan, menciptakan suasana asam dalam lambung, dan mengaktifkan pepsinogen menjadi pepsin. Permukaan pada lambung mengeluarkan lendir yang memiliki fungsi untuk melindungi dinding lambung dari pepsin. Pada bayi, lambungnya menghasilkan dua enzim, yaitu renin, yang memiliki fungsi untuk menggumpalkan protein susu dan kasein atas bantuan kalsium dan lipase guna dalam memecah lemak dalam susu.

**4.Usus halus**

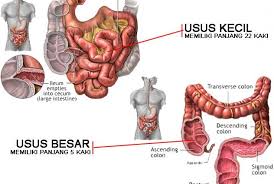


**Gambar 2.10**

**Usus Halus**

Usus halus terbagi atas 3 bagian yaitu usus dua belas jari (duodenum), usus kosong (jejunum), dan usus penyerapan (ileum). Pada usus dua belas jari bermuara saluran getah pankreas dan saluran empedu.

**5.Usus Besar(Intestinum Crasum)**

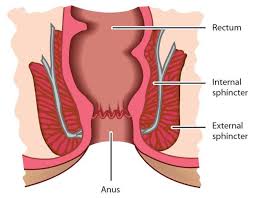


**Gambar 2.11**

**Usus Besar**

Fungsi usus besar adalah untuk mengabsorpsi air dan mineral, tempat pembentukan vitamin K (dengan batuan bakteri Escherichia coli), serta melakukan gerak peristaltik untuk mendorong tinja menuju anus. Bakteri Escherichia coli yang terdapat dalam usus besar juga berperan dalam proses pembusukan sisa makanan menjadi kotoran.

**6. Anus**



**Gambar 2.12**

**Anus**

Anus merupakan lubang akhir dari saluran pencernaan makanan. Pada anus tidak terjadi penyerapan sari makanan. Anus berfungsi untuk mengeluarkan sisa sarisari makanan yang tidak diserap oleh tubuh. Bahan padat hasil pembusukan dikeluarkan sebagai feses (tinja) dan gas. Gas dikeluarkan berupa kentut. Feses akan didorong oleh otot – otot polos menuju ke anus sebelum akhirnya dibuang ke luar tubuh. Proses pembuangan feses ini dinamakan defekasi. Otot – otot disekitar anus akan berkontraksi sehingga anus membuka dan mengeluarkan feses. Cairan yang tidak berguna dikeluarkan melalui lubang kemih berupa air seni.

**Pembelajaran 3**

Siti : “Bekal apa yang kamu bawa hari ini, Din?”

Udin :“Tenang Siti, hari ini aku membawa makanan sehat, lho. Aku membawa nasi dengan tumis sayur dan telur.”

Siti : “Wah, kedengarannya enak, Din.”

Lani : “Iya, enak dan sehat. Nah, sekarang aku mau tanya, apa ada yang masih ingat organ pencernaan manusia?”

Udin : “Masih! Makanan dikunyah di dalam mulut dengan gigi, kemudian...”

Siti : “Makanan meluncur masuk ke kerongkongan untuk kemudian masuk ke lambung.”

Lani : “Dari lambung, makanan diubah menjadi bubur makanan yang kemudian diserap oleh apa?”

Udin : “Usus halus! Usus halus akan menyerap semua sari-sari makanan,Lan.”

Siti : “Selanjutnya, makanan yang tidak dapat dicerna bergerak menuju usus besar.”

Udin : “Aku lupa. Apa yang terjadi saat makanan berada di usus besar, ya?”

Lani : “Usus besar menyerap air yang terdapat dalam bubur makanan dan menjadi tempat terjadinya proses pembusukan makanan, Din. Kemudian makanan yang sudah melalui semua proses tersebut masuk ke anus untuk kemudian dibuang.”

Siti : “Jangan lupa, makan makanan yang sehat ya, teman-teman, agar kesehatan organ pencernaan kita tetap terjaga!

**2.8.2 Makanan pokok**

Makanan merupakan bahan baku utama bagi manusia untuk memproduksi energi dan memenuhi segala nutrisi yang diperlukan tubuh. Ibarat bensin yang sangat vital peranannya bagi kendaraan bermotor, makanan sangat berperan bagi tubuh manusia dalam mempertahankan kelangsungan hidup. Namun, tidak semua jenis makanan yang dikonsumsi dapat memberikan asupan gizi yang baik dan sehat. Makanan yang sehat ialah makanan yang mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk memperoleh energi.

Dalam pemenuhan

makanan, manusia tidak

dapat bekerja sendiri.

Contohnya, dalam

budidaya padi, manusia

melakukan interaksi

sosial dan interaksi

dengan lingkungan

hidup

Proses apa saja yang terjadi?

Siapa saja yang terlibat

dalam proses tersebut?

Apakah dalam proses

tersebut manusia berinteraksi

dengan lingkungannya?

Bagaimana dengan

lingkungan sosialnya?



Interaksi sosial adalah hubungan-hubungan sosial yang menyangkut hubungan antarindividu, individu dengan kelompok, dan kelompok dengan kelompok. Interaksi sosial amat dibutuhkan untuk kehidupan bersama sebab individu tidak dapat hidup tanpa individu lainnya.Interaksi dengan lingkungan hidup merupakan interaksi antara manusia dengan lingkungan yang terbentuk secara alami. Gunung, sungai, rawa, merupakan contoh-contoh lingkungan alam.

Berdasarkan penelitian pada tahun 2010, konsumsi beras masyarakat Indonesia mencapai 100 kilogram per kapita per tahun. Ketersediaan beras di Tanah Air pada masa mendatang tidak sejalan dengan laju pertumbuhan penduduk. Untuk mengurangi ketergantungan itu, perlu ada perubahan konsep dan kebiasaan makan masyarakat. Misalnya, mengganti nasi sebagai makanan pokok dengan makanan jenis lain. Salah satu cara yang belakangan dikampanyekan pemerintah adalah tidak memakan nasi selama satu hari.Kebiasaan ini, misalnya, dilakukan satu hari dalam sepekan. Sebagai pengganti,selama sehari itu,warga bisa mengonsumsi sumber karbohidrat lain seperti jagung, ubi, singkong, talas, kentang, dan sagu.

**Pembelajaran 4**

Siti : “Ternyata tidak hanya buah-buahan yang bermanfaat untuk tubuh

kita. Sayuran pun memiliki manfaat yang luar biasa, lho!”

Lani : “Aku lebih suka wortel dibandingkan dengan sayuran lainnya.”

Siti : “Oh, ya? Mengapa kamu lebih suka wortel, Lan?”

Lani : “Tentu saja aku lebih suka wortel karena wortel mengandung vitamin

A yang tinggi. Wortel ini sangat baik untuk mataku.”

Siti : “Oh, iya juga ya, Lan. Aku jadi ingin lebih tahu tentang wortel dan

petani wortel.

**WORTEL**



Mengenal Wortel Sayuran termasuk daftar makanan yang harus dikonsumsi setiap hari.Seperti halnya buah-buahan, sayuran juga menyuplai serat yang sangat dibutuhkan oleh tubuh untuk memperlancar proses pencernaan.Banyak sekali jenis sayuran yang dapat kita pilih untuk dikonsumsi, baik untuk dimasak, dimakan sebagai lalap,maupun dibuat menjadi jus.Dibuat seperti apa pun, kita masih tetap bisa merasakan manfaat sayuran bagi kesehatan kita.Salah satu contoh sayuran yang bermanfaat adalah wortel.Wortel baik untuk kesehatan mata karena memiliki vitamin Adan betakaroten yang tinggi.Lalu,seperti apakah kegiatan petani wortel yang berada di balik tanaman yang berkhasiat ini? Gede Suardana adalah salah satu petani wortel di Desa Batunya, Kabupaten Tabanan, Bali yang membudidayakan wortel jenis lokal.Suardana memaparkan, selama masa tanam, para petani rutin memberikan pupuk pada awal masa tanam. Menurutnya pemberian pupuk di awal masa tanam sangat berpengaruh terhadap perkembangan tanaman. Pupuk yang mereka gunakan adalah pupuk organik.

Hasil pertanian wortel lokal juga tidak mengecewakan. Gede Suardana menjelaskan bahwa ia mampu memperoleh omzet sebesar 2 juta rupiah per bulan dengan harga jual perkilogram sebesar Rp7.000,00. Untuk pemasaran, Suardana menjelaskan bahwa ia membawa wortel-wortelnya tersebut ke Pasar Baturiti Tabanan. Di sana, ia bertemu dengan pengepul sayur yang kemudian mendistribusikan wortel-wortelnya ke beberapa daerah di Pulau Bali.Dalam dunia usaha pertanian, ada tiga pihak yang selalu bekerja sama, yakni pemasok, petani yang bersangkutan, dan distributor yang membeli sayur-mayur atau buah-buahan dari petani. Ada pula penjual sayur yang secara langsung membeli sayuran dari petani dan menjualnya secara berkeliling.

Berdasarkan bacaan di atas, identifikasikan:

• Interaksi manusia dengan lingkungan alam sekitarnya.

• Interaksi manusia dengan lingkungan sosial.

• Keberagaman yang dapat kamu temukan di dalam cerita yang disajikan.

Buatlah dalam sebuah bentuk laporan sederhana.

Format laporan sederhana yang bisa kamu pergunakan adalah:

• Judul laporan

• Tujuan laporan

• Hasil identifikasi (gunakan identifikasi bacaan yang diminta sebelumnya)

• Kesimpulan dari bacaan tersebut.

Keberagaman yang tinggi dapat kita temukan di lingkungan pasar tempat para petani menjual hasil pangannya. Mengapa demikian? Hal ini dikarenakan pasar merupakan tempat bertemunya pedagang dan pembeli untuk melakukan kegiatan jual beli. Para penjual dan pembeli yang bertemu di pasar bisa berasal dari berbagai suku, agama, dan tingkat sosial ekonomi.Oleh karenanya, diperlukan rasa toleransi dan tenggang rasa yang tinggi agar kerukunan tetap terjaga. Kepedulian masyarakat Indonesia tentang toleransi terhadap keberagaman sudah semakin tinggi. Hal ini dapat kita lihat dari banyaknya iklan masyarakat yang menekankan pada pentingnya toleransi antarsuku atau antaragama.Hal ini menunjukkan bahwa iklan bukan hanya mampu dijadikan sebagai alat untuk mempromosikan barang atau jasa, tetapi juga sebagai alat untuk mempromosikan hal-hal positif atau kegiatan-kegiatan yang bermanfaat bagi masyarakat.

Berikut adalah beberapa contoh iklan masyarakat yang berkaitan dengan

kehidupan bermasyarakat, keberagaman adat istiadat, suku bangsa, dan agama.





Secara individu, lakukanlah pengamatan terhadap kedua iklan media cetak di atas. Isilah format berikut ini dan berikanlah penjelasan pada kolom yang disediakan.

Pesona Tana Toraja Sebagai salah satu tempat yang terindah di Indonesia, Tana Toraja di Sulawesi Selatan,yang menyimpan begitu banyak pesona alam dan adat istiadat yang unik dan sangat menarik untuk dinikmati. Berkat kekayaan budayanya yang luar biasa, Tana Toraja bahkan dimasukkan ke dalam daftar sementara warisan dunia oleh UNESCO di tahun 2004 Adalah sebuah upacara kematian yang dinamakan Rambu Solo, yang merupakan upacara mengantarkan sanak keluarga yang telah meninggal dunia ke alam baka. Upacara ini biasanya dilangsungkan secara meriah selama berhari-hari serta melibatkan seluruh penduduk desa.

**Pembelajaran 5**

Suatu pagi, Dayu mengeluh sakit perut saat ia sedang berbaris dan bersiap masuk ke kelas. Setelah dicari tahu,ternyata Dayu tidak sarapan. Malam sebelumnya, ia juga terlambat makan malam. Akhirnya, sakit magnya pun kambuh.

Banyak orang berpikir bahwa penyakit mag hanya bisa diderita oleh orang dewasa.Ternyata anak-anak pun bisa terkena mag.Apa penyebabnya? Apakah gejala mag yang dialami anakanak sama dengan yang dialami orang dewasa?

Pada anak-anak yang mudah memproduksi gas pada lambungnya,memiliki pantangan makanan. Misalnya,tidak boleh makan pedas dan asam. Mereka harus banyak makan sayur dan buah, serta tidak boleh terlalu banyak makan mie instan.Oleh sebab itu, anak-anak perlu terus diingatkan untuk selalu menjaga apa yang mereka makan. Fungsi alat pencernaan kita adalah untuk memproses pemecahan makanan menjadi sari-sari makanan sehingga dapat digunakan oleh tubuh. Untuk mencerna makanan, diperlukan organ pencernaan. Bahan makanan yang kita makan tidak langsung diserap oleh sel-sel tubuh. Sebelum diserap, bahan makanan harus dicerna melalui proses pencernaan.

**Pembelajaran 6**

Lani : “Dayu, aku mau kalimat intinya seperti ini ya!”

Dayu : “Sepertinya kurang bagus, Lan. Kalau menurutku baiknya menggunakan kalimat buatan Udin. Lebih singkat, padat, dan jelas. Tidak apa-apa, ya?”

Lani : “Yah..begitu ya? Ya, sudahlahlah, aku ikut saja bagaimana baiknya.”

Siti : “Kalau gambarnya bagaimana? Ada ide tidak, teman-teman?”

Lani : “Karena ini berkaitan dengan gaya hidup sehat dan harus sesuai dengan kalimat Udin, maka aku usul bagaimana kalau gambarnya beberapa siswa yang berolahraga?”

Udin : “Aku setuju, menurutku itu ide yang bagus.”

Siti : “Aku juga berpikir begitu, yang lain bagaimana?”

Dayu : “Aku pikir bagus, Lan. Berarti kita semua sepakat, ya? Kita akan menggunakan kalimat miliknya Udin dan gambar dari idenya Lani, ya?” Semua teman: “Setuju!”

**2.8 Penelitian Relevan**

Tinjauan yang dimaksud untuk mengkaji penelitian yang relevan dengan penelitian peneliti dan ada beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya diantaranya sebagai berikut :

1. Hasil penelitian dari Khairulnisah, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan, yang berjudul “Analisis Model Pembelajaran Tipe Quiz Team Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa” menyimpulkan bahwa dengan menerapkan Metode Quiz Team dapat meningkatkan hasil belajar dari pada hasil belajar yang tidak menggunakan Metode Quiz Team.
2. Hasil Penelitian dari I Gusti Agung Sri Parnayathi,Universitas Pendidikan Ganesha. All rights reserved, yang berjudul “Penggunaan Metode Pembelajaran Team Quiz sebagai Upaya Meningkatkan Prestasi Belajar IPA” menyimpulkan bahwa Penggunaan Metode Pembelajaran Team Quiz secara efektif dapat Meningkatkan Prestasi Belajar IPA Pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 3.

**2.9 Kerangka Berpikir**

Berdasarkan berkembangan zaman juga memberikan perkembangan signifikan pada dunia pendidikan di indonesia seiring dengan percepatan perkembangan teknologi dan informasi. Saat ini pendidikan di harapkan agar dapat mendorong untuk melakukan perubahan, yakni dengan melakukan sesuatu yang baru dalam dunia pendidikan dalam hal mengejar ketertinggalan, jika tidak segera melakukan perubahan maka kehadiran sekolah akan di pertanyakan, apakah bener-benar mampu mempersiapkan generasi yang mampu menjawab tantangan zaman. Sejauh ini pendidikan tetap di hadapkan pada permasalahan kompleks yang tidak hanya pada siswa atau pun orang tua, dalam hal ini juga sekolah dan guru juga ikut serta. Semua menjadi terkait dan saling berhubungan satu sama lain pada permasalahan yang saling berhubungan.

Salah satunya permasalahannya adalah prestasi siswa atau hasil belajar siswa yang sangat penting untuk ditingkatkan karena prestasi siswa atau hasil belajar siswa menjadi salah satu hal penentuan yang di nilai keberhasilan pada proses pembelajaran yang dilakukan. Dalam hal ini, siswa yang tidak mandiri dan cenderung pasif dalam proses pembelajaran berdampak tidak baik pada prestasi belajar siswa. Siswa di kelas V SDN 066667 Medan Denai masih memiliki ketidak aktifan belajar yang rendah dan juga prestasi atau hasil belajar yang rendah. Disebabkan karena pembelajaran dilakukan secara konvensional di mana dominasi guru yang lebih aktif dari pada siswa dalam proses pembelajaran sehingga menimbulkan menjadi satu arah dan tidak adanya timbal balik dari siswa.

Menyikapi hal tersebut, perlunya penerapan metode pembelajaran yang membuat siswa tertarik dengan melibatkan siswa langsung dalam proses belajar mengajar berlangsung. Melalui aktivitas secara terstruktur dengan melakukan bekerja sama dengan kelompok. Metode quiz team merupakan metode pembelajaran yang dimulai dengan menghadapkan siswa pada masalah nyata atau masalah yang disimulasikan nyata atau masalah yang disimulasikan. Pada saat menghadapi masalah tersebut maka ia akan menyadari bahwa untuk menyelesaikannya ia akan berpikir kritisnya, pendekatan sistematiknya dan pengintegrasian informasi yang diperlukan dari disiplin ilmu.

Dengan menggunakan metode pembelajaran ini, di harapkan suasana kelas menjadi aktif dan tidak pasif saat pembelajaran berlangsung pada saat mendengarkan pendapat dari temannya dengan menggunakan penjelasan yang lebih mudah di pahami oleh siswa lainnya membuat hasil belajar siswa dapat lebih baik dari sebelumnya.

**TINDAKAN**

**KONDISI AKHIR**

Siklus II : Dalam pembelajaran Tematik guru menggunakan metode quiz team:

1. Pembelajaran menjadi menyenangkan dan siswa lebih aktif dalam proses pembelajaran.
2. Pemahaman tentang pembelajaran siswa dapat meningkat.
3. Siswa lebih dapat memahami materi yang dipelajari

Siklus I : Dalam proses pembelajaran, guru menggunakan metode quiz team:

1. Pembelajaran siswa mulai aktif di dalam kelas
2. Pemahaman siswa mulai meningkat.

Dalam pembelajaran Tematik guru belum menggunakan metode pembelajaran yang bervariasi:

1. Pembelajaran hanya berfokus pada guru
2. Pemahaman konsep siswa masih rendah
3. Siswa lebih sering menghafal materi tanpa adanya pemahaman

**KONDISI AWAL**

**Gambar 2.1**

**Kerangka Berfikir**

**2.10 Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan uraian teori yang mendukung dari kerangka berfikir yang telah peneliti uraikan, peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut:

* Tidak ada perubahan yang meningkat pada sintak awal perlakuan pretest dan postest. Pada tes sebelum dan sesudah menggunakan Metode Quiz Team.
* Ada perubahan yang meningkat pada sintak kedua perlakuan pretest dan postest sebelum dan sesudah menggunakan Metode Quiz Team.

Berdasarkan hipotesis yang dibuat, maka penelitian ini terdapat dua variabel. Pertama sintak awal perlakuan pretest dan postest. Pada tes sebelum dan sesudah menggunakan Metode Quiz Team dengan simbol X, dalam hal ini sebagai variabel independen atau variabel yang yang mempengaruhi disebut juga variabel bebas. Kedua proses pembelajaran dengan simbol Y, dalam hal ini sebagai variabel dependen atau variabel dependen atau variabel yang dipengaruhi disebut juga variabel terikat.