

## **PENGARUH PEMBERIAN TES FORMATIF TERHADAP PENINGKATAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN KESEHATAN**

### **(Studi pada peserta didik kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang)**

**Ulil Muqa Romah**

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Surabaya, [Ulilmuqa@yahoo.com](mailto:Ulilmuqa@yahoo.com)

**Faridha Nurhayati**

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Surabaya

#### **Abstrak**

Pendidikan kesehatan merupakan materi dalam mata pelajaran PJOK, dimana sebagian guru cenderung berfikir bahwa materi pendidikan kesehatan berupa teori yang bisa langsung dibaca oleh peserta didik. Pada pelaksanaannya guru mata pelajaran PJOK seringkali mengabaikan penyampaian materi pendidikan kesehatan tersebut di dalam kelas sehingga pelaksanaan tes formatif juga cenderung tidak dilakukan. Oleh karena itu, pemberian tes formatif yang seringkali diabaikan dapat dijadikan salah satu cara efektif untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik dalam materi pendidikan kesehatan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian tes formatif terhadap peningkatan hasil belajar pendidikan kesehatan dan seberapa besar pengaruh pemberian tes formatif terhadap peningkatan hasil belajar pendidikan kesehatan pada peserta didik kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang. Jenis penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan pendekatan deskriptif kuantitatif dan menggunakan desain penelitian *Randomized Control Group Pretest-Posttest Design*. Populasi penelitian ini adalah peserta didik kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang dengan jumlah 10 jurusan dan terdapat 3 kelas pada masing-masing jurusan. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Multistage Random Sampling*, yaitu kelas X Akutansi B dengan jumlah 33 peserta didik sebagai kelompok eksperimen dan X Akutansi C sebagai kelompok kontrol dengan jumlah 38 peserta didik. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah *mean*, standar deviasi, varian, uji normalitas, uji homogenitas dan uji t (*T-Test* sampel sejenis dan sampel berbeda).

Hasil analisis statistik menggunakan *paired samples test* dan diketahui peningkatan hasil belajar pendidikan kesehatan pada kelompok eksperimen sebesar 30,56 % dan peningkatan hasil belajar pendidikan kesehatan pada kelompok kontrol sebesar 16,31 %, sehingga peningkatan hasil belajar pada kelompok eksperimen lebih tinggi 14,25% dari kelompok kontrol. Berdasarkan hasil uji beda dengan sampel berbeda (*independent sample test*) didapatkan nilai signifikan sebesar 0,000 lebih kecil dibandingkan nilai *alpha* (0,05) yang menunjukkan bahwa  $H_1$  diterima.

Demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pemberian tes formatif terhadap peningkatan hasil belajar pendidikan kesehatan pada peserta didik kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang dengan pengaruh sebesar 30,56%.

**Kata Kunci :** Tes Formatif, Hasil Belajar, Pendidikan Kesehatan

#### **Abstract**

Health education is material in the subjects of physical education, sports and health, where some teachers tend to think that health education materials in the form of a theory that can be directly read by students. In practical teacher of physical education, sports and health often ignore the delivery of health education materials in the classroom so that the implementation of formative tests also tend not to be done. Therefore, giving formative tests that are often ignored can be used as an effective way to improve the learning outcomes of learners in health education materials.

The purpose of this research is to know the effect of giving formative tests on improving health education learning results and how much influence the giving of formative tests on improving learning results of health education in students of class X SMK Negeri Pasirian Lumajang. This type of research is an experimental research with quantitative descriptive approach and using the research design *Randomized Control Group Pretest-Posttest Design*. The population of research are students of class X SMK Negeri Pasirian Lumajang with 10 majors and there are 3 classes in each department. Sampling using technique *Multistage Random Sampling*, that is class X Accounting B with the count of 33 students as the experimental group and X Accounting C as a control group with the count of 38 students. Data analysis used in this research are mean, standard deviation, variant, normality test, homogeneity test and t test (dependent sample test and independent sample test).

The results of statistical analysis using *paired samples test*, and the enhancement of health education learning outcomes in the experimental group is 30.56% and enhancement of health education learning outcomes in the control group by 16.31%, so that the enhancement of learning result in the experimental group was higher 14,25% from the control group. Based on different test results with *independent sample test*, available a significant value of 0.000 smaller than the alpha value (0.05) indicating that  $H_1$  accepted.

So it can be concluded that there is a significant effect of giving formative test to the enhancement of health education learning outcomes in class X students of SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang with the effect of 30.56%.

**Keywords :** Formative Tests, Learning Outcomes, Health Education

## PENDAHULUAN

Pendidikan secara luas didefinisikan sebagai sebuah pengalaman belajar yang berlangsung dalam setiap kehidupan dan dapat mempengaruhi kualitas hidup setiap individu. Secara sempit pendidikan didefinisikan sebagai suatu pengajaran yang diselenggarakan di sekolah dan dapat memberikan pengaruh terhadap peserta didik agar mempunyai potensi dan memiliki kesadaran yang penuh terhadap kewajibannya. Sedangkan, secara luas terbatas pendidikan didefinisikan sebagai sebuah usaha sadar yang dilakukan oleh keluarga, masyarakat dan pemerintah melalui kegiatan pengajaran, bimbingan ataupun latihan dalam bentuk pendidikan formal, non-formal, dan informal yang dilaksanakan di sekolah ataupun di luar sekolah (Mudyahardjo, 2010:5-11).

Menurut Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, pasal 1 (dalam Mudyahardjo, 2010:7) menyatakan bahwa "Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk menciptakan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara."

Pendidikan tentu memiliki tujuan, dimana tujuan tersebut akan membawa peserta didik ke arah yang lebih baik. Tujuan merupakan salah satu hal yang penting dalam setiap kegiatan pendidikan, karena dalam tujuan tidak hanya memberikan arah pencapaian suatu kompetensi, tetapi juga memberikan ketentuan dalam memilih dan memilih materi, metode, alat evaluasi dalam setiap kegiatan yang dilakukan. Oleh karena itu, setiap guru dituntut untuk dapat menyadari tujuan dari setiap proses belajar mengajar yang akan dilakukan (Arikunto, 2013:142-147).

Dalam proses pendidikan, pada hakikatnya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan bagian dari proses pendidikan itu sendiri, yang mana lebih mengutamakan aktivitas fisik dan pembinaan hidup sehat untuk menghasilkan perubahan dalam kehidupan setiap individu ataupun kelompok. Namun, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan tidak sekedar hanya membelajarkan tentang keterampilan saja, tetapi juga harus memperhatikan domain-domain pembelajaran seperti pengetahuan dan sikap (Hartono, dkk, 2013:2).

Pada setiap proses pembelajaran, tentu akan didapatkan sebuah hasil, yang mana untuk mengetahui hasil belajar, setiap guru PJOK tentu akan melakukan sebuah evaluasi terhadap peserta didik tentang sejauh mana kemajuan hasil belajarnya. Hasil belajar seringkali digunakan sebagai ukuran untuk mengetahui seberapa jauh peserta didik menguasai bahan pembelajaran yang sudah disampaikan. Secara umum, hasil belajar akan menghasilkan suatu perubahan tingkah laku bagi setiap peserta didik baik dalam aspek pengetahuan, sikap maupun keterampilan. Untuk mengaktualisasikan hasil belajar tersebut, maka diperlukan serangkaian pengukuran dengan menggunakan alat evaluasi yang baik dan sudah memenuhi syarat (Purwanto, 2010:44).

Berbicara tentang materi dalam mata pelajaran PJOK, sebagian guru cenderung berfikir bahwa materi pendidikan kesehatan berupa teori yang bisa langsung dibaca oleh peserta didik, maka materi pendidikan kesehatan seringkali diabaikan bahkan tidak dibahas. Pada kenyataannya materi pendidikan kesehatan digunakan sebagai bahan soal pada saat Ujian Akhir Semester (UAS), sehingga kadang-kadang peserta didik mengalami kesulitan pada saat mengerjakannya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ali (2014) dengan judul penelitian *Survey Penyampaian Materi Pendidikan Kesehatan Semester Genap 2012-2013 Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan studi pada kelas VIII SMP/MTS se-Kec Kencong Kabupaten Jember*. Hasil penelitian menyatakan bahwa penyampaian materi pendidikan kesehatan pada mata pelajaran PJOK belum berjalan maksimal sesuai yang diharapkan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara secara langsung dengan guru mata pelajaran PJOK yang telah dilakukan di SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang, peneliti menemukan kurang maksimalnya penyampaian materi pendidikan kesehatan. Selama proses belajar mengajar guru lebih cenderung memberikan materi hanya pada aspek keterampilan saja, akan tetapi pada saat Ujian Akhir Semester (UAS), materi pendidikan kesehatan juga dimasukkan ke dalam butir soal. Hal ini memicu pemikiran peneliti untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut dengan judul "**Pengaruh Pemberian Tes Formatif terhadap Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Kesehatan**" studi dilakukan pada kelas X di SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang.

## METODE

Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab akibat di antara variabel (Maksum, 2012:65). Pada penelitian ini terdapat 4 hal yaitu adanya perlakuan, mekanisme kontrol, randomisasi, dan ukuran keberhasilan (Maksum, 2012:67).

Desain penelitian merupakan sebuah rancangan bagaimana suatu penelitian akan dilakukan. Rancangan tersebut digunakan untuk mendapatkan jawaban terhadap pertanyaan peneliti yang dirumuskan (Maksum, 2012:95). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Randomized Control Group Pretest-Posttest Design*, dimana desain ini terdapat kelompok kontrol, ada perlakuan, subjek ditempatkan secara acak, dan adanya *pretest-posttest* untuk memastikan efektivitas perlakuan yang diberikan. Bentuk desain penelitian ini sebagai berikut :

|    |   |    |
|----|---|----|
| T1 | X | T2 |
| T1 | - | T2 |

T1 : *Pre-test*  
 X : *Treatment*  
 - : Tanpa perlakuan  
 T2 : *Post-test*

(Maksum, 2012: 98)

Populasi adalah keseluruhan individu atau objek yang dimaksudkan untuk diteliti yang nantinya akan dikenai generalisasi (Maksum, 2012:53). Populasi dalam penelitian adalah peserta didik kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang, yang mana terdapat 10 jurusan dan terdapat 3 kelas pada masing-masing jurusan, dengan jumlah peserta didik keseluruhan sebanyak 636 peserta didik.

Sampel adalah sebagian kecil individu atau objek yang dijadikan wakil dalam penelitian. Sampel yang baik harus dapat menggambarkan populasi, artinya ciri dan sifat anggota sampel mencerminkan ciri dan sifat populasi (Maksum, 2012:53-54). Subjek sampel pada penelitian ini adalah peserta didik kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang yaitu kelas X Akutansi B dengan jumlah 33 peserta didik sebagai kelompok eksperimen dan X Akutansi C dengan jumlah 38 peserta didik sebagai kelompok kontrol. Teknik yang digunakan adalah *Multistage Random Sampling* yang pada dasarnya adalah gabungan antara *Stratified Random Sampling* dan *Cluster Random Sampling* (Maksum, 2012:58). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *Stratified Random Sampling* dalam memilih jurusan yang mana dari 10 jurusan terpilih 1 jurusan yang digunakan sebagai sampel, setelah itu peneliti menggunakan teknik *Cluster Random Sampling* dalam memilih kelas yang dijadikan sampel (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol).

Instrumen adalah alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam sebuah penelitian (Maksum,

2012:111). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes objektif. Tes objektif adalah salah satu jenis tes hasil belajar yang terdiri dari butir-butir soal yang dapat dijawab oleh *testee* dengan cara memilih salah satu jawaban yang telah disediakan atau menuliskan jawaban pendek pada tempat yang telah disediakan oleh *tester* (Sudijono, 2011:106).

## HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil perhitungan secara manual dan menggunakan perhitungan program IBM SPSS for windows release 21.0. Selanjutnya, hasil perhitungan statistik yang dilakukan peneliti mendapat deskripsi data dari hasil penelitian yang dapat diuraikan sebagai berikut :

### 1. Kelompok Eksperimen

**Tabel 1 Deskripsi Data Kelompok Eksperimen**

| Deskripsi       | Pre-test | Post-test | Selisih |
|-----------------|----------|-----------|---------|
| Rata-rata       | 63,87    | 83,39     | 19,52   |
| Standar Deviasi | 7,21     | 5,99      | 1,22    |
| Varian          | 52,11    | 35,99     | 16,12   |
| Nilai Minimum   | 51,00    | 74,00     | 23,00   |
| Nilai Maksimum  | 77,00    | 97,00     | 20,00   |
| Peningkatan     | 30,56 %  |           |         |

Berdasarkan hasil analisis Tabel 1 di atas, sebelum diberikan perlakuan berupa tes formatif (*pre-test*), diperoleh jumlah skor rata-rata sebesar 63,87; standar deviasi sebesar 7,21; varian sebesar 52,11 dengan nilai minimum 51,00 dan nilai maksimum 77,00. Sedangkan, setelah diberikan perlakuan berupa tes formatif (*post-test*), yaitu diperoleh jumlah skor rata-rata sebesar 83,39; standar deviasi sebesar 5,99; varian sebesar 35,99 dengan nilai minimum 74,00 dan nilai maksimum 97,00.

### 2. Kelompok Kontrol

**Tabel 2 Deskripsi Data Kelompok Kontrol**

| Deskripsi       | Pre-test | Post-test | Selisih |
|-----------------|----------|-----------|---------|
| Rata-rata       | 64,07    | 74,52     | 10,45   |
| Standar Deviasi | 7,75     | 8,18      | 0,43    |
| Varian          | 60,12    | 67,01     | 6,89    |
| Nilai Minimum   | 54,00    | 60,00     | 6,00    |
| Nilai Maksimum  | 80,00    | 91,00     | 11      |
| Peningkatan     | 16,31 %  |           |         |

Dari hasil analisis Tabel 2 di atas, hasil penelitian pada kelas kontrol diperoleh jumlah skor rata-rata sebesar 64,07; standar deviasi sebesar 7,75; varian sebesar 60,12 dengan nilai minimum 54,00 dan nilai maksimum 80,00. Sedangkan, hasil *post-test* diperoleh jumlah skor rata-rata sebesar 74,52; standar deviasi sebesar 8,18; varian sebesar 67,01 dengan nilai minimum 60,00 dan nilai maksimum 91,00.

#### a. Uji Normalitas

Uji Normalitas dilakukan untuk menguji apakah data yang dianalisis berdistribusi normal atau tidak. Dari perhitungan IBM SPSS for windows release 21.0 menggunakan uji normalitas Kolmogrov-Smirnov. Berikut hasil pengujian normalitas pada Tabel 3 :

**Tabel 3 Tabel Pengujian Normalitas**

| Deskripsi              | Kelompok Eksperimen |           | Kelompok Kontrol |           |
|------------------------|---------------------|-----------|------------------|-----------|
|                        | Pre-test            | Post-test | Pre-test         | Post-test |
| N                      | 33                  | 33        | 38               | 38        |
| Mean                   | 63,87               | 83,39     | 64,07            | 74,52     |
| Kolmogrov              | 0,85                | 1,03      | 0,99             | 0,86      |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | 0,460               | 0,233     | 0,275            | 0,442     |
| Status                 | Normal              | Normal    | Normal           | Normal    |

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan perhitungan statistik parametrik yaitu *Kolmogorov-Smirnov test* dan menunjukkan bahwa nilai hitung data *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen masing-masing 0,85 dan 1,03 dengan signifikansi masing-masing sebesar 0,460 dan 0,233 ( $P>0,05$ ). Jadi, dapat disimpulkan bahwa data *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen memenuhi asumsi normal. Sedangkan, nilai hitung data *pre-test* dan *post-test* pada kelompok kontrol masing-masing 0,99 dan 0,86 dengan signifikansi masing-masing sebesar 0,275 dan 0,442 ( $P>0,05$ ). Maka, dapat dikatakan bahwa data *pre-test* dan *post-test* pada kelompok kontrol juga berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

**Tabel 4: Uji Homogenitas**

| Variabel                                              | F     | Sig   |
|-------------------------------------------------------|-------|-------|
| Data <i>Pre-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol  | 0,762 | 0,386 |
| Data <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol | 0,063 | 0,803 |

Berdasarkan Tabel 4 di atas dapat dijelaskan bahwa nilai signifikansi pada data *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol masing-masing sebesar 0,386 dan 0,803 ( $P>0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol baik pada data *pretest* ataupun *posttest* dapat dikatakan homogen dalam variansi.

### 3. Uji t

#### A. Uji t Independent Untuk Data Pre-test

**Tabel 5 Tabel . Hasil Uji t Independent Data Pre-test**

| Variabel                           |            | N  | Mean  | Sd   | Nilai T | Nilai Sig |
|------------------------------------|------------|----|-------|------|---------|-----------|
| Hasil Belajar Pendidikan Kesehatan | Eksperimen | 33 | 63,8  | 7,2  | -113    | 0,91      |
|                                    | Kontrol    | 38 | 64,07 | 7,75 |         |           |

Berdasarkan Tabel 5 di atas diperoleh data dengan nilai signifikan sebesar 0,911 lebih besar dibandingkan nilai *alpha* (0,05). Maka, yang diterima adalah  $H_0$  dan dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna pada hasil belajar pendidikan kesehatan peserta didik di data *pre-test* dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Jadi, dapat dikatakan bahwa kemampuan awal peserta didik dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah setara atau sama.

#### B. Uji t Independent Data Post-Test

**Tabel 6 Tabel Uji t Independent Data Post-Test**

| Variabel                           |            | N  | Mean  | Sd   | T    | Nilai Sig |
|------------------------------------|------------|----|-------|------|------|-----------|
| Hasil Belajar Pendidikan Kesehatan | Eksperimen | 33 | 83,39 | 5,99 | 4,76 | 0,000     |
|                                    | Kontrol    | 38 | 74,52 | 8,18 |      |           |

Berdasarkan Tabel 6 di atas diperoleh data bahwa nilai signifikan sebesar 0,000 lebih kecil dibandingkan nilai *alpha* (0,05). Maka, yang diterima adalah  $H_1$  dan dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pada hasil belajar pendidikan kesehatan peserta didik di data *post-test* dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

#### C. Uji t Dependent Untuk Kelompok Eksperimen

**Tabel 7 Uji t Dependent Kelompok Eksperimen**

| Variabel                                                    |           | N  | Mean  | T      | Nilai Sig |
|-------------------------------------------------------------|-----------|----|-------|--------|-----------|
| Hasil Belajar Pendidikan Kesehatan pada kelompok Eksperimen | Pre-Test  | 33 | 63,87 | -14,34 | 0,000     |
|                                                             | Post-Test | 33 | 83,39 |        |           |

Berdasarkan Tabel 7 di atas diperoleh data bahwa nilai signifikan sebesar 0,000 lebih kecil dibandingkan nilai *alpha* (0,05). Maka, yang diterima adalah  $H_1$  dan dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan perbedaan yang bermakna pada hasil belajar pendidikan kesehatan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada kelompok eksperimen.

#### D. Uji t Dependent Untuk Kelompok Kontrol

**Tabel 8 Tabel Hasil Uji Dependent Untuk Kelompok Kontrol**

| Variabel                                                    |           | N  | Mean  | Sd | T    | Nilai Sig |
|-------------------------------------------------------------|-----------|----|-------|----|------|-----------|
| Hasil Belajar Pendidikan Kesehatan pada kelompok Eksperimen | Pre-test  | 38 | 64,07 | 38 | 6,74 | 0,011     |
|                                                             | Post-test | 38 | 74,52 | 38 |      |           |

Berdasarkan Tabel 8 di atas diperoleh data dengan nilai signifikan sebesar 0,000 lebih kecil dibandingkan nilai *alpha* (0,05). Maka yang diterima adalah  $H_1$  dan dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pada hasil belajar pendidikan kesehatan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada kelompok kontrol.

#### E. Besar Peningkatan

Berdasarkan analisis deskriptif dan uji beda di atas dan selanjutnya dihitung besar peningkatan masing-

masing kelompok berdasarkan nilai rata-rata. Hasil peningkatan berdasarkan hasil belajar peserta didik pada materi pendidikan kesehatan dapat dilihat pada Tabel 9 sebagai berikut :

**Tabel 9 Hasil Penghitungan Peningkatan Hasil Belajar Peserta Didik Pada Materi Pendidikan Kesehatan**

| Kelompok   | Mean     |           |         | Peningkatan |
|------------|----------|-----------|---------|-------------|
|            | Pre-test | Post-test | Selisih |             |
| Eksperimen | 63,87    | 83,39     | 19,52   | 30,56%      |
| Kontrol    | 64,07    | 74,52     | 10,45   | 16,31 %     |

Berdasarkan Tabel 9 di atas dapat dijelaskan bahwa besar peningkatan hasil belajar peserta didik pada materi pendidikan kesehatan saat diberikan perlakuan berupa tes formatif sebesar 30,56 % lebih besar dibandingkan dengan pembelajaran tanpa adanya perlakuan berupa tes formatif yaitu sebesar 16,31 %. Selisih peningkatan antara kelompok eksperimen dan kontrol sebesar 14,25 %.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil deskripsi data di atas pada pembahasan ini akan dijelaskan pengaruh pemberian tes formatif terhadap peningkatan hasil belajar pendidikan kesehatan pada peserta didik kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang. Pemberian perlakuan (*treatment*) dilakukan berdasarkan hasil wawancara dan observasi peneliti bahwa penyampaian materi pendidikan kesehatan pada peserta didik kelas X kurang maksimal. Selama proses belajar mengajar guru lebih cenderung memberikan materi hanya pada aspek keterampilan saja, sehingga seringkali peserta didik mengalami kesulitan pada materi pendidikan kesehatan saat melaksanakan tes tulis pada Ujian Akhir Semester (UAS), terutama pada materi pendidikan kesehatan. Setelah melakukan wawancara dan berdiskusi dengan guru PJOK SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang, peneliti memberikan pendapat untuk tetap memperhatikan materi pendidikan kesehatan yang sudah menjadi kewajiban guru PJOK untuk menyampaikannya pada peserta didik, selain itu perlu memberikan perubahan pada proses pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran yang menarik pada saat memberikan materi pendidikan kesehatan dan di akhir setiap kompetensi dasar pada materi pendidikan kesehatan perlu diberikan sebuah tes formatif dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana peserta didik memahami materi yang telah disampaikan, sehingga dapat mengurangi kesulitan yang dialami peserta didik pada saat melaksanakan UAS.

Berdasarkan hipotesis yang dirumuskan oleh peneliti pada bab sebelumnya bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap pemberian *treatment* berupa tes formatif terhadap peningkatan hasil belajar pendidikan kesehatan pada kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang. Pengaruh sederhana diketahui dengan mengetahui selisih nilai *pre-test* dan *post-test* pada setiap kelompok. Hal tersebut menunjukkan perubahan hasil belajar peserta didik mulai sebelum sampai setelah

pemberian perlakuan atau *treatment*. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara kelompok yang memperoleh perlakuan berupa tes formatif dengan yang tidak mendapatkan perlakuan, maka secara sederhana dapat diketahui dengan melihat selisih nilai antara kedua kelompok sampel (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol).

Peningkatan yang didapatkan kelompok eksperimen berdasarkan Tabel 1 sebesar 30,56 % dan pada kelompok kontrol berdasarkan 4.2 sebesar 13,61 %. Hal ini menunjukkan bahwa persentase dari kelompok yang diberikan perlakuan berupa tes formatif lebih besar dibandingkan dengan persentase kelompok yang tidak diberikan tes formatif. Sedangkan, pada hasil uji beda dengan sampel berbeda (*independent sample test*) untuk *pre-test* kelompok eksperimen dan kontrol didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,911 lebih besar dibandingkan nilai  $\alpha$  (0,05). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada nilai *pre-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Maka, dapat dikatakan bahwa kemampuan awal peserta didik dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah setara atau sama. Berbeda dengan hasil uji beda pada data *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000. Hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara nilai *post-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada data *pre-test* dan *post test* yang didapatkan oleh peneliti, untuk kelompok eksperimen yang berjumlah 33 peserta didik terdapat seluruh peserta didik yang mengalami peningkatan setelah diberikan *treatment*. Sementara untuk kelompok kontrol yang berjumlah 38 peserta didik didapatkan 34 peserta didik mengalami peningkatan tanpa adanya perlakuan, 2 peserta didik mengalami penurunan, dan 2 peserta didik lainnya mendapatkan hasil yang sama seperti pada saat melakukan *pre-test*. Maka, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pemberian tes formatif terhadap peningkatan hasil belajar pendidikan kesehatan pada peserta didik kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang.

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh pemberian tes formatif terhadap peningkatan hasil belajar pendidikan kesehatan pada peserta didik kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang, diketahui bahwa peserta didik yang mendapatkan perlakuan berupa tes formatif memiliki nilai rata-rata yang lebih tinggi dibandingkan dengan peserta didik yang tidak mendapatkan tes formatif. Perbedaan tersebut disebabkan karena tes formatif digunakan sebagai penguatan (*reinforcement*) pada peserta didik. Peserta didik yang mendapatkan tes formatif akan termotivasi untuk belajar lebih giat lagi daripada peserta didik yang tidak mendapatkan tes formatif, karena peserta didik akan lebih giat belajar ketika mengetahui akan diadakan ulangan. Selain itu, dengan diberikannya tes formatif peserta didik akan mengetahui berapa nilai yang di dapatkan dari setiap tes yang telah dikerjakan, maka untuk tes selanjutnya peserta didik akan berusaha agar mendapatkan nilai yang lebih baik dari hasil tes formatif

yang sebelumnya. Dengan dilakukan tes formatif juga dapat memberikan evaluasi kepada peserta didik tentang sejauh mana pemahamannya pada setiap kompetensi dasar yang diberikan, selain itu peserta didik juga dapat mengetahui kesulitan-kesulitan apa saja yang dihadapinya pada setiap materi pembelajaran, sehingga peserta didik dapat memperbaiki kesulitan yang dihadapinya agar mendapatkan nilai yang baik pada tes selanjutnya.

Berdasarkan wawancara peneliti dengan beberapa perwakilan peserta didik yang mengalami peningkatan baik dari kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol, peserta didik mengatakan bahwa belum mendapatkan materi pendidikan kesehatan pada semester sebelumnya sehingga tidak pernah melaksanakan ulangan harian atau tes formatif pada materi pendidikan kesehatan, seperti *treatment* yang diberikan oleh peneliti akan tetapi materi pendidikan kesehatan masuk pada soal Ujian Akhir Semester (UAS), sehingga banyak peserta didik yang kurang menyadari bahwa materi pendidikan kesehatan masuk ke dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK).

Pada kelompok eksperimen, peserta didik juga merasa antusias untuk belajar lebih giat karena akan melaksanakan ulangan dan dapat mengetahui hasil dari *treatment* yang dilakukannya melalui sebuah tes formatif tersebut sehingga peserta didik lebih siap melaksanakan *post-test* dan dapat menguasai materi serta lebih meningkatkan nilai pada saat *post-test*. Selain itu peserta didik juga memperoleh ilmu baru tentang materi pendidikan kesehatan yang dapat digunakannya dalam kehidupan sehari-hari. Selanjutnya, hasil wawancara dengan beberapa peserta didik yang mengalami penurunan pada kelompok kontrol, peserta didik merasa bahwa kurang menguasai materi yang sudah diberikan dan pada saat melaksanakan *post-test* peserta didik kurang terfokus pada soal yang diberikan.

Berdasarkan pembahasan di atas, peneliti merekomendasikan pemberian perlakuan berupa tes formatif dalam pembelajaran materi pendidikan kesehatan pada peserta didik kelas X pada jenjang SMK dan sederajat. Semakin sering memberikan sebuah ulangan atau tes formatif pada peserta didik khususnya pada pembelajaran PJOK baik dalam segi pengetahuan maupun keterampilan, baik pembelajaran yang dilaksanakan di dalam kelas maupun di lapangan maka akan meningkatkan hasil belajar peserta didik karena ulangan harian dapat dijadikan sebagai acuan untuk mengetahui kesulitan-kesulitan yang dihadapi oleh peserta didik sehingga dapat digunakan sebagai perbaikan kualitas pembelajaran.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan hasil dari penelitian tentang pengaruh pemberian tes formatif terhadap peningkatan hasil belajar pendidikan kesehatan

pada peserta didik kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada pengaruh yang signifikan pemberian tes formatif terhadap peningkatan hasil belajar pendidikan kesehatan pada peserta didik kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang.
2. Besarnya pengaruh pemberian tes formatif terhadap peningkatan hasil belajar pendidikan kesehatan pada peserta didik kelas X SMK Negeri Pasirian Kabupaten Lumajang berdasarkan peningkatan persentase yaitu sebesar 30,56 %.

## Saran

Saran yang dapat diajukan sebagai rekomendasi umum kepada semua pihak, terutama dalam dunia pendidikan antara lain :

1. Sebaiknya pemberian tes formatif dapat dijadikan sebagai suatu acuan dan tolok ukur keberhasilan bagi guru dalam memberikan materi pembelajaran dalam rangka meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah, terutama pada pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK).
2. Dalam proses belajar mengajar hendaknya pelaksanaan tes formatif dilakukan sesuai dengan kriteria peserta didik dan materi pembelajaran yang telah diberikan.
3. Sebaiknya guru PJOK juga memperhatikan materi pendidikan kesehatan yang sudah menjadi tanggung jawab guru PJOK untuk menyampaikannya pada peserta didik di sekolah, sehingga meminimalisir kesulitan yang dihadapi peserta didik pada saat mengerjakan soal Ujian Akhir Semester (UAS) dengan materi pendidikan kesehatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Ghulam Nizar. 2014. "Survey Penyampaian Materi Pendidikan Kesehatan Semester Genap 2012/2013 Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan." *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, (Online), Vol.02, Nomor 01: hal. 210-214, (<http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnalpendidikanjasmani/article/view/8106/baca-artikelSurabaya>, diakses tanggal 20 Desember 2016).
- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan* Edisi Kedua. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Basleman, Anisah dan Mappa, Syamsu. 2011. *Teori Belajar Orang Dewasa*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Basuki, Ismet dan Hariyanto. 2015. *Asesmen Pembelajaran*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya.
- Hartono, Soetanto dkk. 2013. *Pendidikan Jasmani (Sebuah Pengantar)*. Surabaya: Unesa University Press.

- Khafid, Mochammad. 2013. “*Pengaruh Pemberian Tes Formatif Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Kesehatan pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Krian.*” Skripsi. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Khafid, Mochammad. 2014. “Pengaruh Pemberian Tes Formatif Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Kesehatan pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Krian.” *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, (Online), Vol.02 (01): hal.119-124.  
(<http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikanjasmani/issue/archive>, diakses 20 Desember 2016).
- Maksum, Ali. 2009. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2009. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Tanpa Penerbit.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Mudyahardjo, Redja. 2010. *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Mu'rifah dan Wibowo Hardianto. 1991. *Pendidikan Kesehatan*. Jakarta: Tanpa Penerbit.
- Nana, Sudjana. 1991. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Prasetyawati, Indah Tri Purnama Sari. 2013. “Pendidikan Kesehatan Sekolah sebagai Proses Perubahan Perilaku Siswa”. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, (Online), Vol.09, Nomor 02  
([journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/download/3017/2510](http://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/download/3017/2510), diakses tanggal 05 Januari 2017).
- Purwanto. 2010. *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Siswanto, Hadi. 2010. *Pendidikan Kesehatan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Sudijono, Anas. 2011. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sudjana, Nana. 1991. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Susilo, Rakhmat. 2011. *Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Suwandi, Sarwiji. 2011. *Model-model Asesmen Dalam Pembelajaran*. Surakarta: Yuma Pustaka.