

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kerangka Teoritis

1. Pengertian Belajar

Belajar merupakan suatu proses aktivitas yang selalu dilakukan dan dialami manusia di dalam kandungan, lahir, tumbuh dan berkembang hingga menjadi dewasa sampai lansia sesuai dengan tahap perkembangan dan prinsip pembelajaran sepanjang hayat. Belajar merupakan perubahan yang dari tidak tau menjadi tahu. Belajar merupakan tindakan atau perilaku siswa yang kompleks sebagai tindakan belajar hanya dialami oleh siswa sendiri. Siswa adalah penemu terjadinya atau tidak terjadinya proses belajar. Proses belajar terjadi berkat siswa memperoleh sesuatu yang ada di lingkungan sekitar. Lingkungan yang dipelajari oleh siswa berupa keadaan alam, benda-benda, hewan, tumbuhan, manusia, atau hal-hal yang dijadikan bahan belajar.

Slameto (2013:2) "Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya". Sementara Singer dalam Eveline Siregar dan Hartini Nara (2014:4) "Belajar sebagai perubahan perilaku yang relative tetap yang disebabkan praktik atau pengalaman yang sampai dalam situasi tertentu".

James O. Whitaker dalam Aunurrahman (2013:2) "Belajar adalah proses dimana tingkah laku ditimbulkan atau diubah melalui latihan atau pengalaman"

Sementara Abdillah dalam Aunurrahman (2013:2) “Belajar adalah suatu usaha sadar yang dilakukan oleh individu dalam perubahan tingkah laku baik melalui latihan dan pengalaman yang menyangkut aspek-aspek kognitif, afektif dan psikomotorik untuk memperoleh tujuan tertentu”.

Beberapa pendapat di atas, dapat didefinisikan belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungannya.

2. Pengertian Mengajar

Mengajar pada dasarnya merupakan suatu proses, yaitu proses mengatur dan mengorganisasikan lingkungan yang ada disekitar siswa sehingga dapat menumbuhkan dan mendorong siswa melakukan proses belajar. Mengajar adalah proses memberikan bimbingan atau bantuan kepada siswa sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Menurut Nana Sudjana dalam Nur Hamiyah dan Muhammad Jauhar (2014:5) mengatakan bahwa mengajar adalah mengatur dan mengorganisasi lingkungan yang ada di sekitar siswa melakukan kegiatan belajar.

Slameto dalam Asep Jihad dan Abdul Haris (2013:8) mengungkapkan bahwa mengajar adalah penyerahan kebudayaan kepada anak didik yang berupa pengalaman dan kecakapan atau untuk usaha mewariskan kebudayaan masyarakat kepada generasi berikutnya.

Mohamad Ali dalam Nur Hamiyah dan Muhammad Jauhar (2014:4). Mengajar adalah suatu kegiatan yang disengaja dalam memberi kemungkinan bagi siswa untuk terjadinya proses belajar siswa dengan tujuan yang telah dirumuskan.

Hasibuan dalam Asep Jihad dan Abdul Haris (2013:10) berpendapat bahwa mengajar merupakan penggunaan secara integratif sejumlah komponen yang terkandung dalam perbuatan mengajar itu untuk menyampaikan pesan pengajaran.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan mengajar adalah suatu aktifitas sebagai upaya untuk membantu siswa menanamkan pengetahuan, member pegangan, bimbingan, pengarahan, dan dorongan kepada siswa dalam proses belajar.

3. Pengertian Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan hasil dari proses belajar. Pelaku aktif dalam belajar adalah siswa, sedangkan pelaku aktif pembelajar adalah guru. Dengan demikian hasil belajar dapat dipandang dalam dua sisi, yaitu: dari sisi siswa dan guru. Dari sisi guru belajar merupakan saat terselasikanya bahan pelajaran yang disampaikan guru kepada siswa. Hal ini juga terkait dengan penggalan-penggalan pelajar, pada tujuan khusus dikelas. Maka hasil belajar dapat diartikan kemampuan yang diperoleh anak setelah belajar. Namun, dari sisi siswa hasil belajar merupakan tingkat perkembangan intelegen dan mental yang baik dibandingkan pada saat pra-belajar tingkat perkembangan mental tersebut terkait dengan bahan pembelajaran yang akan digunakan.

Nawawi dalam Ahmad Susanto (2013:5) menyatakan bahwa hasil belajar dapat diartikan sebagai tingkat keberhasilan siswa dalam mempelajari materi pelajaran disekolah yang dinyatakan dalam skor yang diperoleh dari hasil tes mengenal sejumlah materi pelajaran tertentu. Sudjana dalam Asep Jihad dan Abdul Haris (2013:15) mengemukakan hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya. Menurut Ibrahim dalam Istirani dan Intan Pulungan (2017:19) mengatakan bahwa hasil pembelajaran adalah suatu pernyataan yang spesifik yang dinyatakan dalam perilaku dan penampilan yang diwujudkan dalam bentuk tulisan untuk menggambarkan hasil belajar yang diharapkan.

Menurut Gagne dalam Purwanto (2014:42) hasil belajar adalah terbentuknya konsep, yaitu kategori yang kita berikan pada stimulus yang ada dilingkungan, yang menyediakan skema yang terorganisasi untuk mengasimilasi stimulus-stimulus baru dan menentukan hubungan didalam dan diantara kategori-kategori.

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah hasil yang diperoleh oleh siswa setelah mengalami proses belajar dapat berupa konsep,nilai,maupun sikap yang ditunjukkan melalui perubahan perilaku.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar

Dalam keseluruhan proses pendidikan, kegiatan yang paling pokok adalah proses belajar mengajar. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa untuk mengetahui keberhasilan pencapaian tujuan pembelajaran tergantung pada proses

mengajar dan proses belajar yang dialami siswa serta hasil belajara yang diperoleh. Demikian Slameto (2013:54) menyatakan bahwa faktor-faktor yang memperngaruhi proses dan hasil belajar siswa antara lain :

1. Faktor-Faktor Intern

Faktor intern adalah factor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar. Factor intern terbagi menjadi 3 faktor yaitu: (a) Faktor Jasmaniah meliputi: faktor kesehatan dan cacat tubuh. Seorang terganggu dalam belajar jika kesehatan juga terganggu seperti penglihatan, yang kurang dan alat indra serta tubuhnya yang lain. Begitu juga apabila siswa memiliki cacat tubuh maka ia perlu pendidikan khusus atau alat bantu dalam belajar. (b) Faktor Psikologis, ada tujuh faktor yang tergolong ke dalam faktor psikologis yang mempengaruhi belajar yaitu : intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan, dan kesiapan. (c) Faktor Kelelahan, faktor kelelahan pada diri seseorang dapat dibedakan menjadi dua macam yaitu: Kelelahan jasmani terlihat dengan lemah lunglainya tubuh dan timbul kecenderungan untuk membaringkan tubuh. Kelelahan rohani dapat dilihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan, sehingga minat dan dorongan untuk menghasilkan sesuatu hilang.

2. Faktor-Faktor Ekstern

Faktor ekstern adalah factor yang ada diluar diri individu. Factor ekstern juga dikelompokkan menjadi 3 faktor yaitu : (a) Faktor Keluargaterdiri dari : cara orang tuamendidikanak, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orang tua, latar belakang kebudayaan. (b) Faktor

Sekolah yaitu: mencakup metodemengajar atau model pembelajaran, disiplinsekolah, kurikulum, relasi guru dengansiswadankeadaangedungsekolah.

(c) Faktor Masyarakat yaitu: budaya, nilai-nilai masyarakat dan teman bergaul yang juga berpengaruh terhadap belajar siswa.

Proses dan hasil belajar siswa akan maksimal apabila faktor –faktor tersebut mendukung satu sama lain. Apabila salah satu faktor tersebut tidak ada, maka proses dan hasil belajar siswa akan kurang maksimal. Sehingga diharapkan kerja sama semua pihak demi tercapainya hasil belajar dan tujuan pembelajaran yang diharapkan.

5. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik, dan sumber belajar mengajar pada suatu lingkungan belajar sebagai proses belajar yang dibangun oleh guru untuk mengembangkan kreatifitas berpikir yang meningkatkan kemampuan mengkonstruksi pengetahuan baru sebagai upaya meningkatkan penguasaan yang baik terhadap materi pembelajaran.

Usman dalam Asep Jihad dan Abdul Haris (2013:12) mengemukakan pembelajaran merupakan suatu proses yang mengandung serangkaian perbuatan guru dan siswa atas dasar hubungan timbal balik yang berlangsung dalam situasi edukatif untuk mencapai tujuan tertentu. Winkel dalam Ihsana El Khuluqo (2017:51) mengartikan pembelajaran sebagai seperangkat tindakan yang dirancang untuk mendukung proses belajar peserta didik, dengan

memperhitungkan kejadian-kejadian eksternal yang berperan terhadap rangkaian kejadian internal yang berlangsung di dalam diri peserta didik.

Pembelajaran dapat diartikan sebagai proses modifikasi dalam kapasitas manusia yang bisa dipertahankan dan ditingkatkan levelnya (Gagne dalam Miftahul Huda 2014:3). Sudjana dalam Dirman dan Cicih Juarsih (2014:7) berependapat bahwa pembelajaran adalah setiap upaya yang sistematis dan sengaja untuk menciptakan kegiatan interaksi edukatif antara dua pihak, yaitu antara peserta didik (warga belajar) dan pendidik (sumber belajar) yang melakukan kegiatan membelajarkan.

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah hasil yang diperoleh oleh siswa setelah mengalami proses belajar dapat berupa konsep, nilai, maupun sikap yang ditunjukkan melalui perubahan perilaku.

6. Metode Pembelajaran

a. Pengertian Metode Pembelajaran

Metode pembelajaran adalah seluruh rangkaian penyajian materi ajar yang meliputi segala aspek sebelum sedang dan sesudah pembelajaran yang dilakukan guru serta segala fasilitas yang terkait yang digunakan secara langsung atau tidak langsung dalam proses belajar mengajar, (Istarani, 2017 :1). Pembelajaran melalui model bertujuan untuk membantu siswa menemukan makna diri (jati diri) di dalam lingkungan siswa dan memecahkan dilema dengan bentuk kelompok,(Hamzah B.Uno dalam Istarani,2017:3).

Soekamto,dkk dalam Trianto (2011: 22) mengemukakan model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalam belajar untuk mencapai tujuan belajar tertentu,dan berfungsi sebagai pedoman bagi para perancang pembelajaran dan para pengajar dlam merencanakan aktivitas belajar mengajar. Joyce dan Weil dalam Rusman (2014:133) berpendapat bahwa model pembelajaran adalah suatu rencana atau pola yang dapat digunakan untuk membentuk kurikulum (rencana pembelajaran jangka panjang), merancang bahan-bahan pembelajaran,dan membimbing pembelajaran di kelas atau yang lain.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran adalah seperangkat prosedur yang sistematis sebagai perancang bagi para pengajar untuk mencapai tujuan belajar,seperti penggunaan metode pembelajaran *Learning Start With a Question*.

b. Pengertian Learning Start With a Question

Metode pembelajaran dengan *learning starts with a question (LSQ)* adalah suatu metode atau strategi pembelajaran aktif dengan cara merangsang keinginan siswa untuk bertanya kemudian guru menjelaskan apa yang ditanyakan oleh siswa.

(Susanto 2013 : 432) mengemukakan bahwa“Metode *Learning Start With a Question* adalah metode dimana siswa diarahkan untuk belajar mandiri dengan membuat pertanyaan berdasarkan bacaan yang diberikan oleh guru”

Kemudian siswa berusaha menemukan jawaban dari pertanyaan tersebut melalui diskusi dengan siswa lain dan guru ikut membantu apabila siswa kesulitan

dalam menemukan jawaban. *Metode learning start with a question* berkaitan dengan kemampuan bertanya dan menjawab. Bertanya dapat dipandang sebagai refleksi dari keingintahuan individu, sedangkan menjawab pertanyaan mencerminkan kemampuan seseorang dalam berpikir.

Agar siswa aktif dalam bertanya, maka siswa diminta untuk mempelajari materi yang akan diajarkan, yaitu dengan membaca terlebih dahulu. Membaca akan membuat peserta didik memiliki gambaran tentang materi yang akan dipelajari, sehingga apabila dalam membaca atau membahas materi tersebut terjadi kesalahan pemahaman akan terlihat dan dapat dibahas serta dibenarkan secara bersama-sama.

c. Kelemahan dan Kelebihan *Metode Learning Start a Question*

(Sudrajat, 2010) mengemukakan terdapat kelebihan dan kelemahan dalam metode pembelajaran *Learning Start With a Question*, diantaranya :

1. Kelemahan *Metode Learning Start a Question*

- a. Membutuhkan waktu panjang jika banyak pertanyaan yang dilontarkan siswa
- b. Jika guru memberikan kesempatan kepada siswa lain untuk menjawab pertanyaan atau jawaban bisa melantur jika siswa tersebut tidak belajar atau tidak menguasai materi.
- c. Bagi siswa yang tidak terbiasa berbicara dalam forum atau siswa yang pasif akan merasa kurang menarik

2. Kelebihan *Metode Learning Start a Question*.

- a. Siswa lebih siap memulai pelajaran, karena siswa terlebih dahulu belajar sehingga mempunyai sedikit gambaran dan lebih paham setelah mendapat tambahan penjelasan dari guru.
- b. Siswa menjadi lebih aktif bertanya
- c. Materi dapat diingat lebih lama oleh siswa
- d. Mendorong tumbuhnya keberanian siswa untuk mengutarakan pendapat secara terbuka dan memperluas wawasan siswa melalui bertukar pendapat
- e. Siswa belajar memecahkan masalah sendiri dan bekerjasama antara siswa yang pandai dengan yang kurang pandai.
- f. Dapat mengetahui mana siswa yang belajar dan mana yang tidak.

7. Pengertian Pembelajaran IPA

Ilmu pengetahuan alam, yang sering disebut juga dengan istilah pendidikan sains, disingkat menjadi IPA. IPA merupakan salah satu mata pelajaran pokok dalam kurikulum pendidikan di Indonesia, termasuk pada jenjang sekolah dasar. Mata pelajaran IPA merupakan mata pelajaran yang selama ini dianggap sulit oleh sebagian besar peserta didik, mulai dari jenjang sekolah dasar sampai sekolah menengah.

IPA membahas tentang gejala-gejala alam yang disusun secara sistematis yang didasarkan pada hasil percobaan dan pengamatan yang dilakukan oleh manusia. Menurut Hendro Darmojo dalam Usman Susanto (2016:2) IPA adalah

pengetahuan yang rasional dan objektif tentang alam semesta dengan segala isinya. Selain itu IPA merupakan ilmu yang bersifat empirik dan membahas tentang fakta serta gejala alam. Fakta dan gejala alam tersebut menjadikan IPA tidak hanya verbal tetapi juga faktual.

Hal ini menunjukkan bahwa, hakikat IPA sebagai proses diperlukan untuk menciptakan pembelajaran IPA yang empirik dan faktual. Hakikat IPA sebagai proses diwujudkan dengan melaksanakan pembelajaran yang melatih keterampilan proses bagaimana cara produk sains ditemukan.

Tujuan pembelajaran IPA di SD menurut Badan Nasional Standar Pendidikan (BNSP,2006) dalam Ahmad Susanto (2016:171-172) secara terperinci adalah:

- a) Memperoleh keyakinan terhadap kebesaran Tuhan Yang Maha Esa berdasarkan keberadaan,keindahan,dan keteraturan alam ciptaan-Nya.
- b) Mengembangkan pengetahuan dan pemahaman konsep-konsep IPA yang bermanfaat dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
- c) Mengembangkan rasa ingin tahu,sikap positif dan kesadaran tentang adanya hubungan yang saling memengaruhi antara IPA,lingkungan,teknologi,dan masyarakat.
- d) Mengembangkan keterampilan proses untuk menyelidiki alam sekitar, memecahkan masalah,dan membuat keputusan.
- e) Meningkatkan kesadaran untuk menghargai alam dan segala keturunannya sebagai salah satu ciptaan Tuhan.

f) Memperoleh bekal pengetahuan, konsep, dan keterampilan IPA sebagai dasar untuk melanjutkan pendidikan ke SMP.

a. Materi Pembelajaran

Setiap hari kita selalu membutuhkan energi atau tenaga untuk melakukan kegiatan. Oleh karena itu, kita harus cukup makan untuk mendapatkan energi. Makanan yang kita makan harus bergizi dan seimbang.

1. Makanan Bergizi

Makanan bergizi sebagai sumber energi, bahan pembangun, pelindung tubuh, dan pengatur tubuh. Oleh karena itu, untuk memenuhi beberapa fungsi tersebut, kita harus makan makanan yang bergizi. Makanan yang bergizi yaitu makanan yang mengandung zat-zat yang diperlukan oleh tubuh. Adapun zat gizi yang diperlukan tubuh yaitu karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, dan air.

a. Karbohidrat

Fungsi karbohidrat bagi tubuh sebagai adalah: 1) Sebagai sumber tenaga, 2) Sebagai makanan cadangan. 3) Untuk mempertahankan suhu tubuh.

Bahan makanan yang mengandung karbohidrat antara lain: gandum, beras, jagung, sagu, dan ketela pohon.

b. Lemak

Lemak juga sebagai sumber tenaga. Lemak ini berfungsi sebagai makanan cadangan. Bahan makanan yang mengandung lemak antara lain: kelapa, kacang tanah, kuning telur, keju, dan daging.

c. Protein

Protein berguna sebagai zat pembangun tubuh. Makanan yang berprotein berguna untuk pertumbuhan, perkembangan, dan menggantisel-sel tubuh yang rusak. Bahan makanan yang mengandung protein antarlain susu,daging, putih telur,dan kacang-kacangan terutama kedelai.

d. Mineral

Mineral merupakan zat pengatur tubuh.Mineral diperlukan oleh tubuh dalam jumlah sedikit. Walaupun tubuh hanya membutuhkan sedikit, kita harus tetap memenuhinya. Jika tubuh kekurangan mineral, kesehatan akan terganggu.

Beberapa mineral yang dibutuhkan oleh tubuh seperti tertera dalam tabel berikut.

Tabel 2.1 Beberapa Jenis Mineral, Sumber Bahan Makanan, dan Kegunaannya

No	Mineral	Sumber Bahan	Kegunaan
1.	Fosfor	Ikan, kacang-kacangan, susu, dan keju.	- Pertumbuhansel-seldalam tubuh
2.	Flour	Susu, kuning telur, ikan laut, dan otak	- Pembentukan tulang dan gigi - Mencegah kerusakan gigi
3.	Kalsium	Sayuran kol,wortel, kacang- kacang, bawang,susu, dan keju.	- Pembentukan tulang dan gigi
4.	Zat Besi	Sayuran hijau(bayam kangkung).	- Membentuk kerja otot dan saraf -Membentuk sel darah merah -Mencegah penyakit kurang darah (anemia)
5.	Yodium	Ikan laut,garam beryodium, dan sayuran hijau	- Mencegah penyakit gondok

e. Vitamin

Vitamin berfungsi sebagai zat pengatur dan pelindung tubuh. Vitamin dapat mencegah timbulnya penyakit. Sebaliknya, kekurangan vitamin (avitaminosis) dapat mengganggu kesehatan. Misalnya sariawan akibat tubuh kekurangan vitamin C. Kegunaan beberapa jenis vitamin seperti tabel berikut.

Tabel 2.2 Jenis Vitamin, Sumber Bahan Makanan, dan Kegunaannya

No	Vitamin	Sumber Bahan	Kegunaan
1.	A	Hati, susu, mentega, minyak ikan, kuning telur, sayuran, wortel, buah-buahan yang berwarna merah seperti pepaya dan tomat.	<ul style="list-style-type: none"> - Meningkatkan daya tahan tubuh. - Menjaga kesehatan mata. - Menjaga kesehatan kulit.
2.	B1	Daging, hati, telur, susu, beras merah, bekatul, dan kacang hijau.	<ul style="list-style-type: none"> - Membantu pencernaan makanan. - Mencegah penyakit beri-beri. - Meningkatkan nafsu makan
3.	C	Buah-buahan seperti jeruk, nanas, cabai, tomat, dan pepaya.	<ul style="list-style-type: none"> - Mencegah sariawan. - Membantu daya tahan tubuh terhadap infeksi. - Menjaga agar dinding pembuluh darah kuat. - Menyembuhkan luka. - Menjaga tulang, gigi, dan gusi agar tetap sehat.
4.	E	Biji-bijian (terutama yang sedang berkecambah),	<ul style="list-style-type: none"> - Mencegah kemandulan - Pelindung sel-sel darah merah

f. Air

Air berguna untuk melarutkan zat-zat makanan, melancarkan pencernaan makanan, dan mengatur suhu tubuh. Air dapat diperoleh dari air yang kita minum. Selain itu, air juga diperoleh dari bahan makanan seperti buah-

buah dan sayur-sayuran. Pada kondisi normal kita membutuhkan minimal 2,5 liter air setiap hari. Tubuh akan terasa lemas jika kita kekurangan air. Oleh karena itu, perbanyaklah minum, terutama air putih.

2. Makanan Bergizi Seimbang

Makanan yang kita makan harus bergizi seimbang. Makanan dikatakan bergizi seimbang jika mengandung karbohidrat, protein, lemak, mineral, dan vitamin dalam jumlah tertentu. Kebutuhan untuk tiap kelompok bahan makanan dapat digambarkan dalam piramida. Menu makanan bergizi seimbang disajikan dalam menu empat sehat lima sempurna. Menu makanan bergizi seimbang terdapat dalam empat macam makanan berikut.

- a. Makanan pokok (nasi, jagung, singkong, roti, dan sagu).
- b. Lauk pauk (daging, telur, ikan, tahu, dan tempe).
- c. Sayuran (bayam, kangkung, dan buncis).
- d. Buah-buahan (apel, mangga, pisang, dan pepaya).

Apabila kita sudah mengonsumsi empat macam makanan di atas, berarti makanan kita sudah memenuhi syarat kesehatan. Namun, bila ditambah susu, maka akan lebih sempurna. Makanan bergizi seimbang yang dilengkapi susu dinamakan makanan empat sehat lima sempurna. Selain memenuhi persyaratan empat sehat lima sempurna, dalam menyusun menu makanan bergizi seimbang perlu memperhatikan hal-hal berikut.

- a. Bersih dan bebas kuman penyakit.
- b. Makanan mudah dicerna dalam tubuh.

c. Bervariasi sehingga tidak menimbulkan kebosanan.

Tubuh akan menjadi sehat jika mengonsumsi makanan bergizi dalam jumlah yang seimbang. Apabila kebutuhan gizi seseorang tidak mencukupi atau berlebihan, akan mengganggu kondisi kesehatannya. Kelebihan atau kekurangan salah satu zat gizi dapat mengakibatkan gangguan atau penyakit.

Tabel 2.3 Jenis Jenis Gangguan atau Penyakit Akibat Kelebihan atau Kekurangan Salah Satu Zat Gizi

No	Penyakit/Gangguan	Penyebab
1.	Busunglapar	Kekurangan karbohidrat
2.	Kegemukan	Kelebihan karbohidrat dan
3.	Sariawan	Kekurangan vitamin C
4.	Keropos tulang	Kekurangan kalsium (mineral)
5.	Anemia	Kekurangan zat besi (mineral)
6.	Rabun senja	Kekurangan vitamin A
7.	Penyakit gondok	Kekurangan yodium (mineral)

3. Cara Mengolah Makanan

Makanan harus diolah dengan cara yang benar. Hal ini bertujuan agar kandungan zat gizinya tidak hilang. Setiap jenis makanan harus diolah sesuai dengan sifat-sifatnya. Sebagai contoh beras. Beras mengandung banyak vitamin B1. Vitamin ini sifatnya mudah larut dalam air. Sebaiknya, beras tidak dicuci terlalu lama dan tidak diremas-remas. Mencuci beras terlalu lama, apalagi dengan meremasnya akan melarutkan vitamin tersebut. Vitamin itu akan terbuang. Memasak sayuran pun ada aturannya. Kandungan gizi dalam sayuran dapat dipertahankan jika diolah secara benar. Cara memasak sayuran yang benar sebagai berikut.

- a. Sayuran dicuci terlebih dahulu sebelum dipotong.
- b. Memasak sayuran tidak terlalu lama atau jangan terlalu matang.
- c. Saat memasak sayuran sebaiknya panci dalam keadaan tertutup.

Sayuran yang telah matang sebaiknya diletakkan dipiring bersih. Sayuran tersebut juga harus disimpan dalam lemari yang bersih. Ada beberapa jenis sayuran yang dapat dimakan mentah. Sayuran jenis ini biasa digunakan sebagai lalapan. Contoh lalapan yaitu kol, selada, kacang panjang, dan daun kemangi. Hati-hatilah kalau kamu ingin makan sayuran mentah ini! Sebaiknya, sayuran mentah ini kamu cuci sampai bersih sebelum dimakan.



8. Penelitian Tindakan Kelas

Penelitian Tindakan Kelas yang biasa disingkat dengan PTK dikenal ramai dibicarakan dunia pendidikan. Dalam bahasa Inggris PTK diartikan dengan *Classroom Action*, disingkat CAR. PTK pertama kali diperkenalkan oleh ahli psikologi sosial Amerika yang bernama Kurt Lewin pada tahun 1946.

Penelitian Tindakan kelas berkembang dari penelitian tindakan. Ekawarna dalam Istarani (2014:43) menyatakan bahwa “Penelitian tindakan kelas adalah penelitian tindakan (*action research*) yang dilaksanakan oleh guru di dalam kelas. Penelitian tindakan kelas pada hakikatnya merupakan rangkaian yang dilakukan secara siklus dalam rangka memecahkan masalah, sampai masalah itu terpecahkan. Wina Sanjaya (2010:38) mengemukakan “Penelitian tindakan kelas adalah bentuk penelitian yang tidak formal, yakni penelitian yang bersifat longgar dalam menerapkan prinsip – prinsip metode ilmiah, oleh karena itu tujuan

utamanya bukan menemukan atau menggeneralisasikan akan tetapi memperbaiki proses pembelajaran”.

Suharsimi Arikunto (2014:58) “Penelitian tindakan kelas adalah penelitian tindakan yang dilakukan dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran di kelasnya”. Dari beberapa defenisi di atas dapat dinyatakan Penelitian Tindakan Kelas adalah kajian dari sebuah situasi sosial dan pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan, tindakan tersebut diberikan oleh guru dengan arahan dari guru yang dilakukan oleh siswa yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama.



9. Kelebihan dan Kekurangan PTK

Kelebihan dan kekurangan PTK Wina Sanjaya (2010: 37-38) mengemukakan

a. Kelebihan PTK

1. Penelitian tindakan kelas dilaksanakan oleh seorang saja akan tetapi dilaksanakan secara kolaboratif dengan melibatkan berbagai pihak antara lain guru sebagai pelaksana peneliti, observasi baik yang dilakukan oleh guru lain sebagai teman sejawat atau orang lain.
2. Kerja sama sebagai ciri khas dalam PTK, memungkinkan dapat menghasilkan sesuatu yang lebih kreatif dan inovatif, sebab yang terlibat memiliki kesempatan untuk memunculkan pandangan – pandangan kritisnya.



3. Hasil atau kesimpulan yang diperoleh adalah hasil kesepakatan semua pihak khususnya antara guru sebagai peneliti dengan mitranya, demikian akan meningkatkan validitas dan reabilitas hasil penelitian.
4. Penelitian tindakan kelas berangkat dari masalah yang dihadapi guru secara nyata, dengan demikian kelebihan PTK adalah hasil yang diperoleh dapat secara langsung diterapkan oleh guru.

b. Kelemahan PTK

1. Keterbatasan yang berkaitan dengan aspek peneliti atau guru itu sendiri, guru dalam melaksanakan tugas pokoknya cenderung konvensional.
2. Penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang berangkat dari masalah praktis yang dihadapi oleh guru, dengan demikian simpulan yang dihasilkan tidak bersifat universal yang berlaku secara umum.
3. Konsepsi proses kelompok yang menuntut pemimpin kelompok yang demokratis dengan kepekaan tinggi terhadap kebutuhan dan keinginan anggota-anggota kelompoknya dalam situasi tertentu.

B. Kerangka Berpikir

Hubungan belajar sangat berpengaruh dengan hasil belajar. Untuk mendapatkan hasil belajar yang memuaskan harus ada aksi antara guru dan siswa. Guru yang menggunakan model pembelajaran sangat membantu bagi siswa untuk memahami pembelajaran sehingga murid dapat mengikuti pembelajaran dengan efektif. Salah satu metode yang bias digunakan adalah *Learning Start With a Question*.

Dalam mengembangkan pemahaman siswa tentang bagaimana manusia sebagai individual dan kelompok, pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) memiliki peranan sangat penting yaitu untuk mendidik siswa guna mengembangkan pengetahuan, sikap dan keterampilan agar dapat mengambil bagian secara efektif dalam kehidupannya kelak sebagai anggota masyarakat dan warga negara yang baik, yaitu warga negara yang bangga dan cinta tanah airnya. Dalam proses belajar mengajar, berhasil atau gagalnya pembelajaran dapat ditunjukkan dalam hasil belajar setelah evaluasi pada akhir pembelajaran. Salah satu inovasi sebagai usaha meningkatkan hasil belajar siswa adalah dengan model-model pembelajaran IPA yang memiliki kontribusi terhadap peningkatan mutu pendidikan IPA. Dengan mengubah cara pembelajaran yang selama ini hanya dengan teori, konsep-konsep dan fakta-fakta menjadi belajar IPA yang memfokuskan kegiatan pada belajar yang menuntun siswa untuk melakukan suatu percobaannya sendiri. Hal ini akan melibatkan proses berpikir, prosedur kerja, kreativitas dan kemandirian kerja dalam menemukan konsep, prinsip, hukum-hukum pada pembelajaran IPA. Pemanfaatan Metode pembelajaran khususnya materi Hubungan makanan dengan kesehatan di kelas V SD Negeri 040563 Sugihen diharapkan mampu meningkatkan hasil belajar.

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka berpikir dengan uraian diatas dapat dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut “Dengan menggunakan metode pembelajaran *Learning Start With a Question* dapat meningkatkan hasil belajar pada mata

pelajaran IPA materi hubungan makanan dan kesehatan di kelas V SD Negeri 040563 Sugihen Tahun Pelajaran 2020/2021”

D. Defenisi Operasional

Defenisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) adalah ilmu yang mempelajari segala tentang alam beserta semua dengan isinya.
2. Belajar Ilmu Pengetahuan Alam adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku, pengetahuan, keterampilan, dan kebiasaan sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.
3. Mengajar merupakan memberi atau menyampaikan informasi kepada orang lain, sehingga orang lain bisa sependapat dengan kita.
4. Pembelajaran merupakan proses, cara, dan perbuatan menjadikan orang atau makhluk hidup belajar.
5. Hasil belajar adalah nilai yang diperoleh siswa setelah mengikuti pembelajaran menggunakan *Metode Learning Start With a Question* Pada Mata Pelajaran IPA Hubungan Makanan dan Kesehatan di Kelas V SD Negeri 040563 Sugihen Tahun Pelajaran 2020/2021.
6. Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) adalah ilmu yang mempelajari segala tentang alam beserta semua dengan isinya.
7. Metode *Learning Start With a Question* berkaitan dengan kemampuan bertanya dan menjawab. Bertanya dapat dipandang sebagai refleksi dari

keingin tahuan individu, sedangkan menjawab pertanyaan mencerminkan kemampuan seseorang dalam berpikir

