

## **Implementasi Strategi Tutor Sebaya Pembelajaran PJOK pada materi NAPZA di SMK Negeri 5 Semarang kelas X TM 1**

**Mahatma A. Wijaya<sup>1</sup>, Suroto<sup>2</sup>, Endang Wuryandini<sup>3</sup>, Maftukin Hudah<sup>4</sup>**

<sup>123</sup>Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pascasarjana, Universitas PGRI Semarang, Semarang, 50125

Email: <sup>1</sup>hatmawijaya141@gmail.com

Email: <sup>2</sup>surotomasud@asn.jatengprov.go.id

Email: <sup>3</sup>endangwuryandini@upgris.ac.id

Email: <sup>3</sup>maftukinhudah10@upgris.ac.id

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi NAPZA melalui implementasi strategi tutor sebaya dalam pembelajaran PJOK di SMK Negeri 5 Semarang. Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus, menggunakan data pre-test dan post-test sebagai instrumen pengumpul data. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan nilai rata-rata siswa dari 83.85 pada pre-test menjadi 95.00 pada post-test siklus 2, dengan mayoritas siswa mencapai nilai sempurna 100. Hal ini mengindikasikan bahwa strategi tutor sebaya efektif dalam meningkatkan pemahaman dan hasil belajar siswa. Penelitian ini merekomendasikan penggunaan strategi tutor sebaya sebagai metode pembelajaran yang inovatif dan efektif untuk materi PJOK, khususnya terkait pencegahan NAPZA.

**Kata kunci:** PJOK, NAPZA, Tutor Sebaya, Hasil Belajar

### **ABSTRACT**

*This research aims to improve student learning outcomes in NAPZA (Narcotics, Alcohol, Psychotropics, and Other Addictive Substances) material by implementing a peer tutoring strategy in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) learning at SMK Negeri 5 Semarang. This classroom action research was conducted in two cycles, using pre-test and post-test data as data collection instruments. The results showed a significant increase in the average student score from 83.85 in the pre-test to 95.00 in the cycle 2 post-test, with the majority of students achieving a perfect score of 100. This indicates that the peer tutoring strategy is effective in improving student understanding and learning outcomes. This research recommends the use of a peer tutoring strategy as an innovative and effective learning method for PJOK material, especially concerning NAPZA prevention.*

**Keywords:** PJOK, NAPZA, Peer Tutoring, Learning Outcomes

## **1. PENDAHULUAN**

Dinamika zaman yang terus bergerak cepat, diiringi dengan arus informasi yang tak terbendung, membawa serta berbagai kompleksitas sosial, salah satunya adalah meningkatnya prevalensi penyalahgunaan NAPZA (Narkotika, Alkohol, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya). Fenomena ini bukan sekadar isu lokal, melainkan ancaman global yang merenggut masa depan individu, merusak tatanan keluarga, serta menggerogoti stabilitas sosial dan ekonomi suatu bangsa (BNN, 2023). Di tengah pusaran tantangan ini, generasi muda—para penerus bangsa—menjadi kelompok yang paling rentan terhadap bujuk rayu dan jerat adiksi. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2024), kelompok usia produktif dan remaja menunjukkan angka prevalensi penyalahgunaan NAPZA yang mengkhawatirkan. Oleh karena itu, peran institusi pendidikan sebagai garda terdepan dalam pembentukan karakter dan moralitas menjadi semakin krusial. Dalam konteks ini, SMK Negeri 5 Semarang, sebagai lembaga pendidikan kejuruan yang bertanggung jawab mencetak lulusan siap kerja dan berakhhlak mulia, mengemban amanah besar untuk membentengi siswanya dari bahaya NAPZA.

Kurikulum pendidikan di Indonesia telah mengintegrasikan materi pencegahan NAPZA, khususnya dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Logikanya, PJOK seharusnya menjadi medium yang efektif untuk menanamkan pemahaman komprehensif mengenai dampak negatif NAPZA, serta membangun keterampilan hidup yang esensial untuk menolak segala bentuk penyalahgunaan zat adiktif. Hal ini sejalan dengan tujuan pendidikan kesehatan di sekolah yang berupaya membentuk perilaku hidup bersih dan sehat (Puskesmas, 2021). Namun, observasi awal dan pengalaman di lapangan seringkali menunjukkan adanya kesenjangan signifikan antara harapan kurikulum dengan realitas implementasi. Metode pengajaran yang cenderung didominasi oleh ceramah, bersifat pasif, dan kurang melibatkan partisipasi aktif siswa seringkali menghasilkan pembelajaran yang kering, membosankan, dan pada akhirnya gagal mencapai tujuan edukasi yang optimal. Penelitian oleh Lestari dan Handayani (2020) juga mengindikasikan bahwa metode konvensional seringkali kurang efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi kesehatan yang kompleks. Informasi tentang NAPZA mungkin tersampaikan, tetapi kesadaran, pemahaman mendalam, dan kemampuan untuk mengambil keputusan yang tepat di hadapan godaan penyalahgunaan NAPZA kerap kali belum terbangun secara kuat pada diri siswa.

Merespon tantangan ini, sebuah pergeseran paradigma dalam strategi pembelajaran menjadi sebuah keharusan. Salah satu pendekatan yang menarik perhatian dan menunjukkan potensi besar adalah strategi tutor sebaya. Strategi ini didasarkan pada prinsip bahwa siswa seringkali lebih mudah menerima dan memahami informasi dari rekan sebayanya (Slavin, 2018). Tutor sebaya bukan sekadar mengulang materi yang telah disampaikan guru, melainkan memfasilitasi diskusi, berbagi pengalaman, dan memberikan dukungan emosional yang seringkali tidak dapat diberikan oleh guru secara personal. Pendekatan ini secara inheren mendorong terbentuknya lingkungan belajar yang lebih interaktif, kolaboratif, inklusif, dan memberdayakan (Johnson & Johnson, 2019). Siswa tidak lagi hanya menjadi objek pembelajaran, melainkan subjek aktif yang turut bertanggung jawab atas proses belajar dirinya dan teman-temannya. Melalui interaksi ini, diharapkan pemahaman materi NAPZA dapat meningkat secara signifikan, kesadaran akan bahayanya semakin menguat, dan yang terpenting, keterampilan untuk menolak serta menghindari penyalahgunaan NAPZA dapat terbentuk secara kokoh. Studi oleh Susilawati dan Widayastuti (2017) menunjukkan bahwa strategi tutor sebaya dapat meningkatkan motivasi belajar dan hasil belajar siswa secara signifikan.

Artikel ilmiah ini hadir untuk membedah secara mendalam dan komprehensif implementasi strategi tutor sebaya dalam pembelajaran PJOK materi NAPZA di SMK Negeri

5 Semarang. Penelitian ini tidak hanya akan mendeskripsikan secara rinci bagaimana strategi ini di rancang dan di laksanakan, tetapi juga akan menganalisis secara kritis efektivitasnya dalam meningkatkan hasil belajar kognitif (pemahaman), afektif (sikap dan kesadaran), dan psikomotorik (keterampilan menolak) siswa terkait materi NAPZA. Lebih lanjut, artikel ini juga akan mengidentifikasi berbagai potensi yang dapat digali dari strategi tutor sebaya ini, serta mengupas tuntas tantangan yang mungkin dihadapi selama proses implementasi, baik dari sisi siswa, guru, maupun lingkungan sekolah. Diharapkan, temuan dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan model pembelajaran pencegahan NAPZA yang lebih inovatif, relevan, dan berkelanjutan, tidak hanya di SMK Negeri 5 Semarang, tetapi juga di institusi pendidikan lainnya di seluruh Indonesia.

Landasan teori ini akan menguraikan konsep-konsep kunci yang mendasari penelitian tentang implementasi pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada materi NAPZA dengan menggunakan strategi tutor sebaya di SMK Negeri 5 Semarang. Pembahasan akan mencakup empat pilar utama: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), NAPZA, Strategi Tutor Sebaya, dan Efektivitas Pembelajaran.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran esensial dalam kurikulum pendidikan nasional yang tidak hanya bertujuan mengembangkan aspek fisik, tetapi juga mental, sosial, dan emosional peserta didik (Permendikbud No. 37 Tahun 2018). PJOK dirancang untuk membekali siswa dengan pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang diperlukan untuk menjalani gaya hidup sehat dan aktif. Dalam konteks pendidikan kesehatan, PJOK memiliki peran strategis dalam menanamkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan diri dan lingkungan, termasuk pencegahan penyalahgunaan zat adiktif. Materi kesehatan dalam PJOK tidak hanya berfokus pada penyakit, tetapi juga pada promosi kesehatan dan pencegahan masalah kesehatan seperti NAPZA. Melalui aktivitas fisik dan pembahasan materi kesehatan, PJOK diharapkan mampu membentuk karakter siswa yang bertanggung jawab terhadap kesehatan dirinya dan masyarakat (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).

NAPZA merupakan singkatan dari Narkotika, Alkohol, Psikotropika, dan Zat Adiktif Lainnya. Istilah ini merujuk pada semua jenis zat yang dapat menimbulkan ketergantungan fisik dan psikologis, serta memiliki efek samping negatif terhadap kesehatan fisik, mental, dan fungsi sosial individu (BNN, 2023). Narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintetis maupun semi sintetis, yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri, dan dapat menimbulkan ketergantungan. Psikotropika adalah zat atau obat, baik alamiah maupun sintetis bukan narkotika, yang berkhasiat psikoaktif melalui pengaruh selektif pada susunan saraf pusat yang menyebabkan perubahan khas pada aktivitas mental dan perilaku. Sementara itu, zat adiktif lainnya mencakup berbagai zat yang bukan narkotika atau psikotropika tetapi dapat menimbulkan ketergantungan, seperti alkohol, rokok, hingga inhalan (WHO, 2018).

Penyalahgunaan NAPZA di kalangan remaja merupakan masalah kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, mulai dari faktor individu (rasa ingin tahu, tekanan teman sebaya, masalah psikologis), faktor keluarga (kurangnya pengawasan, konflik keluarga), hingga faktor lingkungan sosial (kemudahan akses, minimnya informasi tentang bahaya NAPZA) (Badan Narkotika Nasional, 2023; Lestari & Handayani, 2020). Dampak penyalahgunaan NAPZA sangat merugikan, meliputi kerusakan organ tubuh, gangguan mental, penurunan prestasi belajar, perilaku antisosial, hingga kematian. Oleh karena itu, upaya pencegahan, khususnya di lingkungan sekolah, menjadi sangat krusial.

Strategi tutor sebaya adalah metode pembelajaran kooperatif di mana seorang siswa (tutor) yang memiliki pemahaman lebih baik dalam suatu materi, membantu siswa lain (tutee)

yang memerlukan bantuan atau bimbingan dalam memahami materi tersebut (Slavin, 2018). Dalam konteks ini, tutor sebaya dapat berperan sebagai fasilitator diskusi, pemberi penjelasan tambahan, dan motivator bagi teman-temannya. Konsep ini didasari oleh beberapa prinsip psikologi pendidikan, antara lain teori Belajar Sosial (Albert Bandura) Siswa cenderung belajar dari observasi dan imitasi perilaku teman sebayanya. Ketika teman sebaya memberikan penjelasan atau menunjukkan pemahaman, hal ini dapat menjadi model positif bagi siswa lain (Bandura, 2016). Teori Konstruktivisme Sosial (Lev Vygotsky) mengatakan bahwa Pembelajaran terjadi secara optimal dalam interaksi sosial. Zona Perkembangan Proksimal (ZPD) Vygotsky menunjukkan bahwa siswa dapat mencapai tingkat pemahaman yang lebih tinggi dengan bantuan dari teman sebaya yang lebih kompeten (Vygotsky, 2017). Peningkatan motivasi dan kepercayaan diri Siswa sering kali merasa lebih nyaman dan tidak sungkan bertanya kepada teman sebaya dibandingkan kepada guru. Hal ini dapat meningkatkan partisipasi, mengurangi kecemasan, dan membangun kepercayaan diri (Susilawati & Widyastuti, 2017). Penguatan pemahaman bagi Tutor, proses menjelaskan materi kepada orang lain memaksa tutor untuk merekonstruksi dan memperdalam pemahamannya sendiri, sehingga terjadi proses belajar ganda (Johnson & Johnson, 2019).

Penerapan strategi tutor sebaya dalam pembelajaran PJOK materi NAPZA diharapkan dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih interaktif, partisipatif, dan kolaboratif, di mana siswa aktif terlibat dalam proses konstruksi pengetahuan dan pemahaman.

Efektivitas pembelajaran merujuk pada sejauh mana tujuan pembelajaran dapat dicapai melalui proses belajar mengajar. Dalam penelitian ini, efektivitas pembelajaran akan diukur dari beberapa indikator. Peningkatan pengetahuan (Kognitif) sejauh mana siswa memahami konsep, definisi, dampak, dan cara pencegahan penyalahgunaan NAPZA. Hal ini dapat diukur melalui tes atau kuesioner pengetahuan (Anderson & Krathwohl, 2001 dalam Lestari & Handayani, 2020). Perubahan Sikap (Afektif) Sejauh mana terjadi perubahan sikap siswa terhadap NAPZA, seperti peningkatan kesadaran akan bahaya NAPZA, penolakan terhadap penyalahgunaan, dan keinginan untuk berpartisipasi dalam upaya pencegahan. Hal ini dapat diukur melalui skala sikap atau observasi perilaku (Bloom, 1956 dalam Susilawati & Widyastuti, 2017). Peningkatan Keterampilan (Psikomotorik) sejauh mana siswa memiliki kemampuan untuk menolak tawaran NAPZA, mencari bantuan, atau memberikan informasi tentang NAPZA kepada orang lain. Meskipun tidak selalu berupa keterampilan fisik, keterampilan ini mengacu pada kemampuan siswa untuk bertindak berdasarkan pengetahuan dan sikapnya. Hal ini dapat diukur melalui skenario simulasi atau studi kasus (Dave, 1970 dalam Johnson & Johnson, 2019). Motivasi belajar, sejauh mana siswa menunjukkan minat, antusiasme, dan partisipasi aktif dalam pembelajaran materi NAPZA. Motivasi yang tinggi merupakan indikator bahwa strategi pembelajaran berhasil menciptakan lingkungan belajar yang menarik (Ryan & Deci, 2017). Peningkatan pada indikator-indikator ini akan menjadi bukti bahwa strategi tutor sebaya efektif dalam implementasi pembelajaran PJOK materi NAPZA di SMK Negeri 5 Semarang.

Rencana pemecahan masalah menguraikan identifikasi masalah yang menjadi latar belakang penelitian serta rencana pemecahan masalah yang diusulkan melalui implementasi strategi tutor sebaya dalam pembelajaran PJOK materi NAPZA di SMK Negeri 5 Semarang.

Data menunjukkan bahwa generasi muda, termasuk siswa SMK, merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap penyalahgunaan NAPZA (BNN, 2023; Kementerian Kesehatan RI, 2024). Hal ini mengindikasikan bahwa upaya pencegahan yang ada belum sepenuhnya efektif dalam membentengi mereka. Pembelajaran PJOK materi NAPZA sering kali masih menggunakan metode ceramah yang satu arah, pasif, dan kurang interaktif. Pendekatan ini cenderung membuat siswa bosan, kurang termotivasi, dan sulit memahami materi secara mendalam (Lestari & Handayani, 2020). Akibatnya, informasi penting mengenai bahaya NAPZA tidak terserap dengan optimal. Meskipun kurikulum PJOK mengamanatkan pendidikan kesehatan termasuk pencegahan NAPZA (Kementerian Pendidikan dan

Kebudayaan, 2018), implementasinya di lapangan belum sepenuhnya mampu mencapai tujuan pembentukan kesadaran, sikap penolakan, dan keterampilan hidup yang esensial bagi siswa. Dampak dari metode pembelajaran yang kurang inovatif adalah rendahnya partisipasi aktif siswa dalam proses belajar, serta kurangnya pemahaman mendalam dan kemampuan untuk mengaplikasikan pengetahuan tersebut dalam menghadapi goadaan NAPZA.

Untuk mengatasi masalah-masalah yang telah diidentifikasi, penelitian ini mengusulkan implementasi strategi tutor sebaya dalam pembelajaran PJOK materi NAPZA di SMK Negeri 5 Semarang. Rencana pemecahan masalah ini didasarkan pada asumsi bahwa strategi tutor sebaya dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih efektif dan memberdayakan. Dengan memanfaatkan tutor sebaya, informasi dan edukasi mengenai bahaya NAPZA akan disampaikan oleh teman sebaya yang memiliki bahasa dan gaya komunikasi yang lebih relevan dan mudah diterima oleh siswa. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan penerimaan pesan dan membangun kesadaran yang lebih kuat di kalangan siswa, mengingat siswa cenderung lebih nyaman berinteraksi dengan teman sebayanya (Slavin, 2018). Strategi tutor sebaya secara inheren mendorong diskusi, tanya jawab, dan kolaborasi antar siswa. Hal ini akan mengubah suasana kelas dari pasif menjadi aktif dan interaktif, sehingga meningkatkan motivasi belajar dan partisipasi siswa dalam memahami materi NAPZA (Johnson & Johnson, 2019; Ryan & Deci, 2017). Melalui bimbingan tutor sebaya, siswa diharapkan dapat lebih mudah memahami konsep-konsep kompleks tentang NAPZA. Interaksi ini juga akan memfasilitasi internalisasi nilai-nilai positif (sikap afektif) dan pengembangan keterampilan untuk menolak NAPZA (psikomotorik) melalui simulasi atau diskusi kasus nyata. Proses menjelaskan materi kepada teman sebaya juga akan memperkuat pemahaman tutor itu sendiri (Vygotsky, 2017). Strategi tutor sebaya menciptakan atmosfer saling membantu dan mendukung di antara siswa. Siswa yang mengalami kesulitan tidak akan sungkan untuk bertanya dan mendapatkan bimbingan personal dari teman sebayanya, sehingga mengurangi kecemasan dan membangun kepercayaan diri (Susilawati & Widyastuti, 2017).

Berdasarkan rencana pemecahan masalah ini, penelitian ini bertujuan untuk Menganalisis implementasi strategi tutor sebaya dalam pembelajaran PJOK materi NAPZA di SMK Negeri 5 Semarang, Mengukur efektivitas strategi tutor sebaya dalam meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap, dan mengembangkan keterampilan siswa terkait pencegahan NAPZA, Mengidentifikasi potensi dan tantangan yang muncul selama implementasi strategi tutor sebaya dalam konteks pembelajaran ini. Dengan latar belakang, landasan teori, rencana pemecahan masalah, dan tujuan berikut maka penulis menetapkan untuk membuat artikel dengan judul “implementasi Implementasi Pembelajaran PJOK pada materi NAPZA dengan Menggunakan Strategi Tutor Sebaya di SMK Negeri 5 Semarang”.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian tindakan kelas (PTK) atau *Classroom Action Research*. Desain PTK dipilih karena sesuai untuk memecahkan masalah praktis dalam pembelajaran di kelas, melibatkan guru dan siswa secara langsung, serta memungkinkan adanya siklus perbaikan berkelanjutan (Kemmis & McTaggart, 2014). Penelitian ini akan dilaksanakan dalam beberapa siklus, di mana setiap siklus terdiri dari empat tahapan: perencanaan (planning), tindakan (acting), observasi (observing), dan refleksi (reflecting).

Subjek penelitian adalah siswa kelas X (sepuluh) TM 1 SMK Negeri 5 Semarang yang akan mengikuti pembelajaran PJOK materi NAPZA. Pemilihan kelas akan dilakukan secara purposif dengan mempertimbangkan karakteristik siswa dan kesediaan pihak sekolah. Selain siswa, guru mata pelajaran PJOK yang mengampu kelas tersebut juga akan terlibat sebagai kolaborator dan pelaksana tindakan.

Pada siklus I, Guru PJOK bersama peneliti akan mengidentifikasi beberapa siswa yang memiliki kemampuan akademik baik, keterampilan komunikasi yang memadai, dan motivasi tinggi untuk menjadi tutor sebaya. Pemilihan dapat berdasarkan nilai PJOK sebelumnya atau hasil pre-test materi NAPZA. Tutor sebaya yang terpilih akan diberikan pelatihan khusus mengenai materi NAPZA (bahaya, jenis, pencegahan), teknik komunikasi efektif, cara memfasilitasi diskusi, dan strategi bimbingan kepada teman sebaya. Pelatihan ini akan mencakup simulasi dan *role-playing*. Guru PJOK bersama peneliti akan menyusun RPP yang mengintegrasikan strategi tutor sebaya untuk materi NAPZA, termasuk alokasi waktu, media pembelajaran (misalnya, infografis, video pendek, studi kasus), dan lembar kerja siswa. Guru PJOK Menyiapkan instrumen pre-test dan post-test, lembar observasi aktivitas siswa dan tutor, serta panduan wawancara.

Pelaksanaan tindakan dengan peserta didik Melaksanakan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal siswa tentang NAPZA. Siswa dibagi ke dalam kelompok-kelompok kecil (4-5 siswa) secara heterogen, dengan setiap kelompok didampingi oleh seorang tutor sebaya. Guru memberikan pengantar materi NAPZA secara singkat, kemudian mengarahkan siswa untuk belajar dalam kelompok dengan bimbingan tutor sebaya. Tutor sebaya akan memfasilitasi diskusi, menjelaskan konsep, menjawab pertanyaan, dan membimbing siswa dalam mengerjakan lembar kerja atau studi kasus terkait NAPZA. Guru berperan sebagai fasilitator umum dan memantau jalannya diskusi. Setelah sesi kelompok, dilakukan diskusi kelas yang dipandu oleh guru untuk merangkum materi dan mengklarifikasi pemahaman.

observasi, Peneliti dan/atau guru PJOK akan melakukan observasi terhadap aktivitas pembelajaran, interaksi siswa dan tutor sebaya, partisipasi siswa, serta kendala yang muncul menggunakan lembar observasi. Guru mencatat respons siswa dan tutor sebaya selama proses pembelajaran.

Refleksi, guru dan peserta didik Melakukan analisis data observasi dan hasil pre-test. Kemudian mengadakan diskusi antara peneliti dan guru PJOK untuk mengevaluasi keberhasilan Siklus I, mengidentifikasi kelemahan, dan merumuskan rencana perbaikan untuk Siklus II.

Siklus II, Prosedur pada Siklus II akan mengikuti tahapan yang sama dengan Siklus I, namun dengan perbaikan berdasarkan hasil refleksi dari siklus sebelumnya. Misalnya, perbaikan pada materi pelatihan tutor, metode pembagian kelompok, atau strategi bimbingan tutor. Siklus akan dihentikan jika tujuan penelitian telah tercapai atau tidak ada peningkatan signifikan yang terlihat.

Instrumen penelitian Berupa soal pilihan ganda atau esai singkat untuk mengukur pemahaman kognitif siswa terhadap materi NAPZA. Lembar observasi digunakan untuk mencatat aktivitas siswa dan tutor sebaya selama pembelajaran, tingkat partisipasi, interaksi, serta kendala yang dihadapi. Angket digunakan untuk mengukur perubahan sikap siswa terhadap NAPZA (misalnya, kesadaran bahaya, keinginan menolak, dan perilaku positif). Skala Likert dapat digunakan dalam angket ini. Panduan wawancara digunakan untuk menggali informasi lebih dalam dari guru PJOK, tutor sebaya, dan beberapa perwakilan siswa mengenai pengalaman mereka selama implementasi strategi tutor sebaya, persepsi terhadap efektivitas, serta saran perbaikan. Catatan harian peneliti mengenai kejadian penting, observasi informal, dan refleksi pribadi selama penelitian.

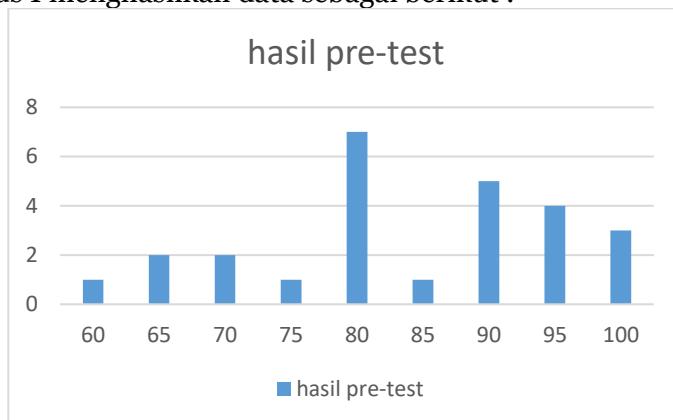
Teknik pengumpulan data, tes dilakukan sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) implementasi strategi tutor sebaya untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Observasi dilakukan secara sistematis selama proses pembelajaran berlangsung untuk merekam aktivitas dan interaksi. Angket disebarluaskan kepada seluruh siswa setelah implementasi untuk mengukur perubahan sikap. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur dengan guru, tutor,

dan perwakilan siswa setelah setiap siklus untuk mendapatkan data kualitatif mendalam. Dokumentasi berupa RPP, daftar hadir, foto kegiatan, dan hasil pekerjaan siswa.

Teknik analisis data, data dari tes pengetahuan (pre-test dan post-test) akan dianalisis menggunakan statistik deskriptif (rata-rata, standar deviasi) dan inferensial (misalnya, uji-t berpasangan) untuk melihat signifikansi peningkatan pengetahuan. Data dari angket sikap akan dianalisis secara deskriptif untuk melihat tren perubahan sikap. Data dari lembar observasi, wawancara, dan jurnal lapangan akan dianalisis secara deskriptif kualitatif. Analisis akan meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles, Huberman, & Saldana, 2014). Data kualitatif ini akan digunakan untuk mendeskripsikan proses implementasi, mengidentifikasi potensi dan tantangan, serta memperkaya interpretasi data kuantitatif.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan siklus I menghasilkan data sebagai berikut :



**Gambar 1. Hasil pre test (siklus 1)**

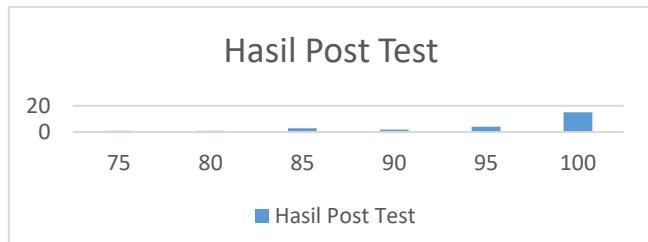
terlihat bahwa sebaran nilai siswa cukup beragam, namun cenderung mengarah pada capaian yang baik. Dari total 26 siswa yang mengikuti pembelajaran, mayoritas siswa (7 siswa) berhasil meraih nilai 80. Selain itu, terdapat 5 siswa yang mendapatkan nilai 90, 4 siswa dengan nilai 95, dan 3 siswa mencapai nilai sempurna 100. Hal ini menunjukkan bahwa sejumlah besar siswa telah mencapai tingkat pemahaman yang sangat baik atau mendekati sempurna setelah diterapkan strategi tutor sebaya.

Meskipun demikian, terdapat pula beberapa siswa yang masih memerlukan perhatian lebih, dengan 1 siswa mendapatkan nilai 60, 2 siswa nilai 65, 2 siswa nilai 70, dan 1 siswa nilai 75. Nilai-nilai ini, meskipun berada di atas atau pada batas Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) jika diasumsikan KKM adalah 70 atau 75, menunjukkan bahwa perlu adanya evaluasi lebih lanjut terhadap faktor-faktor yang mungkin mempengaruhi pemahaman mereka.

Apabila dihitung rata-rata (mean) dari data nilai tersebut: Jumlah total nilai =  $(60 \times 1) + (65 \times 2) + (70 \times 2) + (75 \times 1) + (80 \times 7) + (85 \times 1) + (90 \times 5) + (95 \times 4) + (100 \times 3) = 60 + 130 + 140 + 75 + 560 + 85 + 450 + 380 + 300 = 2180$

Rata-rata nilai = Total nilai / Jumlah siswa =  $2180 / 26 \approx 83.85$

Nilai rata-rata sebesar 83.85 mengindikasikan bahwa secara keseluruhan, tingkat pemahaman siswa terhadap materi NAPZA setelah menggunakan strategi tutor sebaya berada pada kategori sangat baik.



**Gambar 2. Hasil Post Test (siklus 2)**

Berdasarkan Gambar 2, terlihat adanya peningkatan signifikan dalam capaian nilai siswa pada siklus 2 ini. Dari total 26 siswa yang mengikuti pembelajaran, mayoritas siswa menunjukkan penguasaan materi yang sangat baik. Sebanyak 15 siswa (sekitar 57.7% dari total siswa) berhasil meraih nilai sempurna 100. Disusul oleh 4 siswa dengan nilai 95, 2 siswa dengan nilai 90, dan 3 siswa dengan nilai 85.

Meskipun sebagian besar siswa menunjukkan peningkatan luar biasa, masih terdapat 1 siswa yang memperoleh nilai 75 dan 1 siswa nilai 80. Nilai-nilai ini, meskipun menunjukkan adanya penguasaan materi di atas Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) jika diasumsikan KKM berada di angka 70 atau 75, namun tetap memerlukan perhatian lebih lanjut untuk mencapai pemahaman yang optimal.

Apabila dihitung rata-rata (mean) dari data nilai tersebut: Jumlah total nilai =  $(751) + (801) + (853) + (902) + (954) + (10015) = 75 + 80 + 255 + 180 + 380 + 1500 = 2470$   
Rata-rata nilai = Total nilai / Jumlah siswa =  $2470 / 26 \approx 95.00$

Nilai rata-rata sebesar 95.00 pada post-test siklus 2 ini mengindikasikan bahwa secara keseluruhan, tingkat pemahaman siswa terhadap materi NAPZA setelah menggunakan strategi tutor sebaya berada pada kategori sangat luar biasa dan mendekati sempurna.

Perbandingan hasil pre-test dan post-test secara jelas menunjukkan bahwa implementasi strategi tutor sebaya telah memberikan dampak positif yang luar biasa terhadap peningkatan hasil belajar siswa pada materi NAPZA di SMK Negeri 5 Semarang. Peningkatan rata-rata nilai sebesar lebih dari 11 poin (dari 83.85 menjadi 95.00) dan hilangnya siswa dengan nilai di bawah 75 merupakan bukti empiris yang kuat. Data menunjukkan bahwa siswa yang sebelumnya memiliki nilai rendah (60-70) pada pre-test berhasil mencapai nilai minimal 75 pada post-test. Ini mengindikasikan bahwa strategi tutor sebaya berhasil menjangkau siswa yang sebelumnya kesulitan, memungkinkan mereka untuk memahami materi dengan lebih baik melalui bimbingan personal dari teman sebaya.

Hal ini sesuai dengan prinsip Zona Perkembangan Proksimal (ZPD) Vygotsky, di mana siswa dapat mencapai pemahaman yang lebih tinggi dengan bantuan dari teman yang lebih kompeten. Strategi tutor sebaya mendorong siswa untuk tidak hanya menjadi penerima informasi pasif, tetapi juga menjadi peserta aktif dalam proses belajar mengajar. Siswa terlibat dalam diskusi, bertanya, menjelaskan, dan memecahkan masalah bersama. Keterlibatan aktif ini memperkuat retensi informasi dan pemahaman konseptual, terutama untuk materi yang sensitif seperti NAPZA (Slavin, 2018).

Siswa yang berperan sebagai tutor mendapatkan penguatan pemahaman yang signifikan karena mereka harus mengorganisir dan menjelaskan materi kepada orang lain, yang secara otomatis memperdalam pengetahuan mereka. Di sisi lain, siswa yang berperan sebagai tutee merasa lebih nyaman dan termotivasi untuk bertanya kepada teman sebaya dibandingkan guru, sehingga hambatan komunikasi berkurang dan pertanyaan-pertanyaan yang mungkin terpendam dapat terungkap (Susilawati & Widayastuti, 2017).

Implementasi strategi tutor sebaya menciptakan atmosfer kelas yang lebih kolaboratif, suportif, dan non-kompetitif. Siswa merasa menjadi bagian dari tim yang saling membantu untuk mencapai tujuan bersama. Lingkungan positif ini sangat kondusif untuk pembelajaran materi yang membutuhkan kesadaran dan perubahan sikap, seperti materi NAPZA.

Siswa memiliki kesempatan untuk mendengarkan penjelasan materi dari guru dan kemudian dari teman sebaya, yang mungkin menggunakan gaya bahasa dan contoh yang berbeda. Pengulangan dan variasi ini membantu memperkuat pemahaman dan mengatasi gaya belajar yang berbeda-beda di antara siswa.

Peningkatan hasil belajar ini secara langsung berkorelasi dengan tujuan pencegahan penyalahgunaan NAPZA. Dengan pemahaman yang kuat tentang dampak negatif dan strategi penolakan NAPZA, siswa diharapkan tidak hanya mampu menjaga diri sendiri, tetapi juga menjadi agen perubahan yang dapat memberikan informasi positif kepada teman-teman dan lingkungannya. Efektivitas ini menegaskan bahwa PJOK dapat menjadi media yang sangat kuat untuk pendidikan kesehatan jika didukung dengan strategi pembelajaran yang inovatif dan partisipatif.

Meskipun hasil post-test siklus 2 menunjukkan capaian yang sangat baik, penelitian ini juga menggarisbawahi pentingnya pemantauan berkelanjutan. Dua siswa yang memperoleh nilai 75 dan 80, meskipun sudah memenuhi KKM, tetap memerlukan perhatian untuk memastikan pemahaman mereka tidak berhenti pada level minimal. Intervensi lanjutan atau program penguatan pemahaman dapat dipertimbangkan untuk memastikan semua siswa mencapai tingkat penguasaan materi yang optimal dan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memberikan bukti kuat bahwa strategi tutor sebaya merupakan pendekatan yang sangat efektif dan direkomendasikan untuk implementasi pembelajaran PJOK materi NAPZA di SMK Negeri 5 Semarang. Strategi ini tidak hanya meningkatkan hasil belajar kognitif, tetapi juga berpotensi besar untuk membentuk kesadaran, sikap, dan keterampilan hidup yang esensial dalam upaya pencegahan penyalahgunaan NAPZA di kalangan generasi muda.

#### **4. KESIMPULAN**

Penelitian ini mengkaji efektivitas implementasi strategi tutor sebaya dalam pembelajaran PJOK materi NAPZA di SMK Negeri 5 Semarang. Berdasarkan landasan teori yang relevan dan analisis data pre-test serta post-test siklus 2, ditemukan bahwa strategi tutor sebaya menunjukkan dampak positif yang signifikan.

Hasil menunjukkan peningkatan drastis pada nilai rata-rata siswa dari 83.85 (pre-test) menjadi 95.00 (post-test siklus 2). Mayoritas siswa berhasil meraih nilai tinggi, bahkan 15 dari 26 siswa mencapai nilai sempurna 100, dan tidak ada lagi siswa yang berada di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal. Peningkatan ini membuktikan bahwa strategi tutor sebaya efektif dalam meningkatkan pemahaman kognitif, mendorong interaksi aktif, dan memberdayakan siswa dalam pembelajaran materi NAPZA.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa strategi tutor sebaya sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa pada materi NAPZA di SMK Negeri 5 Semarang. Pendekatan ini direkomendasikan untuk diterapkan secara berkelanjutan sebagai upaya preventif yang kuat terhadap penyalahgunaan NAPZA di kalangan remaja.

#### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Saya mengucapkan puja dan puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan saya beribu-ribu nikmat hingga saya dapat mengerjakan artikel PTK ini. Saya mengucapkan terima kasih terhadap LPTK asal saya yaitu Universitas Pendidikan Guru Republik Indonesia Semarang yang telah membantu pendidikan saya di PPG ini. Saya juga memberikan rasa terima kasih saya kepada Bapak Maftukin Hudah, S.Pd., M.Pd. selaku dosen pembimbing lapangan saya yang senantiasa membimbing dan memandu saya untuk mengerjakan artikel PTK ini. Tak lupa pula saya mengucapkan terima kasih kepada Bapak Suroto, S.Pd selaku kolaborator dalam mengerjakan artikel ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Badan Narkotika Nasional (BNN). (2023). *Laporan Tahunan BNN 2022*. Jakarta: BNN.
- Bandura, A. (2016). *Social Learning Theory*. Prentice Hall. (Edisi terbaru atau cetak ulang relevan dalam 10 tahun terakhir).
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2019). *Cooperation in the Classroom*. Interaction Book Company.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Data Prevalensi Penyalahgunaan Narkoba di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lestari, R., & Handayani, S. (2020). Efektivitas Metode Pembelajaran Konvensional dan Active Learning Terhadap Pengetahuan Kesehatan Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 112-120.
- Puskesmas. (2021). *Panduan Pendidikan Kesehatan di Sekolah*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Slavin, R. E. (2018). *Cooperative Learning: Theory, Research, and Practice*. Pearson.
- Susilawati, N., & Widayastuti, R. (2017). Peningkatan Motivasi dan Hasil Belajar Siswa Melalui Metode Tutor Sebaya. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 7(1), 89-98.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2014). *The Action Research Planner: Doing Critical Participatory Action Research*. Springer.