

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini akan menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Metode ini bertujuan untuk menggali dan mendeskripsikan secara mendalam bentuk-bentuk gangguan emosi yang dialami siswa selama pembelajaran pendidikan jasmani. Kualitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengalaman, perasaan, dan persepsi siswa terhadap pembelajaran penjas. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan *Fenomenologi*, yang dimana *Fenomenologi* merupakan pendekatan ilmiah yang berfokus untuk mengkaji dan meneliti pengalaman yang dialami oleh suatu individu, kelompok, atau makhluk hidup. Pendekatan ini memusatkan perhatian pada peristiwa menarik yang terjadi dan menjadi bagian dari pengalaman hidup dari subjek penelitian (Nasir dkk., 2023). Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam satu sekolah dasar yang dijadikan subjek penelitian. Dengan pendekatan ini, penelitian dapat berfokus pada fenomena gangguan emosi yang dialami oleh siswa kelas V dalam konteks pembelajaran penjas.

3.2 Partisipan dan Tempat Penelitian

3.2.1 Partisipan

Dalam penelitian ini, informan merupakan individu yang terlibat secara langsung dan memberikan wawasan serta pengalaman yang relevan dengan topik yang dikaji Sugiyono dalam (Rivki dkk., 2019). Mereka tidak hanya berperan sebagai subjek penelitian, tetapi juga sebagai sumber informasi yang dapat dipercaya untuk membantu peneliti dalam memahami dan menganalisis permasalahan yang kompleks. Pengambilan informan dalam penelitian ini berfokus pada subjek yang diperkirakan memiliki atau yang kaya akan pengalaman terhadap fenomena yang hendak diteliti. Dengan pendekatan ini, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai gangguan emosi dasar dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Dalam penelitian ini, informan yang terlibat berjumlah 12 orang, terdiri dari 10 siswa kelas 5 yang terindikasi pernah mengalami

gangguan-gangguan emosi dasar tersebut ketika pembelajaran Penjas, 2 guru yang meliputi guru Pendidikan Jasmani dan guru kelas V.

3.2.2 Tempat Penelitian

Penelitian di laksanakan di salah satu sekolah dasar yaitu SDN Bendungan II yang berada di Kecamatan Sumedang Utara, Kabupaten Sumedang, Provinsi Jawa Barat. Lokasi ini dipilih karena sesuai dengan pendekatan *fenomenologi* yang digunakan dalam penelitian ini, di mana peneliti berfokus pada pengalaman langsung partisipan dalam memahami fenomena yang diteliti.

3.3 Instrumen

Instrumen terdiri dari pedoman observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pedoman observasi disusun untuk memandu peneliti dalam mengamati perilaku dan kondisi siswa selama proses pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung. Observasi dilakukan secara partisipatif dan bertujuan untuk menangkap fenomena yang berkaitan dengan ekspresi emosi dasar siswa, seperti kecemasan, ketakutan, dan kemarahan, baik sebelum, selama, maupun setelah kegiatan pembelajaran. Pedoman wawancara digunakan untuk menggali informasi secara mendalam dari partisipan, baik siswa maupun guru pendidikan jasmani dan guru kelas. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur, sehingga memberikan fleksibilitas bagi peneliti untuk mengeksplorasi pengalaman dan pandangan informan terkait bentuk-bentuk gangguan emosi dasar dan faktor-faktor yang melatarbelakanginya. Dokumentasi digunakan sebagai instrumen pendukung yang berfungsi untuk memperkuat data dari hasil observasi dan wawancara. Yang terakhir adalah Dokumentasi yang dikumpulkan berupa foto kegiatan selama pembelajaran yang relevan dengan pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani baik dalam melakukan observasi lapangan maupun ketika melakukan wawancara.

3.3.1 Indikator Gangguan Emosi Dasar

Dengan merujuk pada teori Paul Ekman (1992), ketiga indikator emosi dasar yang menjadi fokus dalam penelitian ini yaitu marah, takut, dan gelisah termasuk ke dalam jenis emosi dasar yang umum dialami oleh manusia dan dapat dikenali melalui ekspresi serta perilakunya. Emosi-emosi tersebut sering muncul dalam situasi sosial, termasuk dalam aktivitas fisik seperti pembelajaran pendidikan jasmani. Untuk memperdalam identifikasi bentuk gangguan emosi dasar tersebut dalam ruang lingkup pendidikan, peneliti mengacu pada indikator yang dikemukakan oleh Kamtomo (1986:45), yang secara sistematis menguraikan ciri-ciri dan pemicu dari masing-masing emosi dasar. Indikator ini dijadikan dasar dalam menyusun instrumen observasi dan wawancara, guna mengidentifikasi ekspresi emosional siswa yang muncul dalam proses pembelajaran jasmani. Berikut adalah tabel indikator gangguan emosi dasar :

Tabel 3.1 Indikator Gangguan Emosi Dasar

No	Indikator Emosi	Ciri-ciri/Gejala	Situasi Pemicu dalam Pelajaran Penjas
1.	Marah	1. Siswa tampak frustrasi atau kesal. 2. Siswa sering meledak secara verbal atau fisik. 3. Siswa menarik diri dari aktivitas setelah merasa gagal.	1. Gagal melakukan gerakan fisik. 2. Konflik dengan teman sekelas atau guru. 3. Tekanan berkompetisi yang tinggi.
2.	Takut	1. Siswa menghindari aktivitas tertentu. 2. Terlihat ragu atau cemas sebelum mencoba gerakan baru. 3. Mengalami kecemasan saat dihadapkan pada tugas fisik yang menantang.	1. Aktivitas fisik yang menantang atau berisiko cedera. 2. Takut diejek teman jika gagal. 3. Tidak percaya diri untuk tampil di depan umum.
3.	Gelisah	1. Siswa tampak tidak tenang atau resah. 2. Sulit fokus pada instruksi guru. 3. Kerap menunjukkan tanda-tanda stres, seperti keringat dingin atau gemetar.	1. Ketidakpastian tentang tugas fisik yang harus dilakukan. 2. Merasa diawasi atau dinilai oleh teman sekelas. 3. Kompetisi yang tinggi dan kompetitif.

Berdasarkan Tabel Indikator 3.1, peneliti menjadikan pedoman tersebut sebagai dasar utama dalam mengumpulkan dan menganalisis data terkait bentuk gangguan emosi dasar yang muncul selama pembelajaran Pendidikan Jasmani. Setiap emosi marah, takut, dan gelisah memiliki ciri perilaku khas yang dapat diidentifikasi melalui observasi langsung maupun pernyataan siswa. Indikator ini

berperan penting dalam mengenali respons emosional siswa dalam situasi pembelajaran yang menuntut aktivitas fisik, tekanan performa, serta interaksi sosial yang intens.

3.3.2 Wawancara

Untuk menggali secara mendalam bentuk-bentuk gangguan emosi dasar yang dialami siswa selama pembelajaran pendidikan jasmani, peneliti menggunakan wawancara semi-terstruktur kepada siswa kelas V. Wawancara ini disusun berdasarkan indikator emosi dasar menurut Kamtomo (1986), berikut adalah tabel wawancara tersebut :

Tabel 3.2 Pertanyaan Wawancara

Aspek yang Diamati	Indikator	Pertanyaan Wawancara
Bentuk-bentuk gangguan emosi dasar	Umum	1. Bagaimana perasaan kamu ketika mengikuti pelajaran olahraga? 2. Apa yang kamu sukai dari pelajaran olahraga? 3. Biasanya, apa yang kamu pikirkan saat guru mengatakan bahwa kalian akan bermain olahraga atau melakukan gerakan olahraga? 4. Apakah ada waktu di mana kamu merasa kurang semangat saat olahraga?
	Perasaan Marah	5. Bagaimana perasaan kamu jika gagal melakukan gerakan atau kalah dalam permainan ketika berolahraga? 6. Pernahkah kamu merasa tidak ingin mengikuti pembelajaran olahraga lagi karena ada sesuatu yang membuatmu kesal? 7. Apakah pernah ada teman atau guru yang membuat kamu tidak nyaman ketika mengikuti pelajaran olahraga? 8. Bagaimana menurut kamu jika permainan atau gerakan saat berolahraga terasa sangat sulit dan semua teman terlihat lebih bagus dari kamu?
	Perasaan Takut	9. Pernahkah kamu memilih untuk tidak ikut bermain olahraga? Jika iya kenapa? 10. Apa yang kamu rasakan jika dimintai contoh oleh guru untuk mencoba gerakan yang baru dan belum pernah kamu lakukan sebelumnya? 11. Kalau kamu tampil di depan teman-teman, bagaimana perasaan kamu? 12. Kalau ada permainan atau olahraga yang terlihat menantang, apakah kamu pernah merasa ragu untuk mencobanya?
	Perasaan Gelisah	13. Pernahkah kamu merasa tidak fokus ketika guru sedang menjelaskan tugas atau materi yang diberikan ketika saat pembelajaran olahraga? 14. Kalau banyak teman memperhatikan giliranmu bermain saat berolahraga, bagaimana perasaan kamu? 15. Bagaimana perasaan kamu saat tidak tahu apa yang harus dilakukan ketika dalam permainan ataupun gerakan olahraga? 16. Ketika kamu tidak bisa melakukan gerakan atau permainan olahraga, apakah kamu menjadi tidak percaya diri?

Pertanyaan-pertanyaan yang tercantum dalam tabel 3.2 disusun secara sistematis untuk mengeksplorasi bentuk-bentuk gangguan emosi dasar yang dialami siswa selama pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan menggunakan pendekatan semi-terstruktur, peneliti memberikan ruang bagi siswa untuk menjelaskan perasaannya secara bebas namun tetap terarah sesuai dengan indikator emosi marah, takut, dan gelisah. Hal ini bertujuan agar data yang diperoleh tidak hanya mencerminkan respons sesaat, tetapi juga mengungkap pengalaman emosional yang lebih mendalam dan kontekstual, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai kondisi emosional siswa dalam kegiatan pembelajaran jasmani.

3.3.3 Lembar Observasi

Observasi dilakukan secara partisipatif dan bertujuan untuk mengidentifikasi secara nyata bentuk-bentuk ekspresi emosi dasar siswa, baik melalui mimik wajah, bahasa tubuh, maupun respons verbal yang muncul dalam berbagai situasi pembelajaran. Observasi difokuskan pada tiga indikator utama emosi dasar, yaitu marah, takut, dan gelisah, yang dikembangkan berdasarkan indikator menurut Kamtomo (1986). Setiap indikator dilengkapi dengan deskripsi perilaku yang dapat diamati untuk memudahkan pencatatan di lapangan. Hasil observasi ini digunakan untuk mengonfirmasi serta memperkuat data yang diperoleh melalui wawancara. Berikut adalah lembar observasi perilaku siswa berdasarkan indikator gangguan emosi dasar:

Tabel 3.3 Lembar Observasi

No	Indikator Emosi	Perilaku yang Diamati	Ada (✓)	Tidak Ada (✓)	Catatan Tambahan
1	Marah	Siswa terlihat marah ketika gagal dan menunjukkan ekspresi frustrasi saat gagal melakukan gerakan fisik.			
		Siswa memprotes atau berteriak kepada teman atau guru dengan nada keras dan tinggi.			
		Siswa menolak bekerja sama dalam kelompok saat merasa tidak dihargai.			
		Siswa berhenti mengikuti aktivitas setelah merasa tidak berhasil dengan ekspresi kesal.			
2	Takut	Siswa enggan mencoba aktivitas fisik baru.			
		Siswa menghindar dari aktivitas tertentu karena khawatir terluka atau cidera.			
		Siswa meminta izin untuk tidak terlibat dalam kegiatan tertentu.			
		Siswa terlihat cemas saat diberi tantangan oleh guru.			
3	Gelisah	Siswa sering menggerak-gerakkan tangan atau kaki tanpa alasan jelas saat menunggu giliran.			
		Siswa sulit fokus pada arahan guru atau teman saat giliran bermain tiba.			
		Siswa sulit memahami instruksi yang diberikan oleh guru.			
		Siswa terlihat sering bertanya atau meminta penjelasan terhadap guru.			

Pada tabel Lembar observasi 3.3 ini digunakan untuk merekam secara sistematis perilaku siswa yang menunjukkan indikasi gangguan emosi dasar selama pembelajaran Pendidikan Jasmani. Setiap butir pengamatan disusun berdasarkan indikator emosi marah, takut, dan gelisah, yang masing-masing memiliki ciri perilaku spesifik. Data dari lembar ini menjadi pelengkap data wawancara dan bertujuan untuk memverifikasi temuan melalui pengamatan langsung terhadap respons afektif siswa dalam konteks pembelajaran yang melibatkan aktivitas fisik, tekanan sosial, dan tuntutan performa.

3.4 Prosedur Penelitian

Pada penelitian ini ada tiga tahapan yaitu tahap perencanaan, tahap wawancara semi terstruktur dan tahap pengolahan data. Tahapan perencanaan diawali dengan menentukan topik atau masalah yang akan diangkat sebagai penelitian, selanjutnya menentukan metode yang akan digunakan dalam penelitian, pembuatan instrumen yang terdiri dari pedoman observasi, wawancara, dan dokumentasi penelitian kemudian pembuatan surat izin penelitian. Yang pertama dilakukan yaitu permohonan izin penelitian, dilanjutkan dengan melakukan

observasi secara langsung dan pengambilan dokumentasi sekaligus catatan lapangan. wawancara partisipan dengan menggunakan wawancara semi-terstruktur yang terdiri dari anak kelas 5 yang berjumlah 10 orang, guru penjas, dan guru kelas atau wali kelas dari kelas 5, Tahapan yang terakhir yaitu tahap pengolahan data yang dilakukan dengan cara mentranskrip data hasil wawancara dengan partisipan, analisis tematik dengan menggunakan aplikasi NVivo 12 pro untuk menentukan tema penting yang muncul dan yang terakhir yaitu penyusunan temuan dan pembahasan.

3.5 Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan Triangulasi data berupa wawancara, observasi dan juga dokumentasi. Observasi bertujuan untuk mengamati gangguan emosi dasar anak selama aktivitas pembelajaran penjas, peneliti akan ikut serta dalam kegiatan belajar pendidikan jasmani untuk mengamati lebih dalam mengenai perilaku anak saat pembelajaran berlangsung. Setelah itu peneliti akan mencatat semua perilaku atau emosi siswa tersebut dalam lembaran observasi. Wawancara dilakukan untuk mendapatkan informasi mendalam dari siswa dan juga guru baik guru penjas dan guru kelas 5 sebagai informan triangulasi sumber pada penelitian ini guna memvalidasi data yang diberikan oleh siswa. Pertanyaan-pertanyaan dalam wawancara akan dilakukan untuk memperoleh jawaban mulai dari mendasar dan mendalam. Kemudian peneliti akan mencatat dan merekam semua jawaban informan untuk memperoleh data dan kesimpulan. Dokumentasi dilakukan untuk memperkuat data terkait penelitian dapat berupa dokumentasi saat pembelajaran penjas berlangsung.

3.6 Analisis Data

Analisis data tematik yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi NVivo 12 Pro untuk mengidentifikasi dan menentukan tema-tema penting yang muncul dalam transkrip wawancara partisipan, serta untuk melakukan proses pengkodean secara sistematis. Setelah proses pengkodean, dilakukan analisis data secara induktif guna mengidentifikasi pola-pola jawaban partisipan terhadap pertanyaan penelitian yang telah disusun, yang kemudian divisualisasikan melalui *Project Map* (peta konsep) dan *Word Cloud* (kata-kata yang paling sering

diperbincangkan). Kedua pendekatan ini digunakan secara bersamaan untuk memunculkan tema-tema utama yang mencerminkan bentuk-bentuk gangguan emosi dasar siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Selain itu, untuk memperkuat validitas dan keabsahan data, penelitian ini juga menerapkan teknik triangulasi sumber dan metode. Triangulasi ini dilakukan dengan membandingkan data hasil wawancara antar partisipan, observasi lapangan, serta dokumentasi yang relevan. Tujuannya adalah untuk memastikan bahwa informasi yang diperoleh bersifat konsisten, kredibel, dan dapat dipertanggung jawabkan, sehingga memberikan gambaran yang lebih komprehensif terhadap kondisi emosional siswa selama mengikuti pembelajaran jasmani. Lebih lanjut, dalam mendalami konteks dan strategi yang tepat dalam menangani gangguan emosi dasar siswa, penelitian ini juga menerapkan analisis *SWOT* (*Strengths, Weaknesses, Opportunities, and Threats*). Analisis *SWOT* digunakan untuk mengidentifikasi kekuatan, kelemahan, peluang, dan tantangan yang dihadapi guru dalam merancang strategi pembelajaran yang adaptif dan responsif terhadap kondisi emosional siswa. Kekuatan dan kelemahan dianalisis dari faktor internal, seperti kompetensi guru dalam komunikasi dan pendekatan pedagogi, sedangkan peluang dan tantangan diidentifikasi dari faktor eksternal, seperti dukungan sekolah dan kondisi sosial siswa (Wiswasta dkk., 2018). Melalui analisis *SWOT* ini, hasil penelitian tidak hanya menggambarkan permasalahan yang dihadapi, tetapi juga menawarkan arah strategis dalam pengembangan pendekatan pembelajaran yang lebih holistik dan inklusif.