

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

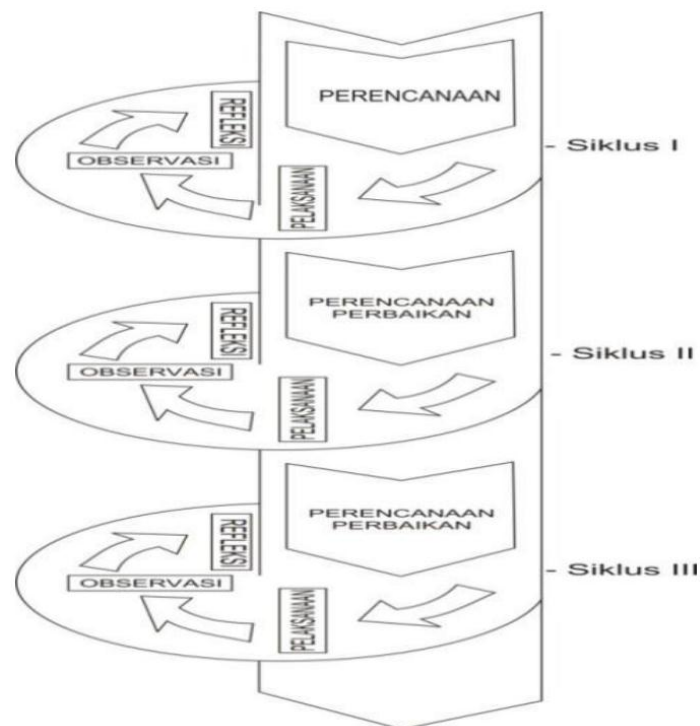
3.1 Metode Penelitian

Dalam sebuah penelitian diperlukan adanya metode yang sesuai dan dapat membantu mengungkapkan permasalahan yang dikaji kebenarannya, penggunaan metode dalam sebuah penelitian pun disesuaikan dengan masalah serta tujuan dilakukannya penelitian. Hal ini berarti metode dalam sebuah penelitian memiliki peran yang sangat penting dalam pelaksanaan pengumpulan dan pengolahan data (Hardwis et al., 2023).

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas. Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan kelas, dimana penelitian ini akan mengkaji masalah-masalah yang dihadapi guru didalam kelas dan dilakukan tindakan untuk menyesuaikan permasalahan tersebut (Machali, 2022). Penelitian tindakan kelas model Kurt Lewin memiliki 4 langkah yaitu: 1) Perencanaan, 2) Tindakan, 3) Observasi, 4) Refleksi.

Penelitian tindakan kelas sangat penting dalam pembelajaran karena dalam pembelajaran tersebut guru harus mengetahui seberapa besar dalam pengetahuan bulutangkis tentang servis pendek pukulan backhand melalui media dinding. Oleh karena itu, guru mengetahui siswa yang tidak bisa maupun memahami atau mempraktekan tentang gerakan dengan baik maupun benar. Adapun dalam kendala maupun masalah-masalah berupa lapangan ataupun alat-alat misalkan raket, kok dan lapangan tetapi saya bisa mengatasi dalam masalah-masalah berupa lapangan yang tidak ada net, kurangnya raket tetapi saya memilih jalan keluar yaitu dengan cara memodifikasi lapangan berupa kedinding oleh karena itu saya memilih tentang gerak dasar servis dalam permainan bulutangkis melalui media dinding. Oleh karena itu, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas dengan tujuan ingin meneliti ada atau tidaknya peningkatan keterampilan gerak dasar servis pendek dalam pukulan backhand melalui media dinding dalam pembelajaran bulutangkis.

3.2 Desain Penelitian



Tabel 3 1 Mode Spiral dan Mc. Taggart

Dalam penelitian ini penulis menggunakan model Spiral Kemmis dan Mc. Taggart (Machali, 2022) Seperti tampak pada gambar berikut ini:

Gambar diatas terlihat jelas alur aktivitas dalam penelitian tindakan yang diawali dengan perencanaan (planning) yaitu rencana tindakan yang akan dilaksanakan untuk memperbaiki, meningkatkan atau perubahan perilaku sebagai solusi; pelaksanaan (action) yaitu sesuatu yang akan dilakukan oleh peneliti sebagai upaya perbaikan, perubahan dan peningkatan yang diinginkan pengamatan yaitu aktifitas mengamati proses dan hasil dari suatu tindakan yang akan dilakukan; dan melakukan refleksi yaitu suatu kegiatan yang mengkaji, melihat dan mempertimbangkan hasil dari suatu tindakan. Jika hasil dari refleksi menunjukkan perlunya dilakukan perbaikan atas tindakan, maka rencana tindakan yang akan dilaksanakan berikutnya mengulang suatu tindakan dengan

cara memperbaiki atau mengoptimalkan dari suatu tindakan sebelumnya. Demikian seterusnya sampai masalah yang diteliti dapat dipecahkan secara optimal.

3.3 Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX di SMA Negeri 4 Bandung yang memiliki beragam latar belakang dan tingkat keterampilan dalam bermain bulutangkis. Selain itu, guru-guru olahraga di sekolah juga akan menjadi partisipan dalam penelitian ini, mereka akan terlibat dalam proses perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi terhadap model pembelajaran yang implementasikan. Kolaborasi dengan guru olahraga memungkinkan adanya dukungan dan wawasan tambahan dalam menyempurnakan model pembelajaran yang sesuai dengan konteks dan kebutuhan siswa di SMP Negeri 12 Bandung.

3.4 Populasi dan Sample Penelitian

3.4.1 Populasi

Dalam penelitian, populasi merujuk pada seluruh kelompok atau elemen yang memiliki karakteristik tertentu yang ingin diteliti. Populasi bisa terdiri dari individu, objek, kejadian, atau apapun yang relevan dengan penelitian yang dilakukan mempraktikkan **metakognisi** yang menjadi inti pembelajaran mendalam. Lebih dari sekadar teknik, siswa belajar memahami strategi permainan, menghubungkan latihan dengan situasi nyata, dan mengembangkan **kemandirian belajar**. Dengan kombinasi *joyful*, *mindful*, dan *meaningful* activities, media sederhana ini menciptakan proses pembelajaran yang aktif, reflektif, dan berdampak jangka panjang pada peningkatan keterampilan.

bahwa **deep learning** terwujud ketika siswa tidak sekadar meniru, melainkan **refleksi mandiri** dan **kontekstualisasi** materi. Media dinding memungkinkan feedback visual langsung—siswa mengevaluasi sudut dan kekuatan servis, lalu merencanakan(Jailani et al., n.d.). Untuk populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah satu kelas yakni siswa VIII.A SMP Negeri 12 Bandung. Populasi dalam penelitian ini mencakup siswa dengan latar belakang keterampilan yang beragam, mulai dari yang belum pernah bermain bulutangkis hingga yang memiliki pengalaman dasar. Keragaman ini meliputi perbedaan dalam penguasaan teknik,

kesiapan motorik, serta motivasi belajar. Dengan memperhatikan variasi karakteristik tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menjawab tantangan dalam meningkatkan keterampilan servis bulutangkis melalui pendekatan pembelajaran yang menyenangkan, sadar, dan bermakna (deep learning).

Latihan dengan media dinding dirancang untuk menjangkau semua tingkat kemampuan siswa, baik yang lebih mahir maupun pemula. Diharapkan setiap siswa dapat mengembangkan teknik secara bertahap sesuai dengan potensi masing-masing melalui pendekatan yang adaptif dan partisipatif.

3.4.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi atau wakil populasi yang diteliti dan diambil sebagai sumber data serta dapat mewakili seluruh populasi atau sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Jailani et al., n.d.)

Dalam penelitian ini, pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu yang relevan dengan fokus penelitian. Menurut Sugiyono (2016, hlm. 85), “Purposive sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.” Teknik ini digunakan karena peneliti ingin melibatkan subjek yang memiliki karakteristik sesuai dengan tujuan penelitian, yakni siswa yang terlibat langsung dalam proses pembelajaran keterampilan servis bulutangkis menggunakan media dinding dengan pendekatan deep learning.

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP yang menjadi peserta aktif dalam pembelajaran PJOK pada materi permainan bulutangkis. Mereka dipilih karena dianggap paling representatif untuk mengamati dampak pendekatan pembelajaran yang diterapkan terhadap peningkatan keterampilan servis, khususnya dalam konteks teknik dasar, akurasi pukulan, dan kesiapan postur. Sebagai sampel, dipilih 33 siswa kelas VIII.A dari 1 kelas yang memiliki berbagai tingkat kemampuan yang berbeda dalam kegiatan pembelajaran bulutangkis.

3.5 Prosedur penelitian

Penelitian tindakan kelas yang dilakukan dalam tiga siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahapan, yaitu: a. Perencanaan, b. Pelaksanaan tindakan, c. Observasi, dan d. Refleksi. Adapun prosedur dalam penelitian ini yaitu:

a. Perencanaan Tindakan

1. Meminta izin kepada kepala sekolah
2. Membuat rencana pembelajaran Kesehatan diri
3. Membuat lembaran observasi, untuk mengamati proses pelaksanaan Tindakan, pengaruh, atau masalah proses pembelajaran kesehatan diri.

b. Pelaksanaan Tindakan

1. Siklus I, siswa difokuskan untuk memahami konsep dan teknik dasar servis backhand bulutangkis melalui pendekatan Deep Learning, yang melibatkan unsur joyful, mindful, dan meaningful learning. Pembelajaran dilakukan dengan media dinding sebagai alat bantu, di mana siswa berlatih servis dari jarak sekitar 1 meter ke arah dinding yang telah diberi penanda berupa garis atau stiker berwarna sebagai sasaran (simulasi net). Proses kegiatan mencakup demonstrasi teknik oleh guru, diskusi kelompok kecil, serta refleksi bersama. Setelah setiap percobaan, siswa diajak menganalisis hasil servis mereka sendiri, mengidentifikasi kesalahan (misalnya: arah pukulan, kekuatan, atau posisi tubuh), dan mendiskusikan strategi perbaikan dengan guru maupun teman sekelompok. Semakin dekat shuttlecock dengan target yang ditentukan, semakin tinggi poin yang diperoleh siswa, sebagai bentuk penguatan motivasi dan pengukuran keberhasilan teknik.
2. Siklus II, pembelajaran difokuskan pada peningkatan akurasi dan konsistensi servis yang telah diperkenalkan pada siklus sebelumnya. Latihan dilakukan dari jarak yang lebih jauh, yaitu sekitar 1,5 meter dari dinding, dengan tantangan yang lebih kompleks, seperti target yang lebih kecil dan variasi zona (zona atas, tengah, bawah). Masih menggunakan pendekatan Deep Learning, siswa didorong untuk secara aktif merefleksikan pola latihan mereka, mengevaluasi hasil pukulan, dan menerapkan strategi perbaikan secara mandiri berdasarkan pengalaman

sebelumnya. Pembelajaran juga disertai latihan berulang, refleksi mini, serta game kecil berbasis poin dan kolaborasi, guna membentuk proses belajar yang lebih mendalam, terarah, dan bermakna. Tujuan akhirnya adalah untuk menciptakan konsistensi teknik servis yang optimal dan kesiapan bermain yang lebih matang.

c. Observasi

Observasi dilakukan untuk mengetahui kinerja guru dan aktifitas siswa dalam perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran gerak dasar servis dalam permainan bulutangkis melalui media dinding, serta untuk mengumpulkan data dan membuat catatan lapangan mengenai hal-hal yang terjadi selama proses pembelajaran berlangsung.

Jadi dalam observasi banyak siswa yang belum bisa melakukan gerak dasar servis dengan baik maupun benar oleh karena itu saya melakukan evaluasi dari pukulan backhand dengan cara memukul-mukul kedinding dan siswa sangat antusias dalam permainan tersebut.

d. Refleksi

Tahapan refleksi merupakan kegiatan untuk menganalisis, Menginterpretasi dan eksplorasi terhadap semua informasi yang diperoleh dari hasil observasi terhadap perencanaan dan pelaksanaan tindakan siklus selanjutnya.

e. Tahap Perencanaan Tindakan Selanjutnya

Tahap ini merupakan rencana tindakan lanjutan bila pada tahap refleksi sebelumnya diketahui hasil tindakan belum mencapai target yang telah ditentukan, Perencanaan tindakan lanjutan ini merupakan jawaban dari hasil refleksi tindakan sebelumnya yang belum dipecahkan sehingga perlu adanya tindakan lanjutan untuk memperbaiki tindakan sebelumnya.

3.5 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 12 Bandung yang beralamatkan di Jalan Dr. Setiabudhi No. 195 Bandung, Jawa Barat 40153

3.6 Instrumen Penelitian

Untuk mengumpulkan data terkait peningkatan keterampilan gerak dasar servis melalui media dinding dalam pembelajaran bulutangkis, diperlukan alat yang disebut instrumen penelitian. Instrumen ini berfungsi sebagai alat ukur untuk memperoleh data yang akurat mengenai efektivitas metode yang diterapkan. Menurut instrumen adalah alat yang digunakan dalam penelitian yang sering kali memerlukan modifikasi sesuai dengan kebutuhan studi.

(Ariski, 2021) membuat instrumen untuk penelitian ini, lembar observasi keterampilan servis bulutangkis. Ini adalah alat yang digunakan untuk menilai keterampilan teknik backhand serve siswa. Ini memiliki lima pengukuran utama: pegangan raket, posisi tubuh, fokus dan konsentrasi, kontak dan ayunan raket, dan akurasi arah pukulan. Setiap indikator diberi skor mulai dari 1 hingga 4, dengan total maksimal 20 skor. Nilai akhir dikategorikan berdasarkan tingkat pencapaian hasil belajar setelah dikonversi menjadi persentase.

Tabel 2 1 . PENILAIAN TES SERVIS PENDEK

No	Aspek yang dinilai	Indikator Penilaian	Skor (1-4)
1.	Sikap Awal	Posisi tubuh siap dengan keseimbangan yang baik	
2.	Kontak dengan Shuttlecock	Titik pukulan tepat, kontrol baik	
3.	Akurasi Servis	Shuttlecock mendarat di area target	
4.	Konsistensi Servis	Servis dilakukan dengan baik secara berulang	
5.	Kekuatan & Ketinggian Bola	Shuttlecock mendarat di area yang ditargetkan	

(Ariski, 2021)

Keterangan Skor (Diadaptasi dari Ariski, 2021):

- **1 = Sangat Kurang** (Gerakan tidak sesuai, sering gagal masuk area target)
- **2 = Kurang** (Gerakan kurang benar, shuttlecock sering tidak akurat)
- **3 = Cukup** (Gerakan cukup baik, tetapi perlu lebih konsisten)
- **4 = Baik** (Gerakan benar, akurat, dan konsisten)

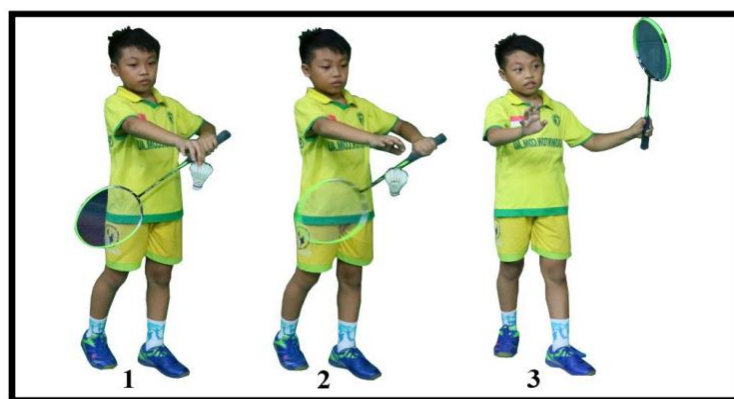
Rumus Perhitungan Nilai Akhir:

$$\text{Nilai Akhir} = \left(\frac{\text{Total Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \right) \times 100$$

- Skor maksimal = 5 aspek \times 4 (skor tertinggi per aspek) = 20
- Dengan contoh total skor 15, perhitungan nilai akhirnya:

$$\left(\frac{15}{20} \right) \times 100 = 75$$

- Interpretasi Nilai Akhir:
 - **85 – 100 = Sangat Baik**
 - **70 – 84 = Baik**
 - **55 – 69 = Cukup**
 - **40 – 54 = Kurang**
 - **< 40 = Sangat Kurang**



Gambar 2 1 Teknik Servis Backhand

Mayang Adelia Surya, 2025

PENERAPAN PENDEKATAN DEEP LEARNING UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR SERVIS MELALUI MEDIA DINDING DALAM PEMBELAJARAN BULUTANGKIS

(Penelitian Tindakan Kelas di Kelas VIII SMP Negeri 12 Bandung)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3.6 Teknik Analisis Data

Analisis data adalah kegiatan dalam mengolah data dan informasi yang sudah diperoleh sebelumnya (Sugiyono, 2013). Analisis data bertujuan untuk membuat data menjadi lebih sederhana agar dapat dipahami. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan peningkatan hasil belajar keterampilan servis bulutangkis siswa setelah mengikuti pembelajaran menggunakan media dinding dengan pendekatan deep learning.

Data yang dianalisis berasal dari hasil tes keterampilan servis bulutangkis, yang dilaksanakan sebanyak tiga kali, yaitu pretest, post-test 1, dan post-test 2. Setiap data hasil tes dianalisis dengan langkah-langkah berikut:

1. Menghitung nilai akhir siswa berdasarkan skor keterampilan ($\text{Total Skor} / 20 \times 100$).
2. Menentukan kategori hasil belajar (misalnya: sangat baik, baik, cukup, kurang).
3. Menghitung persentase ketuntasan belajar berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sebesar 70.
4. Menganalisis selisih peningkatan hasil belajar antar tahap (pretest ke post-test 1, dan post-test 1 ke post-test 2).
5. Menentukan status keberhasilan tindakan, dengan tolok ukur minimal 70% siswa mencapai nilai ≥ 70 pada setiap tahap pasca tindakan.