

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **3.1 Desain Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Menurut Neuman (2007), penelitian kuantitatif adalah pendekatan deduktif yang dimulai dengan pemikiran dan refleksi tentang ide-ide variabel, kemudian dilanjutkan dengan pengukuran. Penelitian kuantitatif menghasilkan data dalam bentuk angka yang menggambarkan gagasan penelitian. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Metode eksperimen yang digunakan ialah, *one group pretest-posttest*, metode yang menggunakan satu kelompok sampel untuk mengukur sebelum dan sesudah. Metode ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dua variabel, yaitu Pendekatan *mindful learning* untuk meningkatkan kreativitas tari siswa SMPN 2 Bandung. Pendekatan kuantitatif dipilih karena sesuai untuk digunakan dalam penelitian ini.

### **3.2 Partisipan Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti berencana menjadikan siswa SMPN 2 Bandung kelas VIII C,F,G,K dengan jumlah 4 kelas 30 siswa sebagai partisipan untuk merealisasikan penelitian “Pendekatan *Mindful Learning* untuk Meningkatkan Kreativitas Siswa SMPN 2 Bandung”. Letak SMPN 2 Bandung berada di Jl. Sumatera No.42, Merdeka, Kec. Sumur Bandung, Kota Bandung, Jawa Barat 40113. Lokasi tersebut dipilih karena peneliti melakukan P3K di lokasi tersebut. Penelitian ini dilakukan di SMPN 2 Bandung dengan partisipannya, yaitu siswa dan guru yang merupakan partisipan pendukung dalam berlangsungnya kegiatan belajar mengajar di sekolah.

### **3.3 Populasi dan Sampel Penelitian**

#### **3.3.1 Populasi**

Penentuan populasi ini berdasarkan jumlah siswa yang berada di kelas. Di SMPN 2 Bandung sudah menerapkan sistem diferensiasi atau perbedaan dalam mata pelajaran Seni Budaya (Seni Tari, Seni Musik, Seni Rupa, dan Seni Prakarya). Peneliti berfokus pada seni tari yang dimana meneliti kelas VIII C,F,G,K dengan

Zainina Zakirah, 2025

*PENDEKATAN MINDFUL LEARNING UNTUK MENINGKATKAN KREATIVITAS TARI SISWA SMPN 2 BANDUNG*  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

jumlah 4 kelas dan saat pembelajaran berlangsung 4 kelas tersebut disatukan yang berjumlah 30 siswi perempuan.

**Tabel 3. 1 Daftar Jumlah Siswa Kelas VIII (C, F, G, K)**

Daftar Siswa Kelas VIII	Jumlah Siswa
VIII C	8
VIII F	8
VIII G	7
VIII K	7

### 3.3.2 Sampel

Berdasarkan populasi tersebut, pengambilan sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Cara demikian dilakukan bila anggota populasi dianggap homogen. Sampel pada penelitian kali ini adalah kelas VIII C, F, G, K. Alasan pemilihan sampel dikarenakan cenderung kurangnya kreativitas. Penelitian ini dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan sampel acak sederhana atau simple random sampling yang dimana populasi yang ada di sekolah tersebut sebanyak 4 kelas, dilakukan dengan menggunakan sistem diferensiasi tergantung pada minat seni pemilihan siswa.

**Tabel 3. 2 Daftar Siswa sebagai Sampel**

No	Nama	Kelas	Jenis Kelamin
1	DSP	C	P
2	DRA	C	P
3	NAP	C	P
4	NSR	C	P
5	CAP	C	P
6	KAS	C	P
7	QBA	C	P
8	NAAS	C	P
9	STA	F	P

No	Nama	Kelas	Jenis Kelamin
10	SMA	F	P
11	TSCD	F	P
12	KPW	F	P
13	QTC	F	P
14	ADC	F	P
15	JHRJ	F	P
16	MK	F	P
17	AASP	G	P
18	AJS	G	P
19	DHS	G	P
20	FAS	G	P
21	KCWT	G	P
22	ZMP	G	P
23	KMQH	G	P
24	AN	K	P
25	AENL	K	P
26	HNDF	K	P
27	JKD	K	P
28	KR	K	P
29	LA	K	P
30	YWW	K	P

### 3.4 Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

#### 3.4.1 Instrumen Penelitian

Tabel 3. 3 Variabel Penelitian

VARIABEL	INDIKATOR	SUB INDIKATOR
<b>Variabel X</b> <b>(Pembelajaran Tari dengan Pendekatan Mindful Learning)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tujuan</li> <li>• Bahan (Tari)</li> <li>• Media (Video)</li> <li>• Langkah-Langkah berdasarkan Indikator Pendekatan <i>Mindful Learning</i>:               <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Kesadaran penuh (<i>awareness</i>)</li> <li>2) Fokus pada saat ini (<i>present-moment attention</i>)</li> <li>3) Penerimaan tanpa menghakimi (<i>non-judgmental acceptance</i>)</li> <li>4) Keterbukaan terhadap pengalaman baru (<i>openness</i>)</li> <li>5) Refleksi diri (<i>self-reflection</i>)</li> </ol> </li> <li>• Evaluasi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tujuan               <p>Siswa mampu mengekspresikan ide dan perasaannya melalui gerak tari secara sadar dan kreatif dengan menggunakan pendekatan <i>mindful learning</i>, serta menunjukkan keterampilan dalam mengeksplorasi, menciptakan, dan merefleksikan gerak tari. Siswa mampu mengembangkan tari tradisi dengan menggali eksplorasi gerak tari tradisi sebagai wujud ekspresi.</p> </li> <li>• Bahan (Tari)               <p>Pengantar budaya dan makna Tari Piring</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Makna Simbolik: Piring sebagai lambang kesejahteraan dan penghormatan</li> <li>2) Nilai-nilai: Ketangkasan, kerja sama, penghormatan pada tamu.</li> </ol> <p>Eksplorasi unsur Tari Piring:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Gerak dasar: langkah-langkah kaki (seperti langkah tiga), gerak tangan memutar piring, sikap tubuh.</li> <li>2) Irama dan tempo: musik talempong/gandang khas Minang.</li> <li>3) Kostum dan properti: baju adat Minang, piring, selendang.</li> </ol> <p>Latihan kesadaran tubuh dan ruang:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Latihan pernapasan dan grounding</li> <li>2) Menjelajahi arah gerak: maju, mundur, melingkar, zig-zag.</li> <li>3) Sadar akan ruang antar penari (<i>spatial awareness</i>).</li> </ol> <p>Improvisasi dan kreativitas Gerak</p> </li> </ul>

VARIABEL	INDIKATOR	SUB INDIKATOR
		<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Menciptakan variasi gerakan membawa piring,</li> <li>2) Menggabungkan gerak dasar dengan ekspresi pribadi.</li> <li>3) Membuat pola lantai yang unik dan menarik</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Media (Video) Penggunaan media video melalui youtube sebagai media dalam pembelajaran.</li> <li>• Langkah-Langkah berdasarkan indikator pendekatan mindful learning</li> </ul> <p>Kesadaran penuh (<i>awareness</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Siswa diajak melakukan latihan pernapasan tenang dan terarah (2–3 menit).</li> <li>2) Dilanjutkan dengan <i>body scan</i> (menyadari kondisi tubuh secara perlahan).</li> <li>3) Guru mengajak siswa menyadari perasaan atau pikiran.</li> </ol> <p>Fokus pada saat ini (<i>present-moment attention</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Mengamati video tari, atau mencontoh gerakan dasar secara perlahan.</li> <li>2) Guru mengajak siswa mengamati: ritme, posisi tubuh, ekspresi wajah, dan kualitas gerak.</li> </ol> <p>Penerimaan tanpa menghakimi (<i>non-judgmental acceptance</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Siswa diminta melakukan gerakan tanpa menghakimi baik/buruk hasilnya.</li> <li>2) Siswa diminta mengeksplorasi gerakan sesuai tema.</li> <li>3) Guru menekankan bahwa semua gerakan valid, tidak ada yang salah.</li> </ol> <p>Keterbukaan terhadap pengalaman baru (<i>openness</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Siswa didorong mencoba gaya gerak yang berbeda, atau menggabungkan elemen dari gerak tradisional dengan improvisasi pribadi.</li> <li>2) Siswa bekerja dalam kelompok kecil untuk menyusun rangkaian gerakan.</li> <li>3) Setiap anggota kelompok menyumbang ide satu sama lain.</li> <li>4) Proses kolaborasi dilakukan dengan empati.</li> </ol>

VARIABEL	INDIKATOR	SUB INDIKATOR
		<p>Refleksi diri (<i>self-reflection</i>)</p> <p>1) Guru memberi apresiasi pada setiap usaha, bukan hanya hasil akhir.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluasi Dalam menata sebuah tarian ada kalanya dimulai dengan merangkai gerakan kemudian mencari ide kemudian dikembangkan dalam bentuk gerak kemudian mencari ide, yang terpenting gerak yang dipilih harus memiliki motivasi bentuk Gerak.</li> </ul>
<p><b>Variabel Y</b> <b>(Kreativitas Tari Siswa)</b></p>	<p>Kreativitas Tari</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kelancaran (<i>Fluency</i>)</li> <li>• Keaslian (<i>Originality</i>)</li> <li>• Fleksibilitas (<i>Flexibility</i>)</li> <li>• Elaborasi (<i>Elaboration</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kelancaran (<i>Fluency</i>) Guru dapat memberikan tantangan kepada siswa untuk menciptakan gerakan baru berdasarkan elemen dasar tertentu. Kelancaran membantu siswa mengeksplorasi lebih banyak pilihan sebelum memilih gerakan yang paling sesuai.</li> <li>• Keaslian (<i>Originality</i>) Siswa menciptakan gerakan tari dengan elemen gerak yang terinspirasi dari kehidupan sehari-hari, seperti gerakan daun jatuh, tetapi dengan inovasi bentuk dan pola.</li> <li>• Fleksibilitas (<i>Flexibility</i>) Mampu menggabungkan berbagai elemen tari, seperti tempo, ruang, dan dinamika, untuk menghasilkan variasi gerakan</li> <li>• Elaborasi (<i>Elaboration</i>) Siswa mampu memperkaya gerakan dasar dengan variasi yang kompleks dan detail. Contoh: Gerakan tangan sederhana dapat dikembangkan dengan pola jari, perubahan arah, atau ritme</li> </ul>

Instrumen penelitian yaitu alat bantu atau alat ukur yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data selama penelitian berlangsung. Menurut (Sugiyono, 2016) menyatakan bahwa “dalam penelitian kuantitatif, peneliti akan menggunakan instrumen untuk mengumpulkan data.” Instrumen penelitian merupakan pedoman-pedoman yang diterapkan peneliti untuk menghimpun data sehingga proses penelitiannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik. Pada penelitian ini peneliti menggunakan varian instrumen diantaranya:

a. Instrumen Observasi

Instrumen penelitian kuantitatif adalah alat yang efektif untuk langsung mengamati dan mencatat perilaku atau peristiwa. Melalui observasi, peneliti dapat mengumpulkan data terperinci dan akurat, memungkinkan analisis yang lebih mendalam dan pemahaman yang lebih baik tentang subjeknya.

**Tabel 3. 4 Instrumen Observasi**

No	Fokus	Deskripsi
1.	Lingkungan sekolah	
2.	Proses kegiatan belajar mengajar	
3.	Suasana sekolah	
4.	Suasana ruang kelas	
5.	Sarana belajar	

b. Instrumen Wawancara

**Tabel 3. 5 Instrumen Wawancara untuk guru**

No	Sub Indikator	Pertanyaan
1.	Kondisi awal pembelajaran	1. Bagaimana kondisi awal siswa saat mengikuti pembelajaran seni tari (khususnya tari piring)? 2. Apa saja tantangan yang biasanya dihadapi siswa pada tahap awal belajar tari?
2.	Model, metode, media pembelajaran yang dipakai	1. Model pembelajaran apa yang ibu gunakan dalam pembelajaran tari di sekolah? 2. Metode apa yang paling sering digunakan dalam menyampaikan materi tari? (misalnya demonstrasi, ceramah, diskusi, praktik langsung)

		3. Media apa yang ibu gunakan dalam dalam pembelajaran tari? (seperti video/audio)
3.	Strategi pembelajaran	1. Strategi apa yang ibu terapkan untuk membangun partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran tari? 2. Bagaimana ibu mengakomodasi perbedaan kemampuan atau karakter siswa dalam proses pembelajaran?
4.	Bahan pembelajaran	1. Sumber belajar apa yang biasa digunakan dalam pembelajaran tari (buku, modul, video, artikel, dll)? 2. Apakah ibu pernah mengembangkan bahan ajar sendiri (misalnya modul, lembar kerja, atau video pembelajaran)?
5.	Capaian – capaian pembelajaran	1. Apa saja capaian pembelajaran yang telah berhasil dicapai siswa dalam pembelajaran tari? 2. Bagaimana ibu mengevaluasi hasil belajar siswa dalam materi tari?

c. Instrumen Tes (*Pre-test and Post-test*)

*Pre-test* dan *Post-Test* adalah dua tahapan penting dalam desain penelitian kuantitatif, terutama dalam metode eksperimen. Keduanya digunakan untuk mengukur perubahan yang terjadi akibat intervensi atau perlakuan tertentu. *Pre-test* adalah tes awal yang dilakukan sebelum perlakuan atau intervensi diberikan kepada kelompok eksperimen. Tujuannya adalah untuk mengukur kondisi awal (*baseline*) subjek penelitian. *Post-test* adalah tes yang dilakukan setelah perlakuan atau intervensi diberikan. Tujuannya adalah untuk mengukur efek dari perlakuan terhadap subjek penelitian.

- Kisi-Kisi *Pretest Posttest*

**Tabel 3. 6 Kisi-kisi *Pretest dan Posttest***

Indikator	Materi	Deskripsi
Kelancaran ( <i>Fluency</i> )	Apresiasi Gerakan Tari Piring	Siswa mengemukakan berbagai tanggapan, ide, atau penilaian terhadap pertunjukan tari secara lancar, spontan, dan beragam.
	Mempraktikkan Gerakan Tari Piring	Siswa melakukan rangkaian gerak tari secara runtut, berkesinambungan, dan tanpa banyak hambatan atau kekakuan.
	Pengembangan Tari Piring dengan Pola Lantai	Kemampuan siswa untuk menciptakan atau memodifikasi rangkaian gerak Tari Piring secara lancar, terus-menerus, dan variatif, khususnya dalam penggunaan ruang (pola lantai).
Keaslian ( <i>Originality</i> )	Apresiasi Gerakan Tari Piring	Kemampuan siswa untuk mengemukakan tanggapan, pemikiran, atau penilaian terhadap pertunjukan tari dengan cara yang unik, berbeda dari yang lain, dan tidak sekadar meniru pendapat umum.
	Mempraktikkan Gerakan Tari Piring	Kemampuan siswa untuk menampilkan gerak tari dengan ciri khas pribadi, gaya ekspresi yang unik, atau modifikasi gerakan yang tetap selaras dengan karakteristik Tari Piring.
	Pengembangan Tari Piring dengan Pola Lantai	Kemampuan siswa untuk menciptakan bentuk-bentuk baru dalam gerak, pola lantai, maupun komposisi tari yang unik, kreatif, dan berbeda dari yang umum atau yang telah dicontohkan, tetapi tetap mempertahankan karakteristik dasar Tari Piring.

Fleksibilitas ( <i>Flexibility</i> )	Apresiasi Gerakan Tari Piring	Kemampuan siswa untuk melihat, memahami, dan menanggapi gerak tari dari berbagai sudut pandang, serta menggunakan beragam cara dalam mengungkapkan penilaian atau pemaknaan terhadap tari tersebut. Dengan fleksibilitas, siswa tidak terpaku pada satu pemikiran atau interpretasi.
	Mempraktikkan Gerakan Tari Piring	Kemampuan siswa untuk menyesuaikan gerakan tubuh, ekspresi, dan dinamika tari sesuai dengan perubahan irama, ruang gerak, formasi kelompok, maupun interpretasi makna, sambil tetap menjaga karakteristik utama Tari Piring.
	Pengembangan Tari Piring dengan Pola Lantai	Kemampuan siswa untuk menciptakan dan menyesuaikan berbagai bentuk pola lantai, alur gerak, dan struktur komposisi tari secara kreatif, adaptif, dan tidak terpaku pada satu bentuk tertentu.
Elaborasi ( <i>Elaboration</i> )	Apresiasi Gerakan Tari Piring	Kemampuan siswa untuk memberikan penjelasan atau pengembangan lebih lanjut terkait gerak, makna, dan unsur-unsur lain dalam Tari Piring, dengan memperkaya pemahaman melalui detil dan contoh yang lebih mendalam.
	Mempraktikkan Gerakan Tari Piring	Kemampuan siswa untuk mengembangkan dan memperkaya gerakan dasar Tari Piring dengan elemen-elemen tambahan, seperti variasi dalam dinamika, ekspresi, atau integrasi gerakan lainnya.
	Pengembangan Tari Piring dengan Pola Lantai	Kemampuan siswa untuk memperkaya dan mengembangkan pola lantai yang telah ada, dengan memberikan variasi pada formasi, dinamika, atau hubungan antar penari.

### 1) Kelancaran (*Fluency*)

**Tabel 3. 7 Kelancaran (*Fluency*)**

Aspek	Skor	Tingkat Kemampuan	Item Penilaian	Skor Maksimal
Kelancaran ( <i>Fluency</i> )	91-100	Sangat Baik	1. Siswa Menyampaikan beragam pendapat tentang unsur gerak, iringan musik, kostum, dan ekspresi penari tanpa kebingungan. 2. Siswa mampu bergerak dengan tempo, irama, dan koordinasi yang stabil sesuai dengan karakteristik Tari Piring. 3. Siswa mampu menyusun rangkaian gerak dengan pola lantai berbeda secara logis dan mengalir,	100
	81-90	Baik		
	71-80	Cukup		
	61-70	Kurang		

### 2) Fleksibilitas (*Flexibility*)

**Tabel 3. 8 Fleksibilitas (*Flexibility*)**

Aspek	Skor	Tingkat Kemampuan	Item Penilaian	Skor Maksimal
Fleksibilitas ( <i>Flexibility</i> )	91-100	Sangat Baik	1. Siswa memberikan penilaian atau tanggapan dari berbagai aspek, seperti gerak, ekspresi, pola lantai, kostum, dan iringan musik.	100

	81-90	Baik	2. Siswa mampu menyesuaikan tempo dan dinamika gerak saat irama musik berubah (misalnya dari cepat ke lambat). 3. Siswa mampu memodifikasi pola lantai sesuai dengan kebutuhan ruang atau jumlah penari, tanpa kehilangan kesinambungan gerak.	
	71-80	Cukup		
	61-70	Kurang		

### 3) Keaslian (*Originality*)

**Tabel 3. 9 Keaslian (*Originality*)**

Aspek	Skor	Tingkat Kemampuan	Item Penilaian	Skor Maksimal
Keaslian ( <i>Originality</i> )	91-100	Sangat Baik	1. Siswa menggunakan ekspresi verbal yang khas atau kreatif saat mengomentari gerak, ritme, pola lantai, atau ekspresi penari. 2. Siswa menampilkan gerak dengan gaya pribadi, misalnya melalui kualitas dinamika, ekspresi wajah, atau intensitas gerakan. 3. Siswa mampu menciptakan pola lantai yang tidak konvensional, misalnya menggunakan bentuk spiral, segitiga, atau kombinasi dari beberapa pola secara inovatif.	100
	81-90	Baik		
	71-80	Cukup		
	61-70	Kurang		

4) Elaborasi (*Elaboration*)Tabel 3. 10 Elaborasi (*Elaboration*)

Aspek	Skor	Tingkat Kemampuan	Item Penilaian	Skor Maksimal
Elaborasi ( <i>Elaboration</i> )	91-100	Sangat Baik	1. Siswa mampu mengembangkan hubungan antara musik, gerakan, dan ekspresi dalam satu kesatuan yang saling mendukung dalam Tari Piring. 2. Siswa mampu menambahkan sentuhan pribadi dalam interpretasi gerakan, yang menunjukkan keunikan siswa dalam mempraktikkan Tari Piring tanpa mengubah esensi dari gerakan dasar. 3. Siswa mampu menciptakan hubungan antar gerakan dengan pola lantai, misalnya, menghubungkan gerakan kaki dengan perubahan posisi tubuh atau tangan saat berpindah formasi.	100
	81-90	Baik		
	71-80	Cukup		
	61-70	Kurang		

#### d. Instrumen Dokumentasi

Instrumen dokumentasi berfungsi untuk mendokumentasikan kegiatan saat peneliti melakukan tes, observasi, dan wawancara agar hasil bisa disesuaikan, yang didokumentasikan berupa proses pembelajaran berlangsung. Hasil dilakukannya dokumentasi bertujuan untuk memperkuat hasil tes, observasi, wawancara saat penelitian berlangsung. Dokumentasi berupa dokumen-dokumen yang ada di sekolah yaitu mencakup foto, video, sertifikat.

Instrumen yang sudah dibuat akan dilakukan pengujian yakni uji normalitas dan uji hipotesis untuk keabsahan dan kematangan sebuah instrument. Hal ini dilakukan untuk menemukan kesalahan yang ada dalam instrumen ketika proses pembuatan instrumen berlangsung. Setelah uji normalitas dan uji hipotesis dilakukan maka akan terdapat item soal yang akan dihilangkan karena item soal tersebut tidak dapat digunakan untuk penelitian pada tahap selanjutnya.

#### a. Uji Normalitas

Dalam penelitian pendidikan seringkali diungkapkan bahwa data sekelompok siswa dalam suatu kelas membentuk kurva normal (Sundayana, 2015). Asumsi data normal ini harus diuji untuk mengetahui apakah data empirik yang diperoleh di lapangan sesuai dengan distribusi teoritik tertentu, dalam hal ini adalah distribusi normal. Data normal merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi untuk melakukan inferensi statistik. Uji normalitas data perlu dilakukan agar peneliti dapat menentukan jenis statistik apa yang akan digunakan.

Jika data yang akan diolah berasal dari populasi yang berdistribusi normal, sebaiknya gunakan statistic parametrik untuk melakukan inferensi statistik. Namun jika data tidak berdistribusi normal, gunakan statistik nonparametrik. Selain itu, Uji normalitas data perlu dilakukan terutama untuk penelitian yang menggunakan parameter rata-rata sebagai tolak ukur keberhasilan penelitiannya. Dalam penelitian kuantitatif atau penelitian-penelitian eksperimen di bidang pendidikan seringkali menggunakan parameter rata-rata untuk menarik suatu kesimpulan. Karena parameter rata-rata ini sifatnya tidak tangguh (tidak robust), diperlukan asumsi data normal untuk analisis datanya. Oleh karena itu konsep tentang uji Normalitas data harus benar-benar dipahami.

#### b. Uji Hipotesis

Uji Sebelum pengujian, skor yang diperoleh siswa terlebih dahulu dilakukan uji normalitas untuk menentukan jenis uji statistik yang digunakan. Pengujian normalitas menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov. Setelah diketahui berdistribusi normal dan homogen, maka pengujian dapat menggunakan uji parametrik. Pengujian perbedaan skor yang diperoleh siswa sebelum tindakan (pretes) dan setelah tindakan (postes) menggunakan uji t yaitu Paired Samples T-Test mengingat sampel adalah subjek yang sama (one sample pretest-posttest group) sehingga skor yang diperoleh memiliki korelasi (Sundayana, 2010).

Pengujian untuk mengetahui hubungan kemampuan berpikir kreatif dan pemecahan masalah menggunakan uji regresi linear sehingga hasilnya bukan hanya dapat melihat hubungan kedua data juga sekaligus melihat seberapa besar sumbangan peningkatan kemampuan yang satu terhadap lainnya dengan signifikan  $\alpha = 0,05$ . Kriteria pengujian hipotesis berdasarkan P-Value (significance atau sig) adalah Jika sig (1 – tailed) lebih kecil dari  $\alpha$  dengan  $\alpha = 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Jika sig (1 – tailed) lebih besar atau sama dengan  $\alpha$  dengan  $\alpha = 0,05$ , maka  $H_0$  diterima.

### 3.4.2 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini akan dilakukan beberapa teknik pengumpulan data yang akan ditempuh oleh peneliti. Berikut beberapa teknik pengumpulan data yang akan digunakan pada penelitian, sebagai berikut:

#### 1. Observasi

Observasi atau pengamatan adalah “kegiatan keseharian manusia dengan menggunakan pancaindera mata sebagai alat bantu utama selain pancaindera lainnya seperti telinga, mulut, penciuman, dan kulit” (Bungin, 2011, hlm. 143). Oleh karenanya, metode observasi dapat diartikan dengan metode yang memanfaatkan pancaindera mata atau penglihatan dengan mengamati suatu hal atau lingkungan sebagai objek penelitian.

## 2. Tes

Tes merupakan pengukuran untuk menilai sejauh mana kemampuan peserta didik dalam proses pembelajaran. Dalam penelitian ini, pengukuran tes dilaksanakan sebanyak dua kali. Pertama tes diberikan sebelum di berikan treatment dan yang kedua tes akhir yang dilaksanakan setelah diberikannya treatment. Untuk tes praktik dilakukan penilaian selama berproses dengan instrumen kreativitas.

## 3. Dokumentasi

Teknik dokumentasi yang akan dilakukan adalah dengan mengumpulkan foto atau gambar, dokumentasi dalam penelitian ini berupa foto-foto kegiatan penelitian berlangsung.

### 3.5 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian ini terdiri dari langkah-langkah penelitian, skema/alur penelitian, variabel penelitian, asumsi dan hipotesis penelitian.

#### 3.5.1 Langkah-langkah Penelitian

##### 1. Pembuatan Rancangan Penelitian

Tahap pertama adalah pembuatan rancangan penelitian, dalam pembuatan rancangan penelitian meliputi beberapa proses yaitu:

- a. Peneliti menemukan masalah yang masih terjadi dalam pembelajaran seni tari yaitu mengenai kreativitas tari siswa terhadap pembelajaran seni tari dengan menggunakan pendekatan *mindful learning* dengan subjek yaitu siswa SMP kelas VIII.
- b. Setelah menemukan masalah peneliti melaksanakan studi pendahuluan mengenai permasalahan yang akan diteliti yaitu dengan mencari apakah permasalahan yang akan diteliti tersebut telah diteliti sebelumnya dengan tujuan menghindari plagiarisme.
- c. Peneliti memiliki rumusan masalah dimulai dari kondisi awal pembelajaran dan bagaimana saat proses penerapan, serta hasil penerapan pendekatan *mindful learning* untuk meningkatkan kreativitas tari siswa.

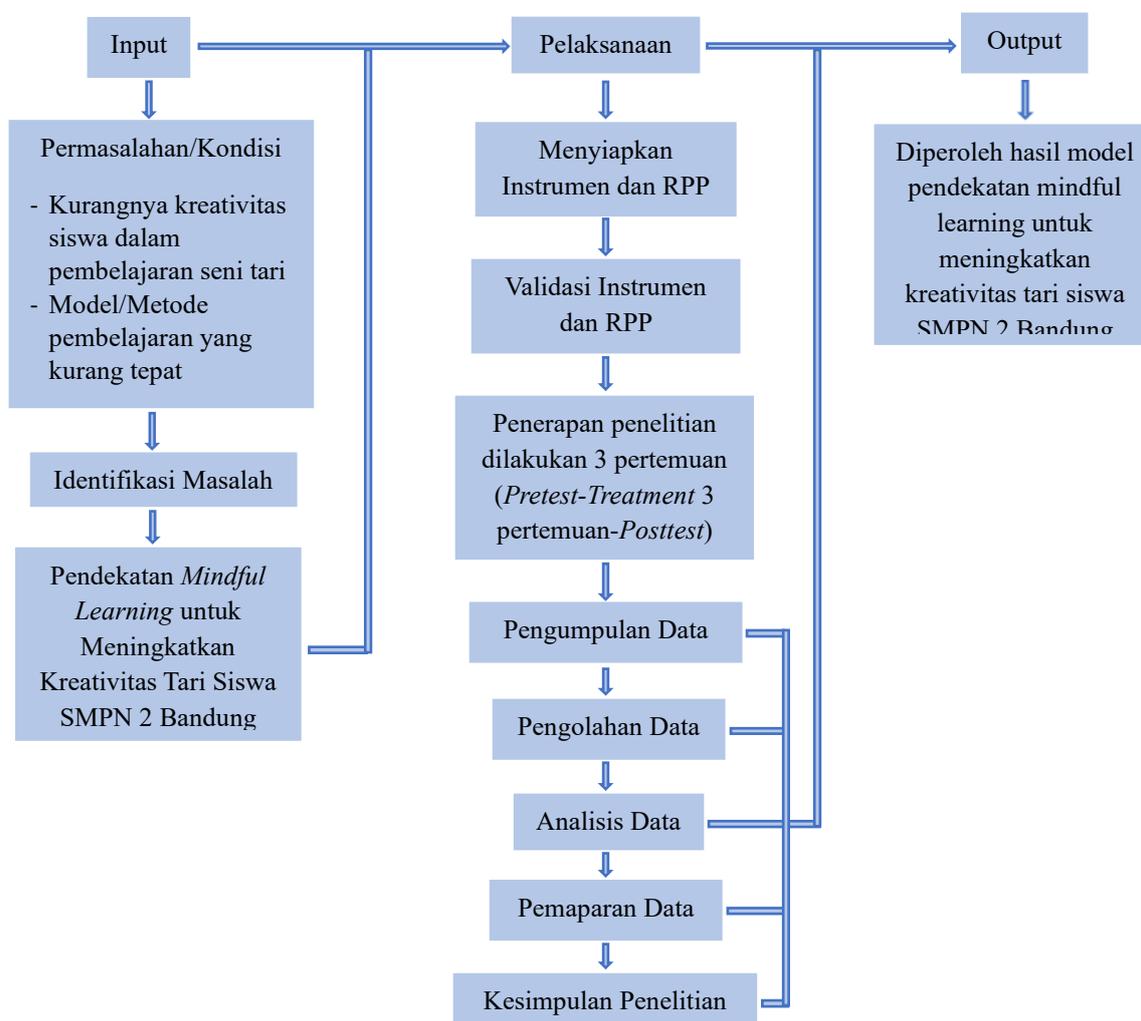
- d. Anggapan dasar peneliti yaitu kreativitas gerak, dimana kreativitas adalah ide atau gagasan yang muncul dari siswa untuk memunculkan sesuatu yang baru. Munculah hipotesis yang akan diteliti bahwa ada pengaruh pendekatan *mindful learning* dalam pembelajaran seni tari untuk meningkatkan kreativitas tari siswa SMPN 2 Bandung kelas VIII.
- e. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif metode eksperimen *one group pretest posttest*.
- f. Peneliti telah menemukan variabel untuk penelitian yang akan diteliti yaitu "Pendekatan Mindful Learning untuk Meningkatkan Kreativitas Tari Siswa SMPN 2 Bandung". Variabel bebas (x) yaitu Pendekatan *Mindful Learning*, sedangkan variabel terikat (y) yaitu Kreativitas Tari Siswa Kelas VIII SMPN 2 Bandung.

## 2. Pelaksanaan Penelitian

Tahap kedua adalah pelaksanaan penelitian, dalam pelaksanaan penelitian meliputi beberapa proses yaitu:

- a. Instrumen yang akan dilakukan untuk meningkatkan kreativitas tari siswa dalam pembelajaran seni tari dengan menggunakan instrumen observasi, wawancara, *pretest posttest*, dokumentasi.
- b. Pengumpulan data diperoleh dari hasil observasi, wawancara, *pretest posttest*, dokumentasi.
- c. Dari pengumpulan data yang telah didapatkan maka peneliti melaksanakan analisis data yaitu dengan menganalisis data pada saat penerapan atau treatment, dan hasil setelah penerapan atau *posttest*. Analisis data tersebut apakah terdapat peningkatan kreativitas tari dengan menggunakan pendekatan *mindful learning*.
- d. Peneliti akan menarik kesimpulan dari hasil penelitian dan menjabarkan analisis data yang didapatkan pada penelitian berlangsung.

### 3.5.2 Skema/Alur Penelitian



**Bagan 3. 1 Skema/Alur Penelitian**

### 3.5.3 Variabel Penelitian

Dalam instrumen penelitian ini, peneliti akan meneliti dua variabel yakni variabel independen (X) dan variabel dependen (Y). Dalam menentukan variabel independen dan dependen, bisa diumpamakan seperti menentukan sebab dan akibat, di mana variabel independen adalah sebabnya dan variabel dependen adalah akibatnya. Variabel independen adalah variabel yang mempengaruhi atau menyebabkan perubahan pada variabel lain (dalam hal ini adalah variabel dependen), variabel ini biasanya juga disebut sebagai variabel bebas karena sifatnya yang bebas.

Sedangkan variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel independen, variabel ini juga disebut sebagai variabel terikat karena keberadaan variabel ini akan selalu disebabkan atau dipengaruhi oleh sesuatu (yaitu variabel bebas). Dalam penelitian ini, Pendekatan *Mindful Learning* (X) sebagai variabel independen karena merupakan penyebab adanya perubahan yang mengatasi adanya permasalahan. Meningkatkan Kreativitas Tari Siswa (Y) sebagai variabel dependen karena merupakan akibat dari adanya variabel independen.

### 3.5.4 Asumsi dan Hipotesis Penelitian

#### 1. Asumsi

Jika pendekatan *mindful learning* diterapkan, maka siswa akan lebih sadar terhadap proses belajar, termasuk dalam memahami gerak tari secara lebih mendalam. Jika siswa lebih terlibat dalam pembelajaran *mindful*, maka mereka akan lebih mampu mengeksplorasi gerak tari secara kreatif. Jika pendekatan *mindful learning* diterapkan secara konsisten dalam proses belajar, maka kreativitas tari siswa akan meningkat dibandingkan dengan siswa yang tidak menggunakan pendekatan ini.

#### 2. Hipotesis Penelitian

Hipotesis nol ( $H_0$ ) menyatakan tidak adanya hubungan, perbedaan, atau pengaruh antara variabel yang diteliti.  $H_0$  sering kali disebut sebagai "hipotesis tanpa efek" karena menyatakan bahwa setiap perbedaan atau hubungan yang diamati hanyalah kebetulan atau variasi acak. Sebaliknya, hipotesis alternatif ( $H_a$ ) menyatakan adanya hubungan, perbedaan, atau pengaruh antara variabel yang diteliti.  $H_a$  mencerminkan dugaan peneliti atau harapan bahwa ada efek yang signifikan.

- Hipotesis Nol ( $H_0$ ): Jika pendekatan *mindful learning* diterapkan, maka tidak ada perubahan signifikan dalam kreativitas tari siswa SMPN 2 Bandung dibandingkan siswa yang tidak menggunakan pendekatan ini.

- Hipotesis Alternatif (Ha): Jika pendekatan *mindful learning* di terapkan, maka akan terdapat perubahan signifikan dalam kreativitas tari siswa SMPN 2 Bandung dibandingkan siswa yang tidak menggunakan pendekatan ini.

### 3.4 Analisis Data

Analisis data terdiri dari pengumpulan data, pengolahan data, dan input data.

#### 1. Pengumpulan Data

Data diambil melalui *pre-test* dan *post-test* menggunakan lembar observasi, instrumen penilaian kreativitas tari.

#### 2. Pengolahan Data

Data diolah menggunakan pengujian yakni uji validitas dan reliabilitas untuk keabsahan dan kematangan sebuah instrument. Hal ini dilakukan untuk menemukan kesalahan yang ada dalam instrumen ketika proses pembuatan instrumen berlangsung.

#### 3. Input Data

Data hasil *pre-test* dan *post-test* dimasukkan ke dalam perangkat lunak statistik seperti SPSS, Excel, atau R.