

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Dan Desain Penelitian

1. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*). Metode penelitian tindakan kelas (PTK) digunakan karena permasalahan dalam penelitian ini muncul dari permasalahan yang terjadi pada praktikan pembelajaran sehari-hari yang dirasakan langsung oleh guru dan siswa di dalam kelas.

Beberapa ahli mengemukakan pengertian penelitian tindakan kelas (PTK), yang ditulis dalam buku tentang penelitian pendidikan, diantaranya menurut Lewin (dalam Arifin, 2011, hlm. 96) bahwa pengertian penelitian tindakan kelas (PTK) ‘merupakan cara guru untuk mengorganisasikan pembelajaran berdasarkan pengalamannya sendiri atau pengalamannya berkolaborasi dengan guru lain (kompetensi profesional)’. Dalam penelitian tindakan kelas ini seorang peneliti harus benar-benar sudah menjadi seorang guru karena masalah timbul diakibatkan seorang guru pernah terjun langsung atau terlibat dalam sebuah pembelajaran. Tidak hanya itu saja, Knowles (dalam Arifin, 2011, hlm.96) berpendapat bahwa ‘penelitian tindakan kelas dapat mendorong para guru melakukan refleksi terhadap praktik pembelajarannya untuk membangun pemahaman mendalam dan mengembangkan hubungan-hubungan personal dan sosial antar guru (kompetensi kepribadian dan kompetensi sosial)’.

Pada dasarnya metode penelitian sangatlah penting bagi peneliti dalam melakukan penelitian karena patut kita sadari bahwa metode penelitian adalah suatu langkah awal dalam memecahkan suatu masalah, menemukan sesuatu yang baru, dan menjadi sebuah jendela baru yang membawa angin segar dalam dunia pendidikan. Pengertian metode penelitian menurut Margono (2009, hlm. 1) yaitu sebagai berikut :

Metode penelitian adalah semua kegiatan pencarian, penyelidikan, dan percobaan secara alamiah dalam suatu bidang tertentu, untuk mendapatkan fakta-fakta atau prinsip-prinsip baru yang bertujuan untuk mendapatkan pengertian baru dan menaikkan tingkat ilmu dan teknologi.

Metode penelitian menurut Ibrahim dan Sudjana (dalam Suherman, 2013, hlm. 3) yaitu sebagai berikut :

Menjelaskan arti penelitian pendidikan sebagai upaya untuk menjawab permasalahan secara sistematis dengan menggunakan metode-metode tertentu melalui tahapan pengumpulan data empiris, mengolah dan menarik kesimpulan atas jawaban tersebut, penelitian pendidikan tidak terbatas pada pendekatan yang menggunakan ilmu alam dan fisik.

Menurut Ruslan (dalam Setiawan, 2012, hlm. 1) memaparkan metode penelitian adalah :

Metode penelitian merupakan kegiatan ilmiah yang berkaitan dengan suatu cara kerja (sistematis) untuk memahami suatu subjek atau objek penelitian, sebagai upaya untuk menemukan jawaban yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah dan termasuk keabsahannya.

Sedangkan pengertian metode penelitian menurut Wikipedia (2014, hlm. 1) yaitu:

Metodologi penelitian adalah sekumpulan peraturan, kegiatan, dan prosedur yang digunakan oleh pelaku suatu disiplin ilmu, analisis teoritis mengenai suatu cara, penyelidikan yang sistematis untuk meningkatkan sejumlah pengetahuan, juga merupakan suatu usaha yang sistematis dan terorganisasi untuk menyelidiki masalah tertentu yang memerlukan jawaban.

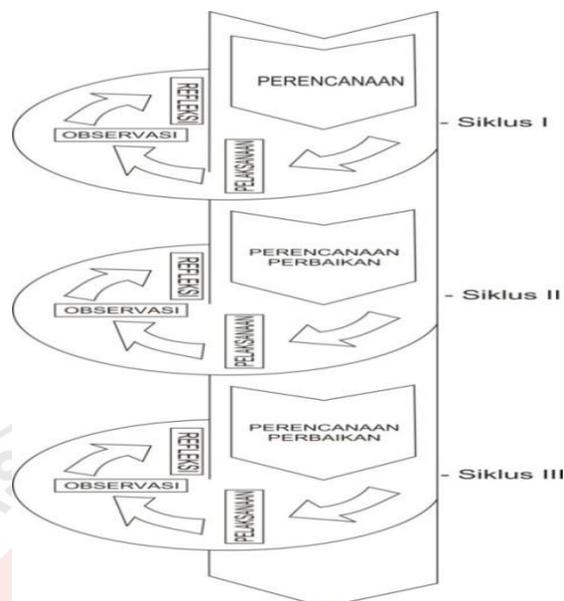
Pada dasarnya setiap ahli mendefinisikan metode penelitian hampir sama semua berangkat dari permasalahan yang dihadapi dengan sistematis dan mengumpulkan data kemudian diolah untuk menarik sebuah kesimpulan. Hal seperti ini dilakukan untuk mencari suatu obat atau pemecahan masalah, untuk mencari pembuktian mengenai hal yang perlu diuji, dan menemukan sesuatu yang baru yang bermanfaat dalam dunia pendidikan. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan metode penelitian yaitu cara seseorang yang akan melakukan penyelidikan mengenai suatu masalah dengan mengumpulkan data, analisis data, pengolahan, dan penarikan kesimpulan berdasarkan temuan yang telah dilakukan dengan didukung teori-teori yang menguatkan penyelidikan tersebut.

2. Desain Penelitian

Desain pada dasarnya merupakan keseluruhan proses pemikiran dan penentuan tentang sesuatu yang akan dilakukan.

Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan dan memperbaiki kualitas pembelajaran siswa dalam kemampuan lompat jauh gaya jongkok maka digunakan penelitian tindakan kelas dengan menggunakan model spiral yang di

kemukakan Kemmis dan Mc Taggart. Berikut ini adalah gambaran model spiral pelaksanaan tindakan PTK menurut Kemmis dan Mc Taggart.



Gambar 3.1
Model Spiral Kemmis Dan Mc Taggart
(Wiraatmadja, 2006, hlm. 66)

Berdasarkan gambar model spiral Kemmis Dan McTaggart mengemukakan bahwa penelitian diawali dari perencanaan (*planning*), Pelaksanaan (*action*), pengamatan (*observing*), refleksi (*reflecting*) menurut Sumadaya (2013, hlm. 40) dapat dijelaskan sebagai berikut :

- a. Perencanaan (*planning*) yaitu merencanakan setelah menemukan masalah yang terjadi pada pembelajaran dan masalah yang terjadi pada peserta didik didalam pembelajaran dikelas.
- b. Tindakan (*action*) yaitu melaksanakan solusi yang sudah peneliti rancang untuk dapat meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani.
- c. Observasi, yaitu mengamati dan mengobservasi proses pembelajaran yang telah dilaksanakan untuk dapat mengetahui seberapa besar keberhasilan yang sudah terjadi.
- d. Refleksi (*reflection*) yaitu tindakan evaluasi untuk dapat melakukan tindakan yang selanjutnya. Dengan tindakan refleksi maka peneliti akan dapat merancang tindakan-tindakan yang selanjutnya guna lebih meningkatkan proses pembelajaran sampai dengan target yang telah ditentukan. Jika hasil 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.

B. Partisipan Dan Tempat Penelitian

1. Partisipan

Penelitian ini dilaksanakan di SDN Sindangwangi Jalan Wirakara n0.42 rt/rw 01/07 Desa Cikadu Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang, pada siswa kelas V. Data yang dikumpulkan diperoleh dari guru, dan siswa selama proses pembelajaran dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok menggunakan permainan lompat tali pada siswa kelas V SDN Sindangwangi Jalan Wirakara no.42 rt/rw 01/07 Desa Cikadu Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang tahun ajaran 2015/2016 yang berjumlah 23 siswa. Terdiri dari 16 orang siswa putra sedangkan putri 7 orang.

Pemilihan kelas V sebagai subjek penelitian dilandasi atas pertimbangan, bahwa banyak siswa kesulitan dalam melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok. Faktor yang dianalisis dalam penelitian ini adalah :

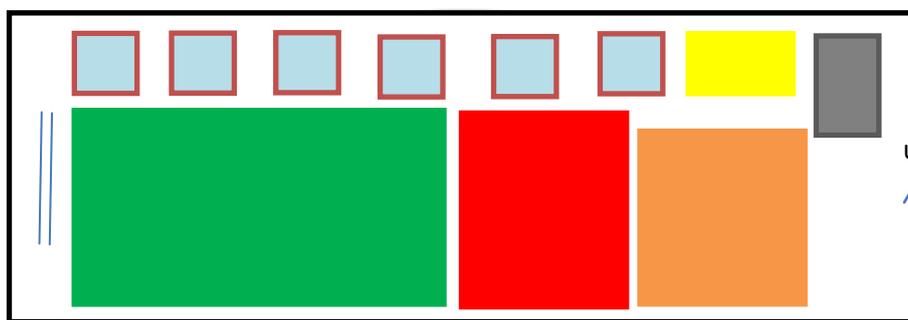
- a. Faktor siswa: melihat kemampuan siswa belum optimal dalam melaksanakan pembelajaran lompat jauh dari kegiatan pendahuluan, inti dan akhir.
- b. Faktor guru: melihat upaya guru dalam mengembangkan strategi rencana dan melaksanakan pembelajaran yang masih belum optimal.

Maka dari itu peneliti mengambil subjek penelitian dari siswa kelas V SDN Sindangwangi karena telah mendapatkan analisis dari beberapa faktor. Pada saat penelitian, peneliti menemukan beberapa masalah yang terjadi seperti siswa kurang bersemangat dan tidak merespon apa yang di sampaikan oleh guru, pada saat pembelajaran berlangsung siswa masih ada yang bermain dan bercanda dengan temannya. Oleh sebab itu peneliti menggunakan permainan dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok supaya siswa merasa tidak bosan dan jenuh dalam proses pembelajaran. Permainan yang dimaksud peneliti yaitu permainan yang mengajak siswa untuk bergerak, supaya siswa aktif dalam proses pembelajaran berlangsung.

Pada pembelajaran lompat jauh gaya jongkok ini peneliti menggunakan permainan lompat tali pada pertemuan pertama, sebelum melakukan pembelajaran lompat jauh guru mengajak siswa melakukan pemanasan, akan tetapi pemanasan yang diberikan berupa permainan seperti permainan jala ikan. Hal tersebut dilakukan agar siswa tidak monoton dalam melakukan pemanasan yang hanya pemanasan statis dan dinamis saja

2.Tempat penelitian

Tempat dan lokasi penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Sindangwangi Jalan Wirakara no.42 rt/rw 07/01 Desa cikadu Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang. Penentuan lokasi ini diharapkan memberi kemudahan dalam proses adaptasi dengan lingkungan sekolah serta mengenal dengan berbagai komponen-komponen di dalam sekolah mulai dari kepala sekolah, karyawan/staf dan guru, terutama pengenalan lingkungan yang berhubungan dengan siswa sebagai subjek penelitian. Sebagai gambaran denah lokasi tempat dan letak pada peta untuk penelitian ini dapat dilihat dibawah ini:



Gambar 3.2
Denah SDN Sindangwangi

Keterangan : Biru muda = kelas 1-6

Hijau = Lapangan

Merah = Ruang Guru/Kantor

Orange = Ruangan Serbaguna

Kuning = Dapur

Abu-abu = WC

Adapun pemilihan lokasi penelitian ditetapkan dengan pertimbangan sebagai berikut:

- a. Masih adanya sejumlah masalah yang dihadapi oleh guru penjas tersebut dalam pelaksanaan program sekolah, khususnya dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.

- b. Terdapat masalah dalam pembelajaran yang dihadapi oleh guru khususnya lompat jauh gaya jongkok.
- c. Faktor biaya yang di keluarkan tidak terlalu mahal di karenakan tidak perlu mengeluarkan biaya tambahan.

3. Waktu Penelitian

Waktu untuk melaksanakan penelitian tindakan di jadwalkan dimulai pada bulan Januari sampai Junidengan dimulai dari perencanaan, pelaksanaan sampai penyusunan laporan penelitian. Penelitian ini dilaksanakan agar pembelajaran lompat jauh gaya jongkok untuk meningkatkan permainan lompat tali mengalami perubahan sampai mencapai target yang telah ditentukan. Apabila masalah dalam penelitian ini belum tercapai maka harus diulang beberapa kali sampai target tercapai. Pemilihan waktu ini disesuaikan dengan kalender akademik dan mengikuti jadwal yang telah ditentukan oleh pihak UPI Kampus Sumedang.

Tabel 3.1
Waktu Penelitian

NO	KEGIATAN	WAKTU PELAKSANAAN TAHUN 2013/2014																							
		Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Perizinan ke SD	■																							
2	Pengambilan Data Awal	■																							
3	Wawancara dan Observasi		■																						
4	Pembuatan Proposal			■																					
5	Seminar Proposal				■																				
6	Revisi dan Perencanaan					■	■	■	■																
7	Pelaksanaan																								
	a. Siklus I								■																
	b. Siklus II									■															
	c. Siklus III										■														
8	Pengolahan dan Analisis Data												■	■	■	■	■	■	■	■					
9	Penyusunan dan Revisi																				■	■	■	■	■
10	Pemantapan																						■	■	■
11	Sidang Skripsi																								■

C. Pengumpulan Data

1. Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat prosedur penelitian yang dimulai dari perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi.

a. Tahap perencanaan

Prosedur penelitian tindakan kelas bisa terdiri dari beberapa siklus dari siklus satu sampai tiga tergantung pencapaian siswa dalam proses pembelajaran dalam mencapai KKM yang sudah ditentukan dan mengacu pada model spiral Kemmis & Mc. Taggart.

Pelaksanaan tindakan dalam penelitian ini diperoleh dari hasil observasi data awal yang hasilnya harus diperbaiki. Data yang diperoleh kemudian dianalisis sehingga terlihat apakah hasilnya mencapai target atau tidak. Apabila hasilnya sudah mencapai target maka penelitiannya dihentikan, harus diulang apabila hasilnya belum mencapai target yang telah ditentukan.

Perencanaan tindakan terdiri dari menyusun alternatif tindakan dalam bentuk RPP, melakukan analisis dan melakukan persiapan tindakan seperti penyiapan perangkat pembelajaran berupa skenario pembelajaran, media, bahan dan alat, instrument observasi, evaluasi dan refleksi.

b. Tahap Pelaksanaan

1) Tahap Perencanaan Tindakan

- a. Mengadakan penelitian awal untuk mengidentifikasi masalah yang timbul.
- b. Meminta izin kepada kepala sekolah untuk melakukan penelitian.
- c. Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) untuk meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan permainan lompat tali untuk setiap siklus.
- d. Menyiapkan alat yang akan digunakan pada pembelajaran.

b. Tahap Pelaksanaan Tindakan

Pada pelaksanaan tindakan peneliti menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :

1) Kegiatan Awal

- a) Siswa dibariskan
- b) Guru dan siswa berdoa bersama
- c) Siswa dan guru melaksanakan pemanasan sesuai dengan petunjuk guru
- d) Menjelaskan kegiatan belajar yang akan dilaksanakan siswa. Pada kegiatan ini peneliti menerapkan permainan lompat tali untuk meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.

2) Kegiatan Inti

- a) Pada siklus 1 peneliti melaksanakan kegiatan sesuai dengan perencanaan yang telah di buat, dimana siklus 1 melakukan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok pada pembelajaran pendidikan jasmani dengan menggunakan permainan lompat tali.
- b) Pada siklus 2 peneliti melaksanakan kegiatan sesuai dengan perencanaan yang telah di buat, yaitu menggunakan permainan lompat tali sapintrongan.
- c) Pada siklus 3 peneliti melaksanakan kegiatan sesuai dengan perencanaan yang telah di buat, dimana siklus 3 mengkolaborasikan antara lompat tali dengan lompat tali sapintrongan.

3) Kegiatan Akhir

- a) Setelah pembelajaran berakhir, peneliti mencatat segala bentuk kegiatan, kejadian dan kendala-kendala yang muncul selama pembelajaran berlangsung ke dalam lembar observasi yang disiapkan.
- b) Siswa duduk sambil melunjurkan kaki berbentuk V dan guru menjelaskan materi yang telah disampaikan dan mengevaluasi gerakan yang salah.

c. Tahap Observasi

Observasi bertujuan untuk mengetahui aktivitas siswa pada saat pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok, serta untuk mengumpulkan data dan membuat catatan lapangan mengenai hal-hal yang terjadi selama proses pembelajaran berlangsung.

d. Refleksi

Tahap refleksi merupakan tahap kegiatan untuk menganalisis dan melakukan evaluasi terhadap informasi yang diperoleh selama pelaksanaan tindakan. Informasi yang berhasil didemonstrasikan, kemudian dianalisis dibandingkan dengan data awal. Hasil atau data yang sudah dianalisis kemudian melalui proses refleksi yang akan ditarik kesimpulan.

Hasilnya akan dijadikan sumber bagi tindakan selanjutnya yaitu dalam rangka memperbaiki, menyempurnakan dan meningkatkan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan permainan lompat tali untuk lebih baik. Adapun langkah-langkah refleksi adalah :

- 1) Analisis terhadap semua informasi atau data yang diperoleh dalam pelaksanaan tindakan.
- 2) Melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok .
- 3) Apabila hasil reflkesi menunjukkan belum sepenuhnya berhasil maka dibuat perencanaan siklus 2-3 untuk lebih baik sehingga mendapatkan hasil yang diharapkan.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen ini digunakan untuk memperoleh hasil yang objektif dalam pengumpulan data. Instrumen sangat penting dalam pengumpulan data karena memperoleh informasi-informasi yang tepat sehingga dengan adanya instrumen maka permasalahan yang sebelumnya dirumuskan akan dapat dipecahkan dengan baik.

Arifin (2012, hlm. 225) mengatakan bahwa “Instrumen merupakan kunci dalam suatu penelitian”. Jadi instrumen merupakan pembuka dalam proses penelitian, baik atau tidaknya sebuah penelitian itu tergantung juga baik atau tidaknya sebuah instrumen yang digunakan. Dalam melakukan pengumpulan informasi dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah sebagai berikut:

a. Format Observasi Perencanaan Pembelajaran Menggunakan Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG 1)

Peneliti menggunakan format ini bertujuan untuk mengukur perencanaan tindakan dalam hal ini kinerja guru dalam upaya merencanakan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan permainan lompat tali. Dalam hal ini kemampuan kinerja guru dalam merencanakan pembelajaran. Instrumen penilaian kinerja guru perencanaan pembelajaran bertujuan untuk melihat kualitas perencanaan pembelajaran di setiap siklusnya. IPKG 1 mengukur perencanaan pembelajaran dalam berbagai aspek dengan anggapan apabila perencanaan pembelajaran memiliki kualitas yang baik maka pelaksanaan pembelajaran pun akan baik pula. Instrumen penilaian kinerja guru perencanaan pembelajaran menilai rencana pelaksanaan pembelajaran yang dibuat oleh guru, penilaian yang diberikan menggunakan skala satu sampai empat dengan nilai tertinggi empat dan nilai terendah satu. Setiap aspek yang dinilai dijumlahkan dan dirata-ratakan

untuk melihat kualitas perencanaan dari setiap komponen yang dinilai, semua komponen dirata-ratakan dan akan terdapat nilai keseluruhan dari setiap komponen yang dinilai sehingga didapat nilai dari rencana pelaksanaan yang dibuat dan dapat terlihat kualitas dari rencana pelaksanaan pembelajaran tersebut.

Instrumen penilaian kinerja guru memungkinkan untuk ditemukannya kelemahan dan kelebihan dari perencanaan pelaksanaan pembelajaran yang dibuat. Perencanaan pembelajaran yang baik akan berdampak pada kualitas pelaksanaan pembelajaran dan memungkinkan tercapainya tujuan pembelajaran akan meningkat pula, dengan penilaian yang objektif yang dibuat akan terlihat kualitas guru dalam membuat perencanaan pembelajaran.

Tabel 3.2

IPKG 1
INSTRUMEN PENILAIAN KINERJA GURU
(Kemampuan Perencanaan Pembelajaran)

NO	KOMPONEN RENCANA PEMBELAJARAN	1	2	3	4
A.	Perumusan Tujuan Pembelajaran				
	1. Merumuskan tujuan pembelajaran				
	2. Kejelasan rumusan				
	3. Kejelasan cakupan rumusan				
	4. Kesesuaian dengan kompetensi dasar				
	Jumlah				
B.	Mengembangkan dan Mengorganisasikan Materi Media Sumber Belajar dan Metode Pembelajaran				
	1. Mengembangkan dan mengorganisasikan materi pembelajaran				
	2. Menentukan dan mengembangkan alat bantu pembelajaran				
	3. Memilih sumber belajar				
	4. Memilih sumber pembelajaran				
	Jumlah				
C.	Merencanakan Skenario Kegiatan Pembelajaran				
	1. Menentukan jenis kegiatan pembelajaran				
	2. Menyusun langkah-langkah pembelajaran				
	3. Menentukan alokasi waktu pembelajaran				
	4. Kesesuaian metode, materi dan tujuan pembelajaran				
	5. Kesesuaian metode, materi dan peserta didik				
	Jumlah				
D.	Merencanakan Prosedur, Jenis dan Menyiapkan Alat Pembelajaran				
	1. Menentukan proses dan jenis penilaian				
	2. Membuat alat penilaian				
	3. Menentukan kriteria penilaian				
	Jumlah				
E.	Tampilan Dokumen Rencana Pembelajaran				
	1. Kebersihan dan kerapihan				
	2. Penggunaan bahasa tulis				
	Jumlah				
	SKOR TOTAL IPKG 1 $\frac{A+B+C+D+E}{5} = \frac{32}{5} \times 100\%$				

Deskriptor Perencanaan Pembelajaran

A. Merumuskan tujuan pembelajaran

1. Rumusan tujuan pembelajaran tidak jelas dan tidak lengkap.
2. Rumusan tujuan pembelajaran jelas tapi tidak lengkap atau tidak jelas tapi lengkap.
3. Rumusan tujuan pembelajaran jelas dan lengkap, atau jelas dan logis atau lengkap dan logis.
4. Rumusan tujuan pembelajaran lengkap dan disusun secara logis.

B. Mengembangkan dan mengordinasikan materi, media (alat bantu pembelajaran) metode pembelajaran dan sumber pembelajaran.

1. Mengembangkan dan mengordinasikan materi pembelajaran
 - a. Cakupan materi.
 - b. Sistematika materi.
 - c. Kesesuaian dengan kemampuan dan kebutuhan siswa.
 - d. Kemutakhiran (kesesuaian dengan perkembangan terakhir dalam bidangnya).
2. Menentukan dan mengembangkan alat pembelajaran.
 - a. Direncanakan penggunaan satu macam media tapi tidak sesuai dengan tujuan.
 - b. Direncanakan penggunaan lebih dari satu media tetapi tidak sesuai dengan tujuan.
 - c. Direncanakan satu macam media yang sesuai dengan tujuan.
 - d. Direncanakan penggunaan lebih dari satu macam media yang sesuai dengan tujuan.
3. Memilih sumber belajar
 - a. Kesesuaian sumber belajar dengan tujuan.
 - b. Kesesuaian sumber belajar dengan perkembangan siswa.
 - c. Kesesuaian sumber belajar dengan materi yang akan di ajarkan.
 - d. Kesesuaian sumber belajar dengan lingkungan siswa.
4. Memilih metode pembelajaran

- a. Direncanakan menggunakan satu macam media tetapi tidak sesuai dengan tujuan.
- b. Direncanakan menggunakan lebih dari satu macam media tetapi tidak sesuai dengan tujuan.
- c. Direncanakan penggunaan satu macam media yang sesuai dengan tujuan.
- d. Direncanakan penggunaan media yang sesuai dengan tujuan.

C. Merencanakan skenario kegiatan pembelajaran

1. Menentukan jenis kegiatan pembelajaran
 - a. Sesuai dengan tujuan.
 - b. Sesuai dengan perkembangan anak.
 - c. Sesuai dengan bahan yang di ajarkan.
 - d. Sesuai dengan waktu yang tersedia.
2. Menyusun langkah-langkah pembelajaran
 - a. Dicantumkan langkah pembukaan, inti, penutup tetapi tidak rinci.
 - b. Dicantumkan langkah pembukaan, inti dan penutup secara rinci tetapi tidak sesuai dengan tujuan dan materi pembelajaran.
 - c. Dicantumkan langkah pembukaan, inti, dan penutup secara rinci dan sesuai dengan tujuan atau sesuai dengan materi pembelajaran.
 - d. Dicantumkan langkah pembukaan, inti, penutup secara rinci serta sesuai dengan tujuan dan materi pembelajaran.
3. Menentukan alokasi waktu
 - a. Alokasi waktu secara keseluruhan dicantumkan pada rencana pembelajaran.
 - b. Alokasi waktu untuk setiap langkah (kegiatan pembukaan, inti dan penutup) dicantumkan.
 - c. Alokasi waktu kegiatan inti lebih besar dari pada jumlah waktu kegiatan pembukaan dan penutup.
 - d. Alokasi waktu untuk setiap kegiatan dalam langkah-langkah pembelajaran dirinci secara proporsional.
4. Kesesuaian metode, materi dan tujuan
 - a. Dicantumkan strategi pembelajaran digunakan.

- b. Dicantumkan strategi pembelajaran sesuai dengan tujuan.
 - c. Dicantumkan strategi pembelajaran sesuai dengan materi dan tujuan.
 - d. Dicantumkan strategi pembelajaran sesuai dengan materi dan tujuan secara rinci.
5. Kesesuaian metode, materi dan peserta didik
- a. Dicantumkan metode, materi yang memudahkan peserta didik.
 - b. Dicantumkan metode, materi yang dapat di demonstrasikan peserta didik.
 - c. Dicantumkan metode, materi yang dapat menyebabkan perubahan peserta didik.
 - d. Dicantumkan metode, materi yang dapat menyebabkan perubahan watak, sikap dan keterampilan peserta didik.

D. Merencanakan prosedur, jenis dan menyiapkan alat penilaian

1. Merencanakan prosedur dan jenis penilaian
- a. Tercantum prosedur atau jenis penilaian saja tetapi tidak sesuai dengan tujuan.
 - b. Tercantum prosedur atau jenis penilaian saja yang sesuai dengan tujuan.
 - c. Tercantum prosedur dan jenis penilaian salah satu diantaranya sesuai dengan tujuan.
 - d. Tercantum prosedur atau jenis penilaian keduanya sesuai dengan tujuan.
2. Membuat alat penilaian sesuai dengan tujuan
- a. Tidak tercantum alat penilaian yang sesuai dengan bentuk penilaian.
 - b. Alat penilai ada tapi tidak sesuai dengan bentuk perubahan dan tidak lengkap.
 - c. Alat penilaian ada sesuai dengan bentuk perubahan tetapi tidak lengkap.
 - d. Alat penilaian ada sesuai dengan bentuk perubahan dan lengkap.
3. Menentukan kriteria penilaian
- a. Menuliskan deskriptor keberhasilan secara jelas.

- b. Kriteria penilaian di tulis dengan bahasa yang jelas dan mudah dipahami.
- c. Tafsiran penilaian mewakili hasil kegiatan.
- d. Deskriptor atau kunci jawaban jelas dan sesuai dengan alat penilaian.

E. Tampilan dokumen rencana pembelajaran

1. Kebersihan dan kerapihan

- a. Tulisan dapat dibaca dengan mudah.
- b. Tidak banyak coretan.
- c. Bentuk dan tulisan baku.
- d. Tulisan tegak bersambung.

2. Penggunaan bahasa tulis.

- a. Bahasa komunikatif, mudah dimengerti dan dilaksanakan.
- b. Pilihan kata tepat.
- c. Struktur kalimat baku.
- d. Struktur penulisan sesuai dengan EYD.

b. Format Observasi Pelaksanaan Pembelajaran Menggunakan Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG 2)

Peneliti menggunakan format ini bertujuan untuk mengukur kemampuan melaksanakan pembelajaran yang dalam hal ini kinerja guru dalam upaya melaksanakan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan permainan lompat tali.

Dalam hal ini kemampuan melaksanakan pembelajaran seorang guru dapat dilihat pada saat proses belajar mengajar berlangsung. IPKG 2 merupakan instrumen yang digunakan untuk mengukur kualitas pelaksanaan pembelajaran. Sesuai dengan rumusan masalah pada bab sebelumnya bahwa dijelaskan terdapa empat rumusan yang diawali dengan perencanaan, kinerja guru, aktivitas siswa, dan hasil belajar, berangkat dari rumusan masalah maka format ini menunjang peneliti untuk mendapatkan acuan dalam proses pembelajaran terutama kinerja guru. Dengan format ini dapat dilihat kinerja seorang guru dalam mengajar sesuai dengan indikator dan deskriptor yang ada dalam IPKG 2. Pelaksanaan pembelajaran dengan melihat berbagai aspek penting di dalamnya memungkinkan untuk meningkatkan aktivitas siswa dalam pembelajaran.

Tabel 3.3

IPKG 2
INSTRUMEN PENILAIAN KINERJA GURU
(Kemampuan Melaksanakan Pembelajaran)

No	Aspek Yang Diamati	Penilaian				Tafsiran			
		1	2	3	4	SB	B	C	K
A	Pra Pembelajaran								
1	Kesiapan ruang, alat, dan media pembelajaran								
2	Memeriksa kesiapan siswa								
	Jumlah								
B	Membuka Pembelajaran								
1	Melakukan kegiatan apersepsi dan pemanasan								
2	Menyiapkan komponen (tujuan) yang akan dicapai dan rencana kegiatan								
	Jumlah								
C	Mengelola Inti Pembelajaran								
1	Memberikan petunjuk mengenai lompat jauh gaya jongkok								
2	Mengenai respon dan pertanyaan siswa								
3	Melakukan komunikasi lisan, isyarat, dan gerakan badan								
4	Memacu dan memelihara ketertiban siswa								
5	Memantapkan keterampilan pengetahuan siswa								
	Jumlah								
D	Mendemonstrasikan Kemampuan Khusus Dalam Pembelajaran Penjas								
1	Merangkai gerakan								
2	Memberikan kesempatan secara leluasa kepada siswa melakukan aktivitas gerak								
3	Membimbing siswa melakukan gerakan dan melakukan aktivitas gerak								
4	Memberikan pertolongan kepada siswa yang mengalami kesulitan								
5	Penggunaan media dan alat pembelajaran								
	Jumlah								
E	Melaksanakan Evaluasi Proses Dan Hasil Belajar								
1	Melaksanakan penilaian selama proses dan akhir pembelajaran								
2	Melaksanakan penilaian pada akhir pembelajaran								
	Jumlah								
F	Kesan Umum Kinerja Guru								
1	Keefektifan proses pembelajaran								
2	Penampilan guru dalam pembelajaran								
	Jumlah								
	PERSENTASE TOTAL: $\frac{A+B+C+D+E}{F} \times 100$								

Deskriptor kinerja guru**A. Pra pembelajaran**

1. Kesiapan ruang, alat dan media pembelajaran.
2. Memeriksa kesiapan siswa.

B. Membuka kegiatan pembelajaran

1. Menarik perhatian anak.
2. Memotivasi anak.
3. Mengaitkan materi dengan pengalaman anak.
4. Mengarah pada kegiatan inti.

C. Mengelola inti pembelajaran

1. Isi kegiatan yang disampaikan benar, tidak ada yang menyimpang.
2. Penyampaian lancar tidak tersendat-sendat.
3. Penyampaian sistematis.
4. Materinya benar dan mudah dimengerti anak.

D. Mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran penjas

1. Melakukan gerakan persiapan, pelaksanaan dan akhir.
2. Leluasa melakukan aktivitas siswa.
3. Mengarahkan dan mengoreksi gerakan.
4. Membantu atau menentukan solusi pada siswa.

E. Melaksanakan penilaian proses dan hasil belajar

1. Melaksanakan penilaian/pengamatan selama kegiatan berlangsung sesuai dengan bentuk penilaian yang sudah ada.
2. Menilai kemajuan anak secara individual.
3. Mengajukan pertanyaan atau tugas selama kegiatan berlangsung.
4. Memberi balikan dan perbaikan dari hasil penilaian.

F. Kesan umum kinerja guru

1. Guru terlibat langsung dalam pembelajaran.
2. Guru memberi kesempatan untuk leluasa pada siswa.
3. Pakaian guru yang sesuai dengan kondisi di lapangan.
4. Menutup pembelajaran dengan waktu yang telah di tentukan.

d. Format Tes

Peneliti menggunakan format ini bertujuan untuk mengukur keberhasilan belajar siswa dalam melaksanakan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan permainan lompat tali sebelum dan sesudah pemberian tindakan dengan memverifikasi nilai yang diperoleh dari setiap siklusnya. Tes dilakukan dalam bentuk praktek setelah proses pembelajaran kegiatan awal sampai kegiatan inti selesai dilaksanakan, tingkat kesulitan tes ditambah pada setiap siklusnya. Format tes bertujuan untuk mengukur pencapaian hasil belajar siswa disetiap siklusnya. Setiap aspek diberikan nilai satu jika satu indikator yang tercapai, dua jika dua indikator tercapai, tiga jika tiga indikator tercapai dan empat jika semua indikator tercapai. Semua aspek yang dinilai dijumlahkan lalu dibagi dengan nilai maksimal yaitu 16 sehingga didapatkan nilai dengan kriteria ketuntasan minimal 75, jadi siswa yang mencapai nilai sama atau lebih dari 75 dinyatakan lulus dan jika kurang dari 75 dinyatakan belum lulus, jika kelulusan hasil tes belum mencapai 90% dari seluruh siswa maka akan dibuat siklus selanjutnya sampai dengan tercapainya target yang telah ditentukan.

Penilaian hasil belajar dengan menggunakan format tes memungkinkan penilaian dengan aspek-aspek penilaian mengenai permainan lompat tali untuk meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok sehingga dapat terlihat pencapaian dari setiap aspek yang dinilai. Dengan penilaian objektif yang diberikan pada saat evaluasi pembelajaran dapat terlihat siapa saja yang sudah lulus dan siapa saja yang belum lulus sehingga dalam siklus selanjutnya dapat mempermudah untuk menilai siswa sesuai kemampuannya dan memberikan kesempatan kepada siswa yang belum lulus untuk mencapai target, dan diberikan perlakuan yang berbeda pada siklus sebelumnya sehingga dapat meningkatkan pencapaian dalam evaluasi selanjutnya.

e. Format Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi mengenai permasalahan yang harus diteliti, teknik wawancara dapat dikatakan sebagai pendasaran diri pada laporan tentang diri sendiri atau *self-report*.

Format wawancara memungkinkan untuk mengumpulkan data yang mendukung pada tujuan penelitian yang dibuat sehingga dapat membantu dalam penarikan kesimpulan, format wawancara juga dimaksudkan untuk merekam data yang tidak tereka dengan instrumen lainnya. Data yang terkumpul dari hasil wawancara disimpulkan sehingga membantu dalam mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian.

Tabel 3.6
FORMAT WAWANCARA GURU

PERTANYAAN	JAWABAN
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

Tabel 3.7
FORMAT WAWANCARA SISWA

Pertanyaan	Jawaban	
1.		
2.	Ya	Tidak
3.		

f. Format Catatan Lapangan

Peneliti menggunakan format ini bertujuan untuk mencatat hal-hal yang penting di lapangan ketika pembelajaran berlangsung (pendahuluan, inti, akhir) dari setiap siklus/pertemuan sehingga akan tergambar peningkatan dari setiap siklus. Catatan lapangan merupakan catatan tertulis mengenai apa yang didengar, dilihat, dan foto juga bisa dijadikan catatan lapangan karena merupakan bukti telah dilakukannya penelitian sehingga menghindari terjadinya penelitian secara fiktif atau manipulasi data dalam pelaksanaannya dialami dan dipikirkan dalam rangka mengumpulkan data dan refleksi terhadap data.

Penerapan instrumen catatan lapangan memungkinkan untuk merekam apa yang terjadi dalam penelitian yang tidak dimungkinkan direkam oleh penelitian lain, catatan lapangan dapat merekam hal yang dilihat, didengar dan dirasakan peneliti pada saat penelitian sehingga dapat menunjang dalam pengumpulan data yang akan membantu dalam menjawab apa yang telah menjadi tujuan dari penelitian yang dilaksanakan.

Tabel 3.8
FORMAT CATATAN LAPANGAN

Fokus	Deskripsi proses pembelajaran	Komentar
Kegiatan awal pembelajara		
Kegiataninti pembelajaran		
Kegiatan akhir pembelajaran		

3. Teknik Pengumpulan Data dan Pengolahan Data

a. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan sebuah cara untuk menemukan informasi yang di inginkan. Dalam pengumpulan data, kita mengenal ada dua data yaitu data kuantitatif dan kualitatif. Kedua teknik pengumpulan data ini merupakan teknik yang selalu dipakai dalam penelitian.

Data kuantitatif menurut Arifin (2012, hlm.191) adalah data yang berhubungan dengan angka-angka atau bilangan, baik yang diperoleh dari hasil pengukuran maupun diperoleh dengan jalan mengubah data kualitatif menjadi kuantitatif.

Sedangkan data kualitatif menurut Arifin (2012, hlm.192) yaitu data yang dikategorikan berdasarkan kualitas objek yang diteliti, seperti baik, buruk dan sebagainya. Dalam data kualitatif dalam penelitian tindakan kelas yaitu dari hasil wawancara.

b. Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data yaang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut:

- 1) Mengumpulkan format hasil IPKG 1, untuk dianalisis sebagai data dalam perencanaan pembelajaran pada siklus selanjutnya.
- 2) Menumpulkan format hasil observasi dalam perencanaan pembelajaran dari nilai lembar IPKG 2, untuk dianalisis sebagai data dalam perencanaan pembelajaran pada siklus selanjutnya.

- 3) Mengumpulkan data menganalisis nilai aktivitas siswa yang terdapat pada lembar hasil observasi aktivitas siswa mengenai nilai dan sikap pengetahuan sebagai pertimbangan dalam tindakan selanjutnya.
- 4) Mengumpulkan dan menganalisis data hasil belajar siswa yang terdapat pada lembar hasil belajar siswa, yang akan dijadikan dasar bagi peningkatan dan perubahan tingkah laku dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok pada siklus selanjutnya.

4. Validitas Data

Keabsahan data penelitian dapat dilihat dari kemampuan menilai data dari aspek validitas data penelitian. Untuk menguji validitas penelitian dapat dilakukan dengan teknik *member check*, triangulasi, *audit trail* dan *expert opinion*.

a. Member check

Member check adalah meninjau kembali keterangan-keterangan atau informasi data yang diperoleh selama observasi atau wawancara, dengan cara mengonfirmasikan dengan guru maupun siswa melalui kegiatan *reflektif-kolaboratif* pada setiap akhir kegiatan pembelajaran. *Member check* dilakukan dengan mengecek kembali data pada siswa dan guru pada waktu kegiatan pembelajaran permainan lompat tali untuk meningkatkan kekuatan otot tungkai pada gerak dasar lompat jauh gaya jongkok. Dalam kegiatan *member check* ini peneliti menggunakan hasil temuan sementara untuk memperoleh tanggapan, sanggahan atau informasi baik dari guru ataupun siswa, sehingga terdapat data yang benar dan memiliki derajat validitas yang tinggi.

Member check dilakukan untuk mengetahui apakah data yang telah peneliti temukan sesuai atau tidak sehingga didapatkan validitas dari setiap temuan peneliti. Kegiatan ini dilakukan antara peneliti dengan guru dan peneliti dengan siswa setelah pembelajaran selesai. Jika data yang ditemukan guru sesuai dengan informasi dari guru atau siswa maka validitas dari temuan peneliti tinggi. Pelaksanaan *member check* memungkinkan untuk adanya tukar pikiran antara yang ditemukan peneliti dengan apa yang ditemukan guru atau siswa sehingga ditemukan kesesuaian dari apa yang guru dan siswa temukan dengan apa yang ditemukan peneliti dengan begitu temuan peneliti dapat dipertanggung jawab bahwa tidak hanya menarik kesimpulan sepihak tetapi juga atas hasil dari temuan

dari peneliti beserta guru dan siswa. Kegiatan *member check* dilaksanakan antara guru pamong yaitu Ibu Watmah, A.Ma. Pd. dengan NIP.196506151988032011 dan kepala sekolah Ibu Euis Nurhayati, S. Pd. dengan NIP 196009291979122002.

Adapun proses kegiatannya yaitu memeriksa :

1. Daftar hadir kelas V SDN Sindangwangi
2. Nomor induk siswa
3. Daftar I
4. Jadwal pelajaran

b. Triangulasi

Triangulasi adalah kebenaran data yang diperoleh peneliti dengan membandingkan dengan hasil orang lain atau mitra peneliti lain yang hadir dan menyaksikan situasi yang sama.

Maka peneliti melakukan kegiatan sebagai berikut.

1) Kegiatan yang divalidasi data :

- c. Mengkaji kurikulum yang berlaku.
- d. Menentukan materi yang sesuai dengan program pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kelas V.
- e. Disesuaikan dengan kompetensi.
- f. Disesuaikan dengan kompetensi dasar.

2) Waktu pelaksanaan

Hari : Selasa

Tanggal : 12 April 2016

Tempat : Sekolah Dasar Negeri Sindangwangi

3) Peneliti mengadakan diskusi dengan :

Guru penjas : Watmah, A. Ma. Pd

NIP : 196506151988032011

Kepala Sekolah : Euis Nurhayati, S. Pd.

NIP : 196009291979122002

c. *Audit Trail*

Audit Trail adalah mengecek kebenaran prosedur dan metode pengumpul data dengan mendiskusikan dengan pembimbing dan teman-teman mahasiswa. Kegiatan ini bertujuan untuk memperoleh data dengan validitas tinggi. Kegiatan

ini dilakukan antara peneliti dengan pembimbing yaitu bapak Indra Safari, M.Pd dan bapak Yogi Akin, M.Pd dan teman mahasiswa dengan tujuan untuk mengetahui kebenaran dari prosedur dan juga metode pengumpulan data.

Peneliti memperlihatkan prosedur dan metode dalam mengumpulkan data dalam penelitian yang dilakukan sehingga dapat diketahui prosedur mana yang tepat dan metode mana yang tepat sehingga dalam pengumpulan datanya akan efektif dan efisien yang berpengaruh pada efektifitas penelitian yang dilakukan sehingga didapatkan data yang diperlukan dalam penelitian.

d. Expert opinion

Expert opinion adalah pengecekan terakhir terhadap kesahihan temuan peneliti kepada pakar profesional, dalam hal ini peneliti mengkonfirmasi temuan kepada pembimbing atau dosen untuk memperoleh arahan dan masukan sehingga validasi temuan penelitian dapat di pertanggung jawabkan.

Kegiatan pengecekan ini dilaksanakan antara peneliti dengan dosen pembimbing yaitu bapak Indra Safari, M.Pd dan bapa Yogi Akin M.Pd. Kegiatan ini dilakukan untuk memperoleh arahan dan masukan dalam penelitian sehingga dapat didapatkan validasi dari setiap temuan dari penelitian yang telah dilakukan. Dengan dilaksanakannya bimbingan antara peneliti dengan dosen pembimbing maka akan terjadi proses diskusi mengenai penelitian yang dilakukan. Jika temuan peneliti telah disetujui oleh dosen pembimbing maka penelitian yang telah dilaksanakan memiliki validitas yang tinggi dan dapat dipertanggung jawabkan

D. Analisis Data

Analisis data merupakan sebuah usaha untuk mencari kebenaran atau menjawab pertanyaan yang sesuai dengan permasalahan. Data ada yang disebut data kualitatif dan kuantitatif, dalam menganalisis keduanya tentu berbeda. Analisis data kualitatif dapat dibuat dalam bentuk uraian singkat, bagan alur, atau tabel sesuai dengan hakikat data yang dianalisis. Sedangkan untuk menganalisis data kuantitatif yaitu dengan statistik deskriptif untuk menemukan prosentase dan nilai-nilai rata-rata. Penyajian datanya dapat dilakukan dengan membuat tabel distribusi atau grafik.

Keabsahannya.

E. Isu Etik

Pembelajaran pendidikan jasmani begitu kaya akan pengalaman emosional aneka macam emosi terlihat di dalamnya dan mampu menyediakan kesempatan untuk memperlihatkan pengembangan karakter siswa. Pengajaran ketika dalam pendidikan jasmani biasanya dilihat dari contoh perilaku dan kehidupan sehari-hari. Pada penelitian ini metode pembelajaran yang dipakai yang bersangkutan dengan disiplin ilmu yang telah dipelajari selama perkuliahan berlangsung sehingga menjadi acuan bagi peneliti untuk menggunakan metode kuda pacu, karena metode ini mempunyai keterkaitan terhadap kegiatan psikomotor yang menunjang nilai gerak, disiplin dan kerja sama. Pada saat pembelajaran lompat jauh gaya jongkok siswa masih banyak yang tidak memperhatikan bahkan banyak siswa yang tidak mengikuti pembelajaran dikarenakan pembelajaran monoton. Untuk itu peneliti memberikan tindakan dengan menggunakan permainan lompat tali, tindakan ini diberikan agar siswa merasa tertarik dengan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.

