BAB III
METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Operasional Penelitian

Tujuan operasional penelitian ini adalah untuk memperbaiki proses pembelajaran PJOK, khususnya dalam upaya meningkatkan penguasaan pola gerak siswa melalui implementasi modifikasi media pembelajaran dalam aktivitas lempar lembing di SMP Negeri 6 Cimahi.

B. Fokus Yang Diteliti

Merujuk kepada tujuan penelitian diatas, maka yang menjadi fokus penelitian ini adalah meningkatkan penguasaan pola gerak siswa dalam pembelajaran PJOK melalui implementasi modifikasi media pembelajaran dalam aktivitas lempar lembing.

C. Metode penelitian

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (PTK) yang sering disebut dengan Classroom Action Research. Menurut Arikunto, dkk (2008, hal. 3) bahwa "Penelitian tindakan kelas merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama".

D. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu penelitian

   Penelitian ini dilaksanakan mulai bulan Desember 2015 sampai dengan Agustus 2016. Garis-garis besar kegiatan penelitian dapat digambarkan seperti pada tabel 3.1 dibawah ini :

Jajang Febri Nuryadi, 2016
IMPLEMENTASI MODIFIKASI MEDIA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI TERHADAP PEMBENTUKAN POLA GERAK DALAM AKTIVITAS/PEMBELAJARAN LEMPAR LEMBING
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Tabel 3.1
Jadwal Penelitian

No	Nama Kegiatan	Bulan																							
		Des 2015				Jan 2016				Feb 2016				Mar 2016				Juli 2016				Agu 2016			
		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	Penyusunan dan bimbingan proposal skripsi	x	x	x	x	x																			
3	Seminar proposal skripsi						x																		
4	Surat keputusan (SK)							x	x	x	x														
5	Penulisan BAB I																x	x							
6	Penulisan BAB II													x	x	x									
7	Penulisan BAB III											x	x												
8	Tindakan Penelitian																		x	x	x	x			
9	Penulisan BAB IV																						x	x	
10	Penulisan BAB V																								x

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 6 Cimahi, yang berjumlah 42 orang siswa terdiri dari 16 siswa laki-laki dan 26 siswa perempuan. Beralamat di JL. Gatot Subroto No. 19. Kota Cimahi.

E. Prosedur penelitian

1. Observasi Awal

Kegiatan yang dilakukan dalam observasi awal ini adalah mengamati kegiatan pembelajaran dan menganalisis masalah-masalah yang terkait dengan fokus penelitian. Fokus masalah yang diteliti atau yang diobservasi meliputi; Dokumentasi yaitu silabus pembelajaran, program tahunan dan

Pertemuan Ke	Kegiatan Pembelajaran

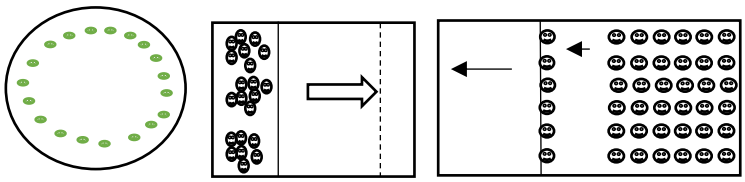
semester, serta RPP guru penjas; kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru, yaitu gaya/metode mengajar yang digunakan oleh guru, keadaan lingkungan sekolah, respon siswa terhadap kegiatan pembelajaran disekolah yang dijadikan tempat penelitian; sarana dan prasarana, yaitu alat-alat pembelajaran yang dapat digunakan dalam melaksanakan pembelajaran. Seperti bola basket, bola futsal, bola voli, tolak peluru, cakram, lembing, hulahoop, tambang, dll. (lengkap)

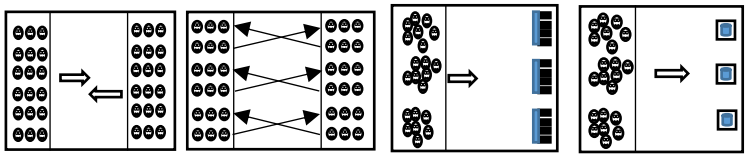
Data-data yang terkait dengan fokus penelitian dicatat dalam catatan lapangan yang dijadikan data untuk pembahasan dan dituangkan dalam rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). Data hasil pengamatan tersebut yang berupa masalah-masalah yang teridentifikasi, selanjutnya dijadikan pedoman untuk membuat perencanaan perbaikan dalam pembelajaran tahap berikutnya. Dalam penelitian ini, salah satu perencanaan yang dibuat oleh peneliti adalah rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) aktivitas pembelajaran lempar lembing dengan menerapkan modifikasi media pembelajaran kapal-kapalan. Sesuai dengan batasan masalah yang dikaji dalam penelitian ini.

2. Perencanaan

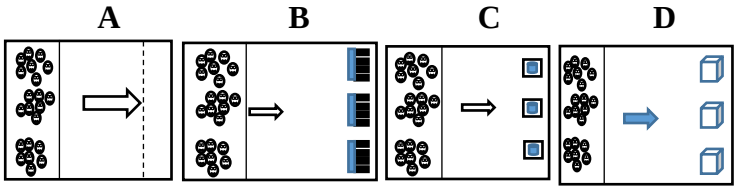
Pada tahapan perencanaan dibuat tahapan-tahapan pelaksanaan pembelajaran yang akan dilakukan oleh peneliti dalam pembelajaran lempar lembing, yaitu :

a. Membuat rancangan RPP aktivitas lempar lembing dengan implementasi modifikasi media pembelajaran. Dalam pembuatan RPP ini peneliti perlu mempelajari beberapa hal, yaitu :

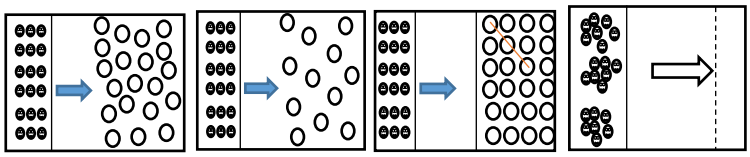
1 (satu) **Rabu, 26 Juli 2016**	**Tujuan** - Melakukan lemparan dengan berbagai posisi sesuai dengan aktivitas yang dilakukan. - Berusaha untuk mengetahui bagaimana posisi melempar dengan benar. **Aktivitas** **A** **B** **C**  - Alat yang digunakan dalam pembelajaran ini adalah kapal-kapalan kertas. - Lapangan di bagi menjadi 3 bagian dan masing-masing bagian memiliki tugas latihan yang berbeda - Siswa dibagi kedalam beberapa kelompok, dengan jumlah yang sama banyak. **Bagian A** - Siswa dibagi menjadi 6-7 kelompok dengan jumlah yang sama banyak. - Setiap kelompok membuat sebuah lingkaran, kemudian melakukan gerakan melempar dengan badan menyamping. - Setelah itu, masih dengan gerakan melempar dengan badan menyamping, hanya saja kapal kapalan harus berhasil ditangkap sebelum menyentuh tanah. - Kelompok yang paling banyak berhasil menangkap kapal-kapapalan menjadi kelompok terbaik. **Bagian B** - Masih dalam kelompok yang sama. - Siswa dalam setiap kelompok melakukan gerakan melempar, dan dilakukan sambil berjalan. - Langkah dalam melakukan lemparan tidak ditentukan.

	Bagian C - Masih dalam kelompok yang sama. - Siswa berbaris dalam setiap kelompok. - Satu orang dari setiap kelompok berada didepan kelompok dengan jarak 5 m. - Sementara teman sekelompoknya melakukan lemparan sambil berjalan, dan melempaskan lemparan setelah mendekati teman yang ada didepannya. **Evaluasi dan feedback**
2 (Dua) **Rabu, 2 Agustus 2016**	**Tujuan** - Melakukan gerakan lempar menggunakan media bola tenis. - Berusaha untuk mengetahui bagaimana posisi melempar dengan benar **Aktivitas** A B C D  - Alat yang digunakan dalam pembelajaran ini adalah bola tenis. - Lapangan di bagi menjadi 4 bagian dan masing-masing bagian memiliki tugas latihan yang berbeda - Masing-masing bagian aktivitas berdurasi 15 menit, setelah 15 menit, tiap siswa berputar ke tempat selanjutnya - Siswa dibagi kedalam beberapa kelompok, dengan jumlah yang sama banyak. **Bagian A** - Setiap kelompok dibagi menjadi 2 bagian, dan saling berhadap-hadapan dengan jarak 15-20 m. - Dalam setiap kelompok, siswa berusaha melakukan

	lempar tangkap bola kasti sebanyak mungkin. Dan bola yang dilemparkan sebisa mungkin harus tertangkap. - Setiap bola yang dilempar, kemudian berhasil ditangkap tanpa terjatuh mendapat poin 1. **Bagian B (line)** - Masih dalam kelompok yang sebelumnya, hanya saja pada kali ini lempar tangkap bola dilakukan secara menyilang dengan jarak 15-20 m. - Dimana dari dua kelompok berubah menjadi 1 kelompok. - Sama dengan permainan sebelumnya, poin 1 diberikan jika setiap bola yang dilempar, kemudian berhasil ditangkap tanpa terjatuh terlebih dahulu. **Bagian C** - Kembali pada kelompok sebelumnya. - Setiap kelompok berusaha menembak sasaran berupa kardus yang di susun berjejer sebanyak 4 buah. - Setelah semua kardus berhasil di jatuhkan, kelompok tersebut berusaha secepatnya untuk menyususnnya kembali. - Bila kardus ada yang belum terjatuh, maka kelompok tersebut belum dapat menyususnnya kembali. **Bagian D** - Masih dalam kelompok yang sama. - Setiap kelompok berusa terlebih dahulu menyusun sasaran berupa tumpukan kaleng yang berjumlah 9 buah kaleng. - Disusun menjadi 3 susunan menyerupai tiang. - Setelah tersusun, setiap kelompok berusaha menjatuhkan semua sususan kaleng. - Setelah semua susunan kaleng berhasil dijatuhkan, kelompok tersebut harus secepat mungkin menyususnnya kembali. - Kelompok yang paling cepat menyususnnya kembali mejadi kelompok terbaik.

	Evaluasi dan feedback
3 (Tiga) **Rabu, 9 Agustus 2016**	**Tujuan** - Melakukan gerakan lempar menggunakan media berupa tongkat estafet. - Berusaha untuk mengetahui bagaimana posisi melempar dengan benar. **Aktivitas**  - Alat yang digunakan dalam pembelajaran ini adalah tongkat estafet. - Lapangan di bagi menjadi 4 bagian dan masing-masing bagian memiliki tugas latihan yang berbeda - Masing-masing bagian aktivitas berdurasi 15 menit, setelah 15 menit, tiap siswa berputar ke tempat selanjutnya - Siswa dibagi kedalam beberapa kelompok, dengan jumlah yang sama banyak. **Bagian A** - Setiap siswa dalam kelompok berusaha melemparkan tongkat estafet sejauh yang mereka bisa. - Kemudian, jarak batas untuk melempar ditentukan. - Dimulai dari jarak 15 m, 20 m, dan 25 m. - Semakin banyak siswa dalam kelompok mampu melewati batas lemparan, kelompok tersebut menjadi yang terbaik. **Bagian B** - Masih dalam kelompok yang sama. - Setiap kelompok berusaha menembak sasaran berupa kardus yang di susun berjejer sebanyak 4 buah dengan jarak 10-15 m.

	- Setelah semua kardus berhasil di jatuhkan, kelompok tersebut berusaha secepatnya untuk menyususnnya kembali. - Bila kardus ada yang belum terjatuh, maka kelompok tersebut belum dapat menyususnnya kembali. **Bagian C** - Masih dalam kelompok yang sama. - Setiap kelompok berusa terlebih dahulu menyusun sasaran berupa tumpukan kaleng yang berjumlah 9 buah kaleng. - Kaleng disusun menjadi susunan yang saling berhubungan dan tidak boleh terpisah-pisah dalam menyusunnya. - Setelah tersusun, setiap kelompok berusaha menjatuhkan semua sususan kaleng. - Setelah semua susunan kaleng berhasil dijatuhkan, kelompok tersebut harus secepat mungkin menyususnnya kembali. - Kelompok tercepat menyusun kembali mendapat poin 1. **Bagian D** - Masih dalam kelompok yang sama. - Setiap kelompok berusaha memasukan tongkat estafet kedalam kardus dengan jarak 15 m.. - Setiap tongkat estafet yang dimiliki oleh setiap kelompok harus dimasukan kedalam kardus. - Setelah semua tongkat berhasil dimasukan kedalam kardus, tongkat estafet harus secepatnya diambil dan kembali keposisi semula - Kelompok yang paling cepat memasukan dan mengambil kembali tongkat estafet mendapat kan poin 1. **Evaluasi dan feedback**
	Tujuan - Melakukan gerakan lempar menggunakan media berupa bambu menyerupai lembing.

4 (Empat) **Rabu, 16 Agustus 2016**	- Berusaha untuk mengetahui bagaimana posisi melempar dengan benar. **Aktivitas** **A** **B** **C** **D**  - Alat yang digunakan dalam pembelajaran ini adalah bambu berbentuk menyerupai lembing. - Lapangan di bagi menjadi 4 bagian dan masing-masing bagian memiliki tugas latihan yang berbeda - Masing-masing bagian aktivitas berdurasi 15 menit, setelah 15 menit, tiap siswa berputar ke tempat selanjutnya - Siswa dibagi kedalam beberapa kelompok, dengan jumlah yang sama banyak. - Setiap kelompok diberikan 2 buah bambu yang menyerupai lembing. - Aktivitas ini dilakukan secara bergantian dalam setiap kelompok. **Bagian A** - Setiap siswa dalam kelompok melemparkan bambu yang menyerupai lembing dan berusaha agar bambu tersebut mendarat di salah lingkaran yang dibuat dari menyambungkan tali plastik yang telah disediakan. - Setiap lemparan yang berhasil mendarat ditengah lingkaran, maka pelempar tersebut langsung mengambil tali lingkaran tersebut. - Semakin banyak tali yang terkumpulkan maka kelompok tersebut menjadi yang terbaik. **Bagian B** - Masih dalam kelompok yang sama, dan lingkaran tali yang dikurangi jumlahnya. - Setiap siswa dalam kelompok berusaha

	melemparkan bambu dan berusaha agar bambu tersebut mendarat ditengah lingkaran. - Setiap lembing yang mendarat di lingkaran mendapat point 1. - Dan kelompok yang paling banyak mendaratkan lembing di tengah tengah lingkaran menjadi kelompok terbaik. **Bagian C** - Masih dalam kelompok yang sama. - Setiap siswa dalam kelompok berusaha melemparkan bambu dan berusaha agar bambu tersebut mendarat ditengah lingkaran dan berusaha untuk menyusun sebuah garis. - Baik diagonal, vertikal, dan horisontal. - Kelompok pertama yang berhasil membuat garis tersebut menjadi kelompok terbaik. **Bagian D** - Masih dalam kelompok yang sama. - Dimana setiap siswa dalam kelompok berusaha melemparkan bambu agar dapat melewati jarak yang telah di tentukan. - Semakin banyak siswa yang lemparannya mampu melewati jarak yang telah ditentukan, maka kelompok tersebut menjadi kelompok terbaik. **Evaluasi dan feedback**

b. Menjalin kerjasama dan kesepakatan dengan observer, dalam hal ini peneliti bekerjasama dengan Bapak Enyang Mulayana S.Pd, M.M yang bertindak sebagai observer dan sekaligus merupakan guru PJOK di sekolah tempat peneliti melaksanakan penelitian.

c. Mempersiapkan alat-alat yang dipergunakan dalam melaksanakan pembelajaran.

3. Pelaksanaan (*Act*) dan Observasi (*Observation*)

Dalam tahap pelaksanaan sekaligus observasi ini, peneliti dan observer melaksanakan :

a. Peneliti melaksanakan proses pembelajaran aktivitas lempar lembing dengan implementasi modifikasi media pembelajaran kapal-kapalan yang sudah dirancang dalam RPP.
b. Peneliti mencatat permasalahan yang muncul selama perlaksanaan pembelajaran berlangsung dalam catatan lapangan. (terlampir)
c. Observer bertugas untuk mengamati proses pelaksanaan pembelajaran, mencatat kegiatan penelitian, dan mengisi lembar observasi.

4. Perbaikan (*Reflection*)

Refleksi merupakan tahapan yang dilaksanakan setelah tahap pelaksanaan dan observasi dilakukan. Pada tahap ini peneliti mengkaji, melihat, dan mengevaluasi hasil-hasil respon tindakan yang telah dicatat dalam catatan lapangan. Tahap refleksi adalah bagian yang sangat penting dalam PTK. Hal ini dikarenankan dengan melakukan refleksi kita bisa menentukan tindakan perbaikan yang akan dilaksanakan pada tindakan selanjutnya. Refleksi yang ditekankan adalah evaluasi pada diri peneliti sendiri, yaitu berupa perubahan sebagai akibat dari tindakan yang dilakukan.

Jika hasil refleksi sudah terlihat dampak yang diharapkan oleh peneliti, termasuk relevansi ketercapaian tujuan penelitian, maka disimpulkan penelitian tindakan kelas ini dianggap cukup.

F. Data penelitian

1. Sumber data

   Data yang dianalisis dalam penelitian ini adalah :

   a. Siswa-siswi kelas VIII C di SMP Negeri 6 Cimahi yang mengikuti pembelajaran PJOK dengan implementasi modifikasi media pembelajaran berupa kapal-kapalan dalam aktivitas lempar lembing.

   b. Guru/peneliti yang mengajar pembelajaran PJOK dengan implementasi modifikasi media pembelajaran berupa kapal-kapalan dalam aktivitas lempar lembing.

c. Guru penjas/observer yang mencatat kegiatan selama pembelajaran.

d. Lingkungan sekolah SMP Negeri 6 Cimahi yang dijadikan tempat penelitian.

2. Jenis dan alat pengumpulan data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi data kualitatif dan kuantitatif, yaitu :

a. Data kualitatif
   1) RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)
   2) Catatan lapangan.
   3) Catatan observasi.
   4) Dokumentasi.

b. Data kuantitatif, terdiri dari :
   1) Tes praktek
   2) Lembar observasi penilaian pola gerak siswa seperti tercantum sebagai berikut :

No	**Indikator**
A	**Awalan**
	1. Lembing dibawa di atas kepala
	2. lengan di tekuk
	3. Sikut menghadap ke depan
	4. telapak tangan menghadap ke atas
	5. Posisi lembing berada sejajar diatas dengan tanah
B	**Peralihan (*Cross Steps*)**
	1. Kaki kiri diturunkan dan kedua bahu diputar perlahan-lahan kearah kanan
	2. Lengan kanan mulai bergerak/diluruskan ke arah belakang
	3. Kaki kiri melangkah ke luar dengan posisi melempar
	4. Tumit menyentuh permukaan tanah terlebih dahulu

	5. Kedua bahu tetap menghadap kesamping dan lembing berada setinggi bahu
C	**Fase Akhir**
	1. Kedua pinggul diputar ke depan
	2. Bahu kiri dibuka
	3. lembing lurus diatas lengan dan bahu.
	4. Tubuh digerakan keatas kaki kiri yang lurus
	5. Memutar kaki kanan dan meluruskannya
D	**Lemparan**
	1. Lengan melakukan lemparan melalui poros bahu dengan kuat
	2. Arah lemparan ke depan-atas
	3. Badan terus bergerak
	4. dengan membawa kaki kanan ke depan
	5. dan menempatkannya di depan kaki kiri

Sumber : Hendrayana, (2009, hlm.189)

G. Teknik analisis data

Data yang diperoleh dari pengamatan atau observasi pada setiap indikator di berikan skor seperti pada tabel sebagai berikut :

Tabel. 3.2
Penilaian Praktik Unjuk Kerja

No	Indikator	Skor
A	**awalan**	• Berikan skor 5 apabila 5 Indikator dilakukan. • Berikan skor 4 apabila hanya 4 indikator dilakukan. • Berikan skor 3 apabila
	• Lembing dibawa di atas kepala	
	• lengan di tekuk	
	• Sikut menghadap ke depan	
	• telapak tangan menghadap ke atas	
	• Posisi lembing berada sejajar diatas dengan tanah	

B	**Peralihan (*Cross Steps*)**	hanya 3 indikator dilakukan. • Berikan skor 2 apabila hanya 2 indikator dilakukan. • Berikan skor 1 apabila hanya 1 indikator dilakukan.
	• Kaki kiri diturunkan dan kedua bahu diputar perlahan-lahan kearah kanan	
	• Lengan kanan mulai bergerak/diluruskan ke arah belakang	
	• Kaki kiri melangkah ke luar dengan posisi melempar	
	• Tumit menyentuh permukaan tanah terlebih dahulu	
	• Kedua bahu tetap menghadap kesamping dan lembing berada setinggi bahu	
C	**Fase Akhir**	
	• Kedua pinggul diputar ke depan	
	• Bahu kiri dibuka	
	• lembing lurus diatas lengan dan bahu.	
	• Tubuh digerakan keatas kaki kiri yang lurus	
	• Memutar kaki kanan dan meluruskannya	
D	**Lemparan**	
	• Lengan melakukan lemparan melalui poros bahu dengan kuat	
	• Arah lemparan ke depan-atas	
	• Badan terus bergerak	
	• dengan membawa kaki kanan ke depan	
	• dan menempatkannya di depan kaki kiri	
Skor Total = 20		

Sumber : Hendrayana, (2009, hlm.189)

Untuk analisis skor akhir digunakan acuan penilaian berikut, kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang digunakan di SMP Negeri 6 cimahi untuk kompetensi dasar pembelajaran lempar lembing sebesar 65. Dan 65% untuk kriteria ketuntasan klasikal. Artinya apabila siswa telah mencapai nilai 65, maka siswa tersebut dinyatakan tuntas dan apabila mendapatkan nilai dibawah 65 siswa tersebut dinyatakan belum tuntas. Sedangkan untuk ketuntasan klasikal apabila

sudah mencapai minimal 65% siswa yang tuntas maka pembelajaran dilanjutkan pada materi selanjutnya. Siswa yang tuntas diberi pengayaan dan siswa yang belum tuntas diberikan remidial. untuk pembelajaran lempar lembing.

Untuk penapsiran data, perlu menghitung nilai yang diperoleh setiap siswa pada praktik unjuk kerja pola gerak lempar lembing. Dengan cara menjumlahkan skor yang diperoleh pada setiap indikator dibagi jumlah skor maksimal. Untuk mengetahui ketuntasan klasikal atau prosentase ketuntasan klasikal di gunakan rumus :

$$P = \frac{\sum \text{siswa tuntas}}{\sum \text{siswa keseluruhan}} \text{ x } 100\%$$

Keterangan :

P = persentase yang dicari.

Sumber : Aqib (dalam Waluyo, 2013, hlm. 788)

Untuk melihat tingkat ketuntasan klasikal maka ditetapkan kriteria ketuntasan pembelajaran siswa seperti tercantum dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 3.3
Kriteria Ketuntasan Pembelajaran Siswa

Pencapaian Tujuan Pembelajaran	Kategori	Tingkat Keberhasilan Pembelajaran
85-100%	Sangat Baik (A)	Berhasil
65-84%	Baik (B)	Berhasil
55-64%	Cukup (C)	Tidak berhasil
0-54	Kurang (D)	Tidak berhasil

Sumber: Aqib (dalam Waluyo, 2013, hlm.789).