

BAB III

METODE PENELITIAN

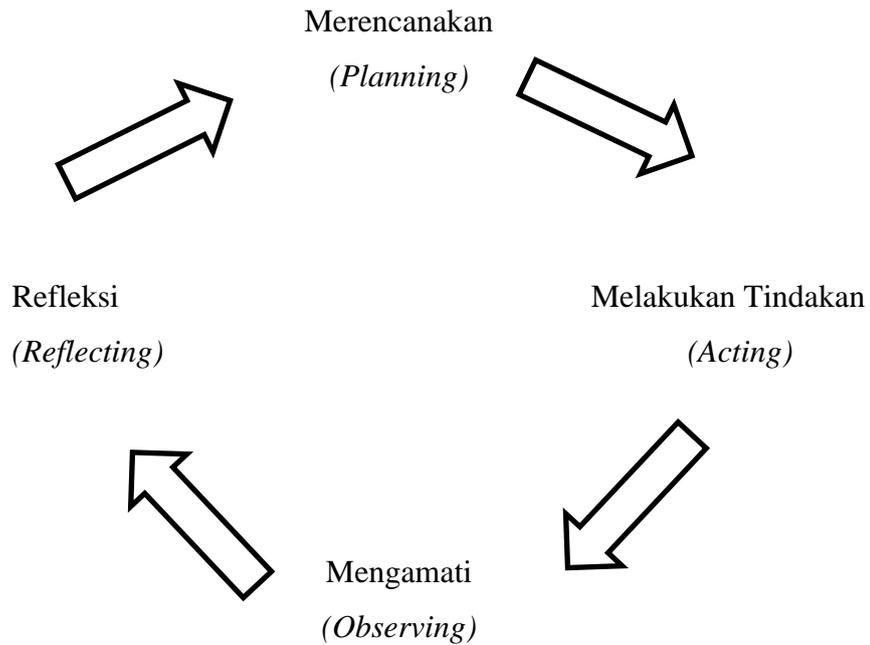
A. Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Subroto (2014, hlm. 6) mendefinisikan PTK sebagai:

Penelitian tindakan kelas merupakan salah satu cara strategis dalam memperbaiki dan meningkatkan layanan pendidikan yang harus dilaksanakan dalam konteks pembelajaran dan atau dalam peningkatan kualitas program sekolah secara keseluruhan.

PTK adalah salah satu penelitian yang umumnya dilakukan oleh guru untuk memecahkan masalah-masalah yang dihadapi, memperbaiki mutu pembelajaran serta menerapkan atau mencoba hal-hal baru yang bisa meningkatkan mutu pembelajaran. Pada pelaksanaan PTK ini peneliti akan melakukan pembelajaran dalam dua siklus, setiap siklus dan tindakan-tindakan terdiri dari perencanaan pengajaran, tindakan pengajaran, observasi dan refleksi. Rancangan penelitian disebut juga rencana atau struktur dalam penelitian yang akan dilakukan disusun sedemikian rupa agar peneliti memperoleh jawaban dari penelitiannya selain itu dilaksanakannya PTK di antaranya untuk meningkatkan kualitas pendidikan atau pengajaran yang diselenggarakan oleh guru/pengajar-peneliti ini sendiri, yang dampaknya diharapkan tidak ada lagi permasalahan yang mengganggu di kelas.

Rancangan penelitian tindakan kelas yang digunakan dalam penelitian ini adalah model yang dikembangkan oleh Kurt Lewin, alasannya karena model Kurt Lewin menjadi acuan pokok atau dasar dari adanya berbagai model penelitian tindakan yang lain, rancangan modelnya sederhana dan lebih mudah dipahami, serta paling banyak digunakan dalam penelitian-penelitian tindakan kelas menurut Lewin (dalam Subroto, 2014, hlm. 34) “rancangan model PTK terdiri atas empat komponen yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*Acting*), pengamatan (*Observing*), dan refleksi (*Reflecting*).”



Gambar 3.1 Rancangan PTK
(Sumber: Subroto, 2014 hlm. 35)

B. Variabel Penelitian

Variable adalah gejala yang dijadikan objek pengamatan dalam penelitian menurut Sugiyono (2013, hlm. 60) mendefinisikan variable sebagai “segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulannya.” Dalam PTK ada tiga variable yang akan dikaji yaitu variable input, variable proses dan variable output.

Variabel input dari penelitian ini adalah siswa kelas 5 SDS Mutiara Parahyangan.

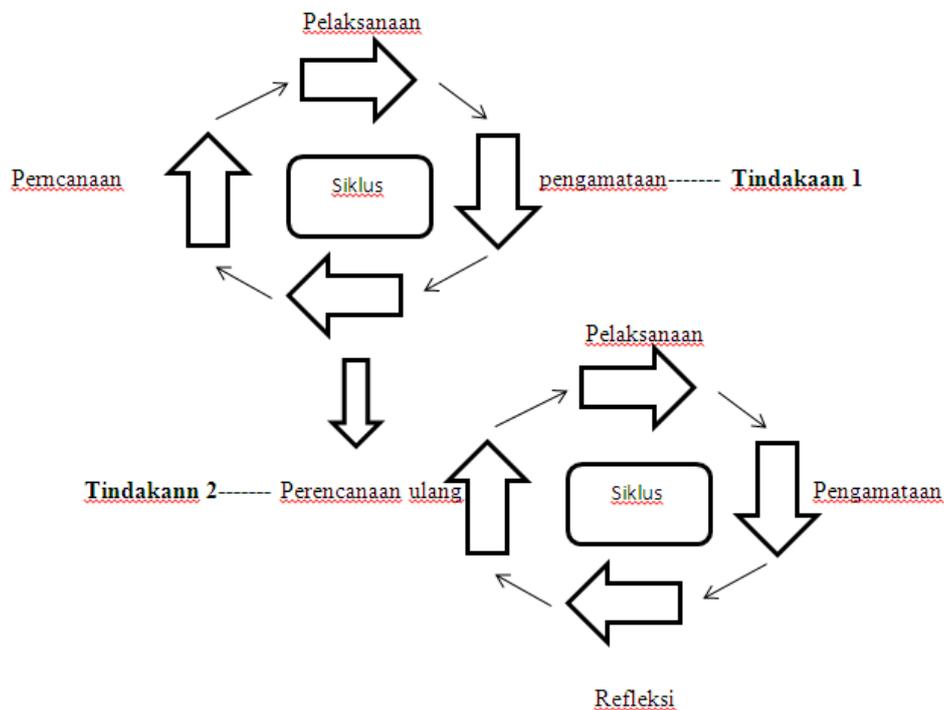
Variabel proses dalam penelitian ini adalah pembelajaran lompat jauh.

Variabel output dari penelitian ini adalah permainan tradisional ucing jidar

C. Prosedur Penelitian

Sehubung penelitian tindakan kelas ini mengacu pada model penelitian tindakan kelas dari Kurt Lewin maka prosedur PTK merujuk pada rancangan penelitian tersebut yang dirancang secara bertahap yaitu tahap menentukan

rencana tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi, analisis dan refleksi. Tahap-tahapan ini bersifat daur ulang atau siklus, berikut ini disajikan gambar



Gambar 3.2 Prosedur atau Tahapan SPTK
(Sumber: Subroto, 2014, hlm.37)

1. Rencana Tindakan

Rencana pembelajaran dalam suatu penelitian tindakan haruslah tersusun dengan memperhitungkan segala sesuatu yang mungkin bisa terjadi. Seperti yang diungkapkan oleh Daryanto (2011, hlm. 25) ”Rencana tindakan merupakan rencana untuk menguji secara empiris hipotesis tindakan yang telah ditentukan, dan mencakup seluruh langkah tindakan secara rinci”

Dalam menentukan tindakan, peneliti berperan sebagai actor (guru) dibantu oleh observer (guru penjas atau teman sejawat) untuk melakukan rancangan tindakan. Ada beberapa hal yang harus dilakukan oleh peneliti dan observer diantaranya adalah sebagai berikut:

a. Perencanaan

Pada tahap ini peneliti dan observer menentukan suatu perencanaan tindakan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Membuat rencana pembelajaran dengan menerapkan permainan tradisional ucing jidar dengan peraturan sesederhana mungkin.
- 2) Membuat lembar observasi yaitu:
 - a) Catatan-catatan yang digunakan sebagai media untuk mencatat semua kejadian yang muncul selama proses pembelajaran. Catatan-catatan ini harus tertib dan sistematis karena akan menjadi sumber informasi dalam proses pengolahan data dan analisis data.
 - b) Dengan menggunakan alat elektronik (*Handphone* atau *camera*) untuk merekam atau mendokumentasikan fakta dan data-data penting yang diambil selama proses pembelajaran berlangsung. Ini dapat dijadikan bahan untuk koreksi dan evaluasi guna perbaikan proses tindakan pembelajaran di tahap berikutnya.
- 3) Menyiapkan sarana dan prasarana (fasilitas dan alat) untuk kegiatan pembelajaran dengan menerapkan permainan tradisional.

2. Pelaksanaan tindakan

Dalam proses pelaksanaan tindakan, peneliti berperan sebagai aktor (guru) yang terjun langsung untuk melaksanakan pembelajaran dengan menerapkan permainan tradisional ucing jidar terhadap pembelajaran lompat jauh dalam pembelajaran atletik yang digunakan dalam proses pembelajaran.

Langkah-langkah yang ditempuh dalam pelaksanaan tindakan ini yaitu:

- a. Peneliti menerapkan rencana pembelajaran dengan menerapkan permainan tradisional dan bentuk tugas gerak yang sistematis dalam pembelajaran dengan menerapkan permainan ucing jidar terhadap pembelajaran lompat jauh.
- b. Peneliti mengajar langsung di lapangan sekaligus melakukan pengamatan terhadap seluruh siswa yang belajar. Proses pengamatan harus didasari dengan sadar, kritis, sistematis, dan objektif.

3. Observasi

Kegiatan observasi dalam penelitian ini dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan pembelajaran. Untuk mempermudah pelaksanaan observasi, penulis dibantu oleh observer (guru mata pelajaran pendidikan jasmani atau teman sejawat). Objek yang diamati difokuskan pada aktivitas dan efektivitas siswa selama pembelajaran dilaksanakan.

4. Refleksi

Langkah selanjutnya adalah melakukan analisis, refleksi dan interpretasi (pemaknaan) terhadap data yang didapat dari hasil observasi, sehingga dapat diketahui apakah tindakan yang dilakukan telah mencapai tujuan. Hasil yang didapatkan dalam tahap observasi dikumpulkan serta dianalisa dalam tahap ini. Dari hasil observasi guru dapat merefleksi diri dengan melihat data observasi apakah kegiatan yang dilakukan telah dapat meningkatkan perilaku aktif belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran permainan Tradisional. Pemaknaan hasil observasi ini dijadikan dasar untuk melakukan evaluasi sehingga dapat disusun langkah-langkah dalam tindakan berikutnya.

Penelitian tindakan kelas ini akan dilakukan dengan dua siklus, dalam satu siklus terdapat dua tindakan. Berikut di bawah ini adalah langkah-langkah pembelajaran siklus pelaksanaan tindakan dalam penelitian tindakan kelas.

A. Siklus I

1) Perencanaan

Materi pembelajaran disesuaikan dengan program pengajaran pendidikan jasmani yang telah ditetapkan dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yaitu pembelajaran lompat jauh dalam permainan tradisional.

Fokus utama pada siklus I tindakan I ini adalah diawali dengan gerakan yang sangat mendasar yaitu gerakan lokomotor dengan tempo yang sangat lambat. Gerakannya hanya memperagakan lompat jongkok dilantai, lompat jongkok dengan target yang ditandai di lantai ,gerakannya siswa dibariskan terlebih dahulu membentuk beberapa banjar, setelah siswa berbaris lalu

siswa memperagakan cara lompat jongkok dengan patokan yang sudah disesuaikan. Dilakukan dengan mengikuti intruksi guru.

Fokus utama pada siklus I tindakan II adalah masih dalam lingkup gerakan lokomotor dengan tempo yang sedikit lebih cepat ,tujuannya agar siswa terbiasa dengan langkah yang panjang ketika melakukan lompat jauh dalam permainan tradisional, dimana siswa di beri patokan menggunakan alat atau cones, setelah siswa berbaris lalu siswa memperagakan gerakan kijang mengikuti letak cones yang sudah disiapkan oleh guru.

2) Pelaksanaan

Melakukan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) sesuai dengan rencana (skenario pembelajaran yang telah ditetapkan pada perencanaan siklus I).

3) Observasi

Mengamati proses pembelajaran sekaligus mengevaluasi keterampilan siswa dengan target yang harus dicapai dan yang telah ditetapkan pada siklus I.

4) Refleksi

Mengevaluasi secara total berkenaan dengan proses dan hasil yang telah dicapai pada siklus I untuk mengikuti tindakan berikutnya pada siklus II.

B. Siklus II

1) Perencanaan

Materi pembelajaran disesuaikan dengan program pengajaran pendidikan jasmani yang telah ditetapkan dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yaitu pembelajaran lompat jauh dalam permainan tradisional.

Fokus utama pada siklus II tindakan I adalah gerakan lokomotor dan manipulatif, siswa diberitahu aturan permainan dalam permainan tradisional ucing jidar, jika semua siswa sudah siap dan paham tentang aturan cara bermain siswa dibariskan menjadi satu barisan, setelah itu siswa satu persatu melompat diantara bilah patokan yang sudah ditentukan dengan jarak awal 1 meter sampai dengan jarak maksimal 10 meter dengan jumlah langkah yang bisa siswa keluarkan dalam jarak 1-10 meter tersebut, Ini dilakukan secara berulang-ulang dengan mengikuti instruksi dari guru.

Fokus utama pada siklus II tindakan II adalah masih dalam lingkup gerak lokomotor dan manipulatif, siswa dibariskan menjadi satu barisan yang nantinya akan menjadi home base, kemudian mencari kucing yang nantinya memindahkan patokan jarak untuk melompat, lalu satu persatu siswa melompat di antara patokan yang sudah ditentukan dengan catatan siswa yang paling banyak mengeluarkan jumlah langkah di antara patokan berarti siswa tersebut menjadi kucing dan jika semua siswa sama dalam mengeluarkan jumlah langkah, maka kucing berhak untuk mengejar semua siswa yang ada diluar home base. Jarak yang dipakai untuk jarak awal 1 meter sampai dengan jarak maksimal 30 meter, Ini dilakukan secara berulang-ulang dengan mengikuti intruksi dari guru.

D.Instrumen Penelitian

Instrumen utama yang menjadi alat pengumpul data dalam penelitian tindakan kelas ini adalah peneliti itu sendiri. Menurut Arikunto (2002, hlm. 134) “instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan dalam kegiatan mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah”.

Adapun tahapan dalam lompat ada sebagai berikut :

A. Awalan

Beberapa syarat untuk melakukan awalan yang baik adalah sebagai berikut:

1. Jarak lari yang disesuaikan dengan kemampuan pelompat
2. Jarak awalan relatif cukup jauh (untuk anak sekolah dasar antara 15-20)
3. Kecepatan lari dan irama langkah harus ajeg (rata)
4. Langkah-langkah terakhir diperkecil untuk menolak dengan lebih sempurna
5. Sikap lari seperti lari jarak pendek

B. Tolakan

Gerakan menolak dimulai dengan meluruskan lutut dan kaki tumpu, kemudian kaki ayun diangkat dengan tinggi setara dengan paha kaki ayun dan bagian tungkai bawah bergantung lurus ke bawah.

C. Melayang

Gerakan melayang pada saat setelah meninggalkan balok tumpuan dan diupayakan keseimbangan tetap terjaga dengan bantuan ayunan kedua tangan sehingga bergerak diudara

D. Mendarat

Terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam hal pendaratan, diantaranya adalah sebagai berikut :

1. Posisi Pendaratan

2. Posisi bagian tubuh
3. Posisi tangan
4. Efisiensi posisi pendaratan

Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah Observasi, lembar observasi ini ditunjukkan untuk mengumpulkan aktivitas siswa sewaktu pembelajaran gerak dasar lompat berlangsung.

Table 3.1
Kriteria penilaian gerak (awalan)

| NO | KRITERIA | SKOR |
|----|---|------|
| 1 | Siswa dapat melakukan awalan dengan lari cepat dengan bertenaga, dan dengan kombinasi dan waktu yang pas. | 4 |
| 2 | Siswa dapat melakukan awalan dengan lari cepat dengan bertenaga, dan dengan kombinasi yang pas tetapi waktunya tidak pas. | 3 |
| 3 | Siswa dapat melakukan awalan lari cepat dengan bertenaga, tapi dengan kombinasi dan waktu yang tidak pas. | 2 |
| 4 | Siswa belum bisa melakukan lari cepat dengan tidak bertenaga, serta tumpuan dan waktu yang tidak pas. | 1 |

Tabel 3.2
Kriteria penilaian gerak (tolakan)

| NO | KRITERIA | SKOR |
|-----------|--|-------------|
| 1 | Siswa dapat melakukan tolakan pada garis tolakan yang sudah di tentukan dengan bertenaga, dan dengan tumpuan dan waktu yang pas. | 4 |
| 2 | Siswa dapat melakukan tolakan pada garis tolakan yang sudah di tentukan dengan bertenaga, dan dengan tumpuan yang pas tetapi w waktunya tidak pas. | 3 |
| 3 | Siswa dapat melakukan tolakan pada garis tolakan yang sudah di tentukan dengan bertenaga, tapi dengan tumpuan dan waktu yang tidak pas. | 2 |
| 4 | Siswa belum bisat melakukan tolakan pada garis tolakan yang sudah di tentukan dan tidak bertenaga, serta tumpuan dan waktu yang tidak pas. | 1 |

Table 3.3
Kriteria Penilaian gerak (langkah panjang)

| NO | KRITERIA | SKOR |
|-----------|--|-------------|
| 1 | Siswa dapat melakukan langkah panjang dengan irama yang baik dan dengan tempo yang pas . | 4 |
| 2 | Siswa dapat melakukan langkah panjang dengan irama yang baik dan tetapi dengan tempo yang tidak pas . | 3 |
| 3 | Siswa dapat melakukan langkah panjang tetapi dengan irama yang kurang baik dan dengan tempo yang tidak pas . | 2 |
| 4 | Siswa belum bisa melakukan langkah panjang ,irama yang kurang baik dan dengan tempo yang tidak pas . | 1 |

Tabel 3.4
Kriteria Penilaian Gerak (pendaratan)

| NO | KRITERIA | SKOR |
|----|---|------|
| 1 | Siswa dapat melakukan gerakan awalan dengan baik, pendaratan dengan waktu yang pas dan akhiran yang baik | 4 |
| 2 | Siswa dapat melakukan gerakan awalan dengan baik, pendaratan dengan waktu yang pas tapi dengan akhiran yang kurang baik | 3 |
| 3 | Siswa dapat melakukan gerakan awalan dengan baik,tapi dengan pendaratan yang tidak pas dan dengan akhiran yang tidak baik | 2 |
| 4 | Siswa belum bisa melakukan gerakan awalan dengan baik, pendaratan yang tidak pas dan dengan akhiran yang tidak baik. | 1 |

Tabel 3.5
Lembar Observasi Siswa

| NO | NAMA SISWA | ASPEK YANG DINILAI | | | | | | | | | | | | | | | | NILAI AKHIR | | |
|---|------------|--------------------|---|---|---|----------|---|---|---|-----------------|---|---|---|------------|---|---|---|-------------|--------|--|
| | | TOLAKAN | | | | LAYANGAN | | | | LANGKAH PANJANG | | | | PENDARATAN | | | | | JUMLAH | |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | | | |
| 1 | Ahmad | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Akbar | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | Alief | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | Allissa | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | Andika | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | Azkiya | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | Dimas | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | Fadila | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | Faiz | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | Faza | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | Kindra | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | Lidya | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | M.Rafi | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | M.Adrian | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | M.Dafa | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Nadien | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Naida | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18 | Narisa | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | Qeisyia | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 | Rafly | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Jumlah Σ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Rata rata (\bar{X}) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Rata-rata (X) dalam % | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Skor maksimal = 16 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Skor maksimal setiap komponen : 16

Lama permainan : 10 menit

KKM : 75

Keterangan:

4 = Baik sekali

3 = Baik

2 = Kurang baik

1 = Sangat kurang baik

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

E. Pengumpulan data

Data penelitian dikumpulkan dan disusun melalui teknik pengumpulan data yang meliputi: sumber data, jenis data, teknik pengumpulan data dan teknik analisa data.

- 1) Sumber Data: yang menjadi data dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SDS Mutiara Parahyangan
- 2) Jenis Data: jenis data yang didapat adalah data kualitatif yang terdiri dari hasil belajar, rencana pembelajaran, dan hasil observasi terhadap pelaksanaan pembelajaran
- 3) Teknik Pengumpulan Data: data hasil belajar diambil dengan memberikan tes kepada siswa, data tentang situasi pembelajaran pada saat dilaksanakan tindakan diambil dengan menggunakan lembar observasi.

F. Analisis data

Data yang dikumpulkan pada setiap observasi dari pelaksanaan siklus penelitian dianalisis secara kualitatif deskriptif dengan menggunakan presentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam proses kegiatan pembelajaran.

Proses analisis data dimulai dari awal sampai akhir pelaksanaan tindakan. Data yang terkumpul dapat dianalisis dari tahap orientasi sampai tahap akhir dalam pelaksanaan tindakan dengan disesuaikan pada karakteristik, focus masalah, serta tujuan. Kriteria dan ukuran keberhasilan tujuan penelitian

ditentukan berdasarkan hasil evaluasi belajar secara individu. Untuk mengetahui nilai rata-rata dan tingkat keberhasilan pembelajaran, peneliti menggunakan:

Mencari nilai rata-rata (\bar{X})

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{n}$$

(Sumber: Abdul Jabar, 2013, hlm. 111)

Keterangan :

(\bar{X}) = Nilai rata-rata yang dicari

$\sum x$ = Jumlah skor (x)

n = Banyaknya subjek

X = Skor setiap subjek