

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

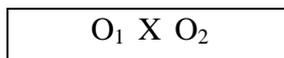
Metode penelitian pada dasarnya adalah suatu cara ilmiah untuk mendapatkan sejumlah data yang bertujuan untuk memperoleh hasil tertentu. Sebuah hasil penelitian harus diuji dengan metode yang diterapkan, sehingga dari penerapan metode tersebut akan diketahui apakah tujuan penelitian itu tercapai. Seperti yang dijelaskan oleh Sudjana (2005, hlm. 25) bahwa “metode penelitian merupakan rangkaian cara atau kegiatan pelaksanaan penelitian yang didasari oleh asumsi-asumsi dasar, pandangan-pandangan filosofis dan ideologis, pertanyaan dan isu-isu yang dihadapi”.

Dalam suatu penelitian terdapat banyaknya metode yang berbeda satu sama lain. Hal ini dipengaruhi oleh tujuan hingga rumusan masalah yang akan diteliti. Maka perlu adanya perbandingan lurus antara rumusan masalah yang hendak diteliti dengan metode penelitian yang digunakan.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan penelitian murni kuantitatif. Metode eksperimen ini bersifat menguji, yaitu menguji pengaruh satu variabel atau lebih terhadap variabel lain serta menguji hipotesis hubungan sebab-akibat. Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*). Variabel bebas yang dimaksud adalah pendekatan bermain dan variabel terikat adalah keterampilan gerak lokomotor siswa tunagrahita sedang. Metode penelitian ini digunakan karena peneliti memiliki keterbatasan dan sulit untuk mengontrol semua variabel yang dapat mempengaruhi penelitian.

Adapun desain penelitian yang digunakan adalah *the-one group pretest posttest design* yaitu eksperimen yang dilakukan pada satu kelompok tanpa kelompok pembanding. Menurut Arikunto (2002, hlm. 78) mengenai desain penelitian tersebut mengungkapkan “penelitian ini dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum eksperimen (*pre-test*) dan sesudah eksperimen (*post-test*) dengan

satu kelompok subjek.” Suatu kelas dalam desain ini tidak hanya diukur atau diobservasi setelah diberikan *treatment* tetapi juga diukur atau diamati sebelum diberi *treatment*. Desain *the one-group pretest-posttest* digambarkan sebagai berikut.



Gambar 3.1

Desain Penelitian *The One Group Pretest-Posttest*

(Sumber: Sugiyono, 2014, hlm. 111)

Keterangan:

O_1 = Tes awal keterampilan gerak lokomotor

X = Intervensi dengan pendekatan bermain dalam pembelajaran penjas adaptif

O_2 = Tes akhir keterampilan gerak lokomotor

B. Partisipan

Menghadapi seorang siswa tunagrahita harus mempunyai kesabaran yang lebih. Kesabaran untuk menghadapi perilakunya yang sering berubah-ubah setiap saat. Maka dari itu, dibutuhkan partisipan untuk membantu proses penelitian ini. Adapun partisipan tersebut ialah rekan PPL selama SLBN-A Citeureup Cimahi sebanyak 2 orang.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Pada sebuah penelitian, adanya populasi dan sampel sangat diperlukan karena populasi dan sampel merupakan objek penelitian. Sugiyono (2014, hlm. 117) menjelaskan bahwa “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/ subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa tunagrahita sedang tingkat menengah pertama (SMP) di SLBN-A Citeureup Cimahi pada tahun ajaran 2016/2017, jumlah populasi keseluruhan adalah 12 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi, hal ini sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2014, hlm. 118) bahwa “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah sampling jenuh dimana populasi dijadikan anggota sampel.

Tabel 3.1
Daftar Nama Siswa SMPLB Tunagrahita Sedang
SLBN-A Citeureup Cimahi

No.	Nama	L/P	Usia	Jenis Kelainan
1	Muhamad Fahrezi Arsyad	L	14 Tahun	C1
2	Pamuji Deah Insani	P	13 Tahun	C1
3	Rohmat Fauzi	L	16 Tahun	C1
4	Tatan Sopandi	L	20 Tahun	C1
5	Muhammad Evi Hipni	L	15 Tahun	C1
6	Arisma	L	14 Tahun	C1
7	Ni Ajeng Sendi Kartika	P	14 Tahun	C1
8	Renita Mahar Tresna	P	15 Tahun	C1
9	Dendo Alfadillah	L	20 Tahun	C1
10	Riki Saputra	L	16 Tahun	C1
11	Widia Septiani	P	17 Tahun	C1
12	Saria Suci	P	15 Tahun	C1

D. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk mengukur keterampilan gerak dasar anak dalam penelitian ini adalah *test gross motor development-second edition (TGMD-2)*. (Ulrich, 2000). Tes ini mencakup 12 tes gerak dikategorikan menjadi dua subvariabel, yaitu *locomotor (run, gallop, hop, leap, horizontal jump, slide)* dan *object control (strike, dribble, catch, kick, throw, roll)*. Setiap keterampilan dilaksanakan dua kali dan dievaluasi (sukses, skor 1 dan gagal, skor 0). Jumlahkan skor dari dua tes percobaan untuk mendapatkan skor total bagi setiap kriteria performa. TGMD-2 memiliki kualitas psikometri yang baik untuk menilai kinerja keterampilan motorik kasar anak (Evangelinoun, Tsigilis, & Papa 2002; Ulrich, 2000).

Tabel 3.2
Struktur dan Item TGMD-2

Subtest	Skill	Σ Criteria Performance	Maximum Score
Locomotor	Run	4	8
	Gallop	4	8
	Hop	5	10
	Leap	3	6
	Horizontal jump	4	8
	Slide	4	8

(Sumber: TGMD-2, Ulrich, 2000)

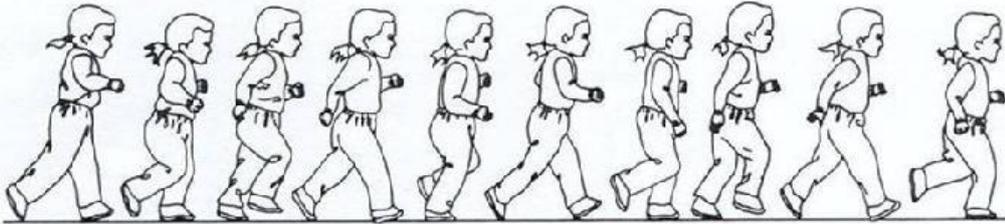
Keterampilan lokomotor adalah keterampilan yang memerlukan gerak cepat tubuh saat bergerak dari satu arah ke arah lain. Keterampilan lokomotor, terdiri dari:

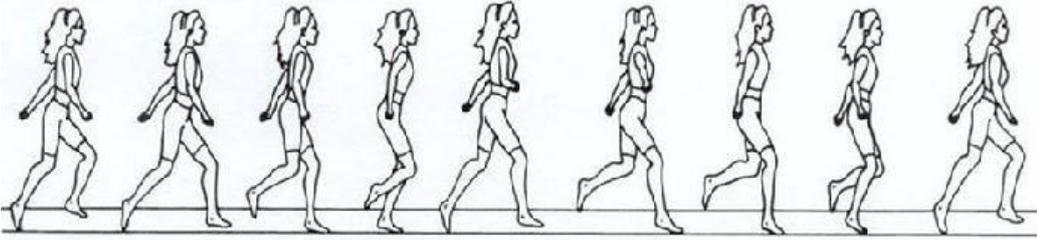
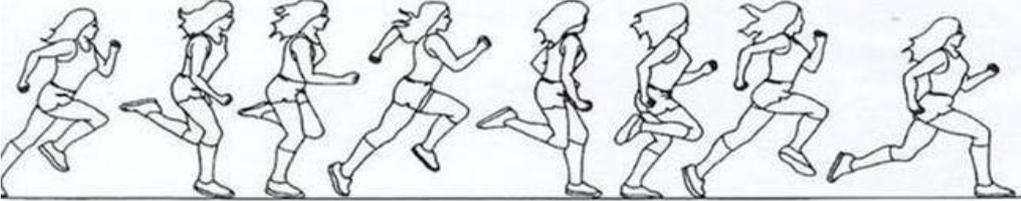
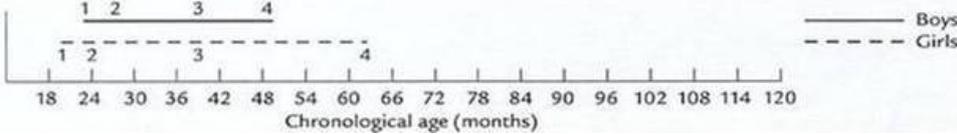
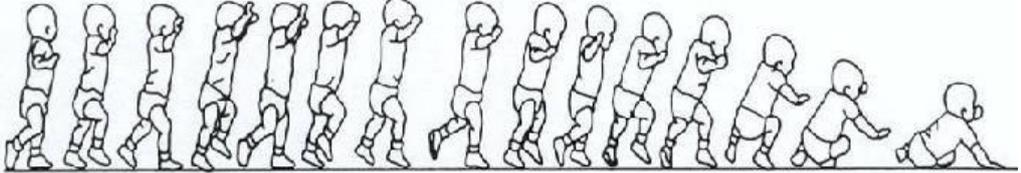
1. *Run* – melangkah dengan cepat, sampai terdapat gerakan dimana kedua kaki melayang sebentar di udara.
2. *Gallop* – melakukan langkah kuda dengan cepat.
3. *Hop* – melompat dalam jarak minimum pada setiap kaki.
4. *Leap* – melaksanakan keterampilan terkait dengan melompati objek dengan satu kaki.

5. *Horizontal jump* – melakukan lompatan horizontal dari posisi ke arah depan sejauh mungkin.
6. *Slide* – gerakan menyamping pada suatu garis lurus dari satu titik ke titik lainnya.

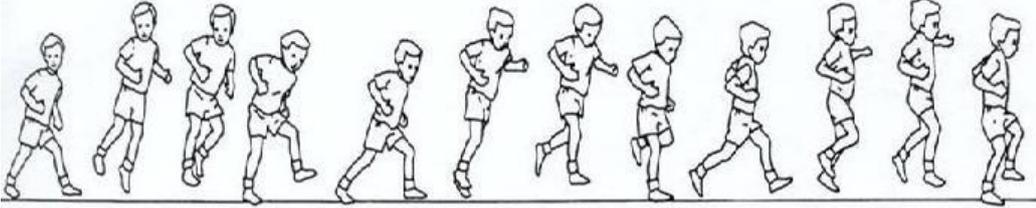
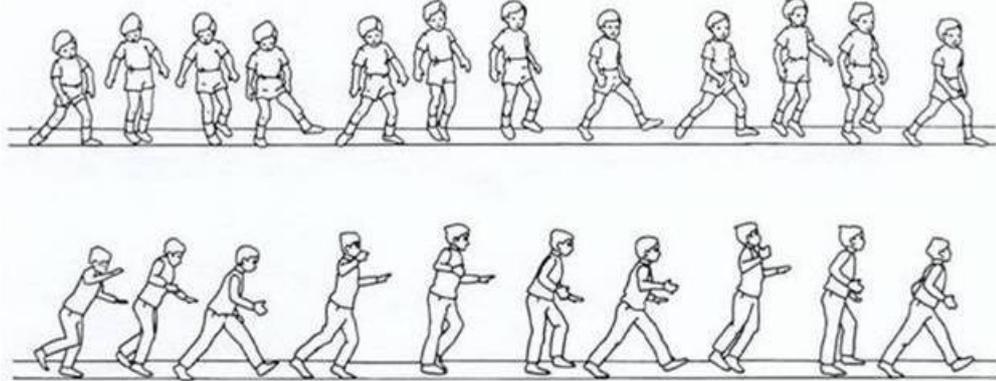
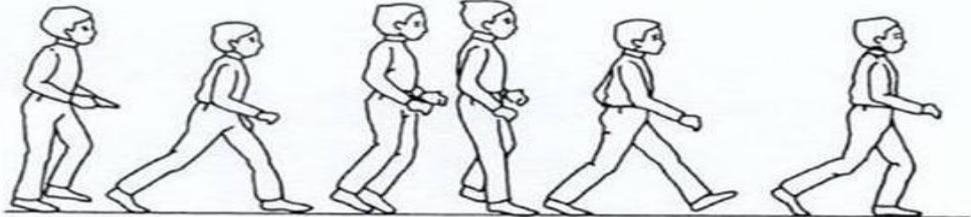
Tabel 3.3

Urutan Perkembangan Keterampilan Motorik

1. Run (Berlari)		
Tahap 1	Tahap Dasar	<p><i>Lari sambil mengingat-ingat gerakan (tinggi).</i> <i>Lengan diangkat setinggi bahu atau lebih.</i> Lengan diangkat tinggi. Kontak kaki datar dengan lantai. Langkah pendek. Lebar langkah seiring dengan lebar bahu.</p>
		
Tahap 3	Tahap Lanjutan	<p><i>Tumit-jari kaki dan lengan diulurkan.</i> Lengan diangkat dengan ketinggian dibawah pinggang. Gerakan lengan berlawanan dengan tungkai. Siku sedikit diulur. Kontak kaki dimulai dari tumit ke ujung jari.</p>

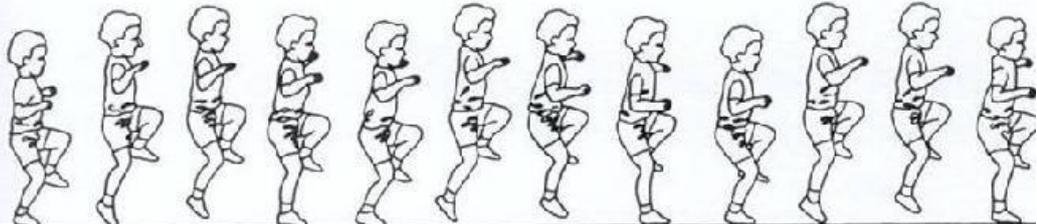
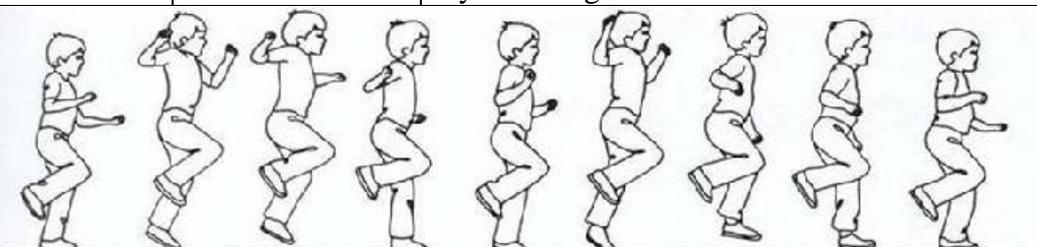
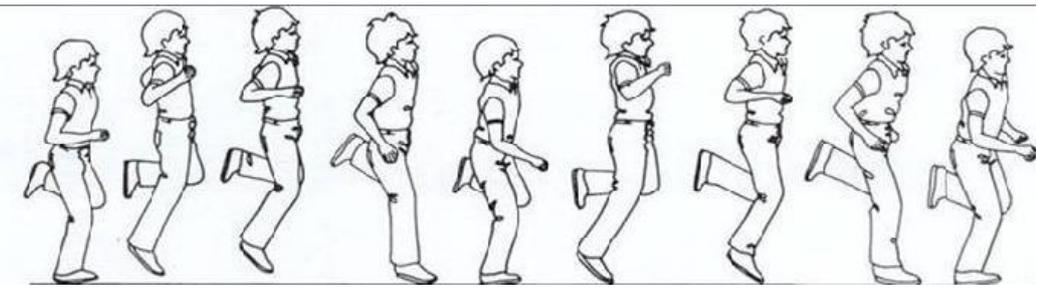
		
Tahap 4	Tahap Ahli	<p><i>Ayunan lengan.</i> Kontak kaki dimulai dari tumit-jari. kaki (kontak kaki dimulai dari jari. kaki-tumit saat lari jarak pendek). Gerakan lengan dengan tungkai berlawanan. Tumit dilepaskan tinggi. Gerakan bentuk siku mendekati 90 derajat.</p>
		
		
		
Tahap 2	Tahap Lanjutan	<p><i>Lari sambil mengingat-ingat gerakan (cukup).</i> <i>Lengan diangkat setinggi pinggang.</i> Lengan setinggi pinggang. Tubuh bagian atas dipertahankan tegak. Tungkai hampir lurus.</p>

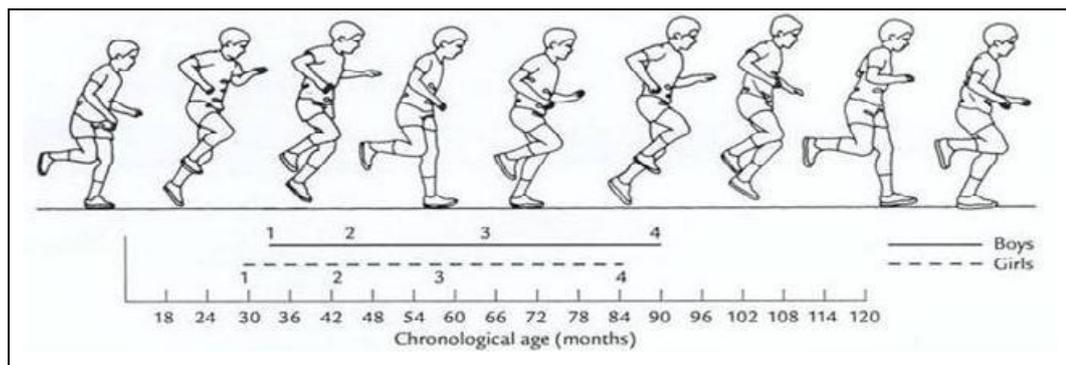
2. Gallop (Langkah kuda)		
Tahap 1	Tahap Dasar	<p><i>Lari cepat.</i> Menyerupai lari dengan irama berbeda. Tungkai diseret ke depan tungkai pertama selama berada di udara.</p>

		Kaki depan tetap yang pertama menyentuh lantai.
		
Tahap 2	Tahap Lanjutan	<p><i>Tungkai belakang mulai kaku.</i> Tempo yang lambat hingga sedang, ritme terputus-putus. Kaki belakang (yang diseret) agak kaku. Pinggul seringkali mengarah ke samping. Komponen vertikal tubuh masih besar.</p>
		
Tahap 3	Tahap Ahli	<p><i>Irama sudah lancar.</i> Lancar, irama sudah terpola, tempo sedang. Kaki masih dekat dengan lantai. Pinggul mengarah ke depan.</p>
		

3. Hop (Lompat satu kaki)

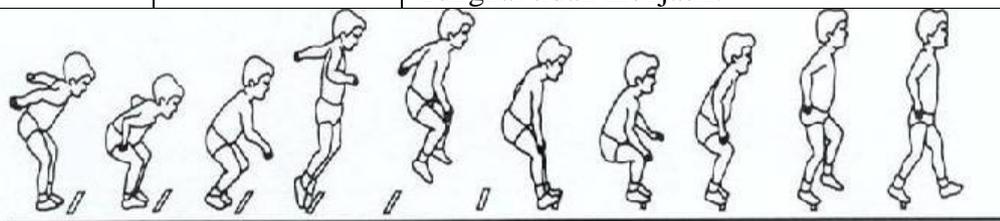
Tahap 1	Tahap Dasar	<p><i>Kaki bebas di depan.</i> Kaki diayun di depan, paha parallel dengan lantai.</p>
---------	-------------	--

		Tubuh berdiri tegak. Tangan setinggi bahu.
		
Tahap 2	Tahap Lanjutan	<i>Kaki di samping tungkai penopang</i> Lutut kaki yang diayun ditekuk di depan dan kaki berayun di belakang kaki penopang. Tubuh sedikit dicondongkan ke depan. Ayunan lengan di kedua sisi.
		
Tahap 3	Tahap Lanjutan	<i>Kaki di belakang tungkai penopang.</i> Paha kaki ayunan vertikal, dengan lutut ditekuk di belakang kaki penopang. Tubuh lebih dicondongkan ke depan. Gerakan lengan di kedua sisi tubuh.
		
Tahap 4	Tahap Ahli	<i>Ayunan tungkai bebas.</i> Tungkai dikerahkan dan lutut diayun ke depan dan ke belakang dalam sebuah gerakan ayunan. Tubuh condong ke depan. Lengan diayun berlawanan dengan gerakan kaki.
		

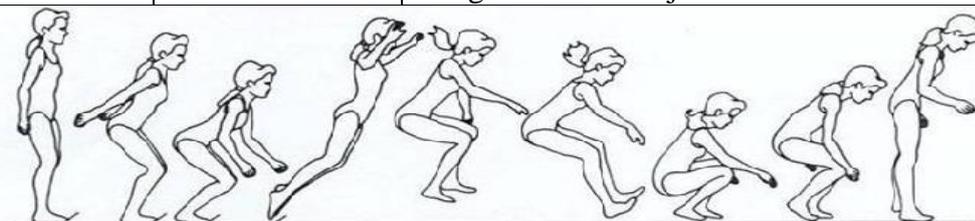


4. Horizontal jump (Lompat jauh)

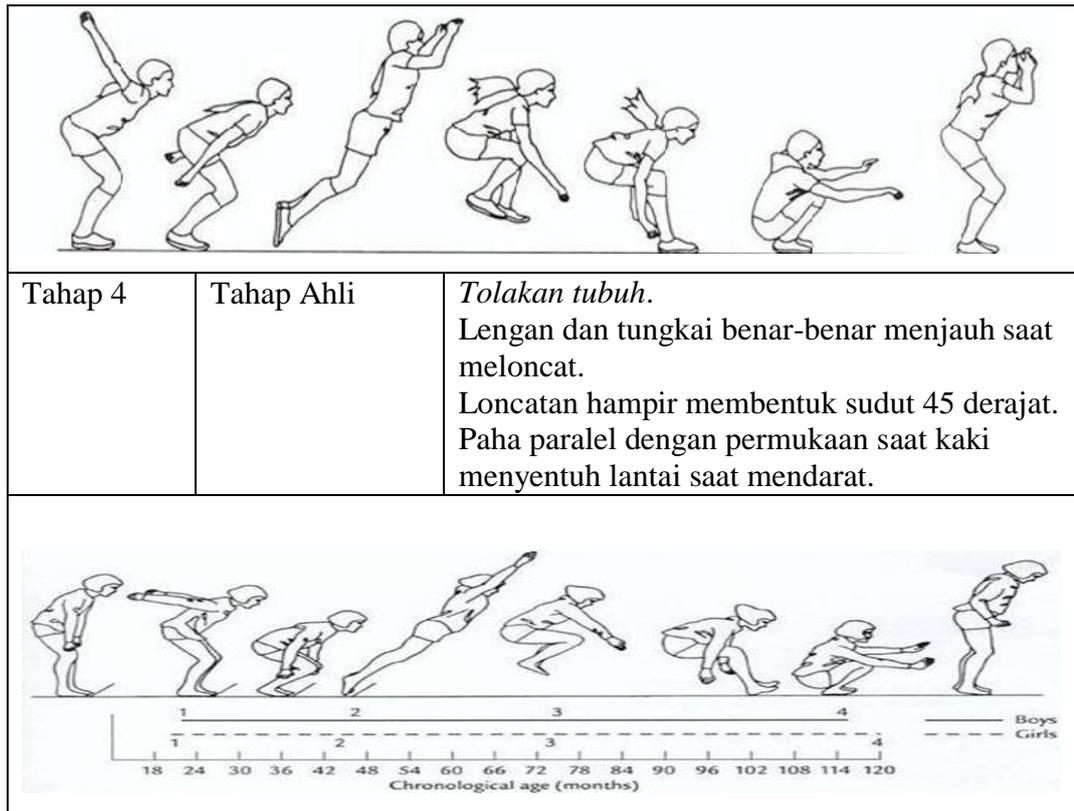
Tahap 1	Tahap Dasar	<i>Pengereman oleh lengan.</i> Lengan bertindak sebagai “rem”. Komponen tubuh yang vertikal masih besar. Tungkai tidak menjauh.
---------	-------------	--



Tahap 2	Tahap Lanjutan	<i>Lengan seperti sayap.</i> Lengan bertindak seperti “sayap”. Tubuh masih memiliki komponen vertikal yang besar. Tungkai mulai menjauh.
---------	----------------	---



Tahap 3	Tahap Lanjutan	<i>Lengan mengayun ke arah kepala.</i> Lengan bergerak ke depan/siku di depan dada saat melompat. Tangan setinggi kepala. Sudut loncatan masih di atas 45 derajat. Tungkai lebih sering menjauh.
---------	----------------	--



Tahap 4

Tahap Ahli

Tolakan tubuh.

Lengan dan tungkai benar-benar menjauh saat meloncat.

Loncatan hampir membentuk sudut 45 derajat. Paha paralel dengan permukaan saat kaki menyentuh lantai saat mendarat.

5. Skipping (Langkah senang)

Tahap 1

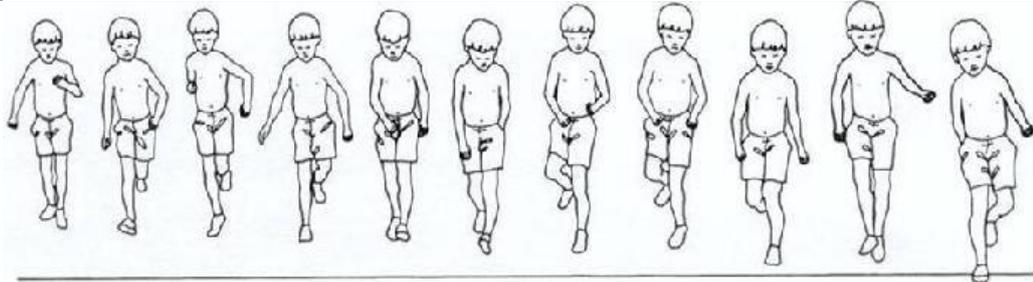
Tahap Dasar

Lompatan tidak sempurna.

Pola lompatan tidak sempurna atau iramanya tidak teratur.

Lambat, pergerakan yang hati-hati.

Gerakan lengan tidak efektif.



Tahap 2

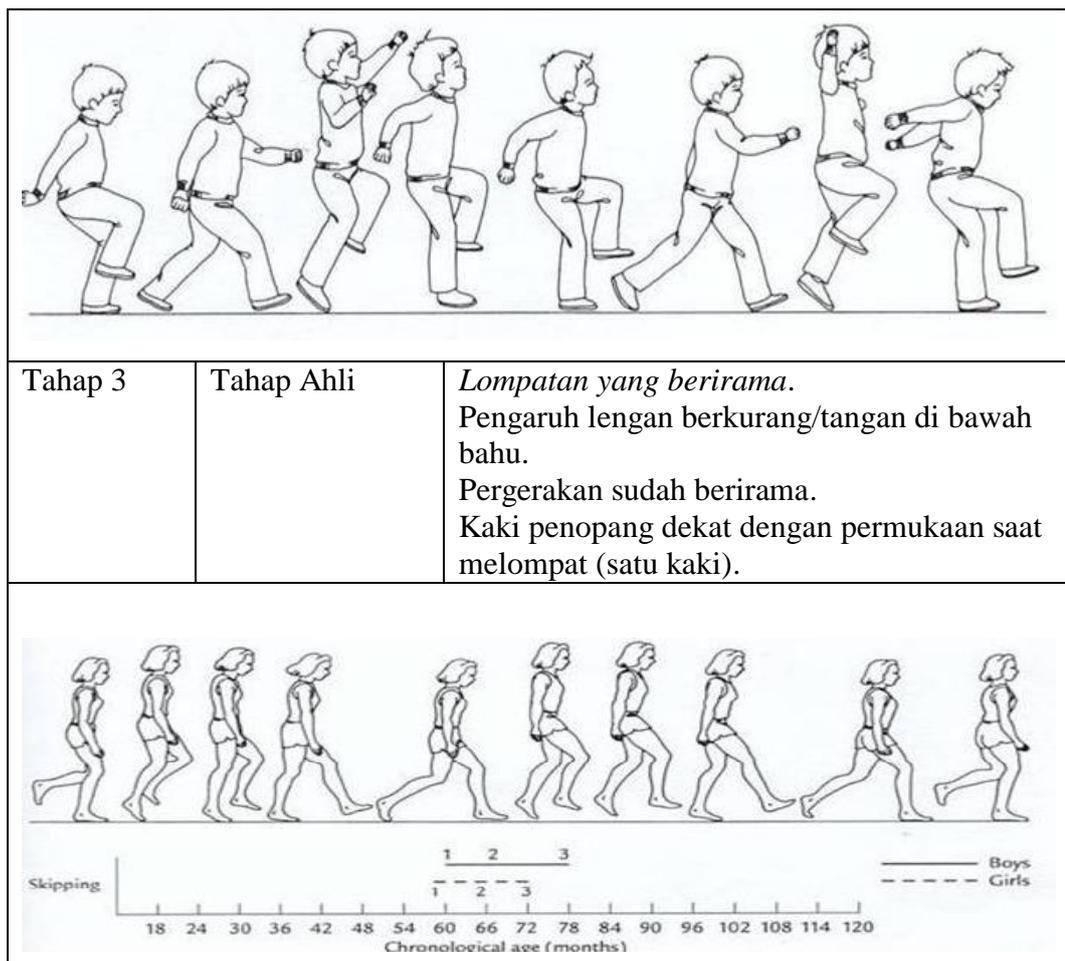
Tahap Lanjutan

Lengan dan kaki tinggi.

Pola lompatan yang berirama.

Lengan membantu mengangkat tubuh.

Komponen vertikal lebih dari semestinya.



(Sumber: Bakhtiar S., 2015, hlm. 26)

E. Prosedur Penelitian

Pemberian intervensi pada sampel dilaksanakan 3 kali dalam seminggu selama 4 minggu.

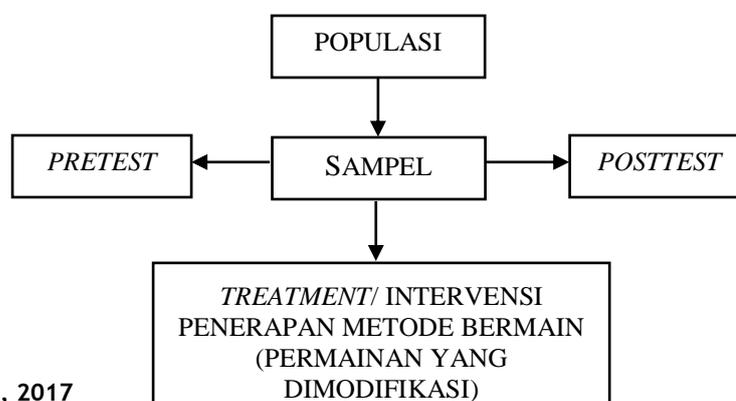
Tabel 3.4

Jadwal Pelaksanaan Pembelajaran

Pertemuan Ke	Hari, Tanggal	Waktu	Materi
1	Selasa, 10 Januari 2017	(1 x pertemuan/ 2 x 35 menit)	Mengenal Gerak Lokomotor (Jalan)
2	Kamis, 12 Januari 2017	(1 x pertemuan/ 2 x 35 menit)	Mengenal Gerak Lokomotor (Lari)
3	Sabtu, 14 Januari 2017	(1 x pertemuan/ 2 x 35 menit)	Mengenal Gerak Lokomotor (Lompat)
4	Senin,	(1 x pertemuan/	Kombinasi Pola Gerak

Pertemuan Ke	Hari, Tanggal	Waktu	Materi
1	Selasa, 10 Januari 2017	(1 x pertemuan/ 2 x 35 menit)	Mengenal Gerak Lokomotor (Jalan)
	17 Januari 2017	2 x 35 menit)	Lokomotor dan Manipulatif (Pembelajaran Bola Basket)
5	Rabu, 19 Januari 2017	(1 x pertemuan/ 2 x 35 menit)	Pembelajaran Lompat Jauh (Atletik)
6	Sabtu, 21 Januari 2017	(1 x pertemuan/ 2 x 35 menit)	Kombinasi Pola Gerak Lokomotor dan Manipulatif (Pembelajaran Sepakbola)
7	Senin, 23 Januari 2016	(1 x pertemuan/ 2 x 35 menit)	Pembelajaran Bulu Tangkis
8	Rabu, 25 Januari 2017	(1 x pertemuan/ 2 x 35 menit)	Mengenal Gerak Manipulatif (Melempar dan Menangkap)
9	Jum'at, 27 Januari 2017	(1 x pertemuan/ 2 x 35 menit)	Mengenal Gerak Manipulatif (Menendang)
10	Senin, 30 Januari 2017	(1 x pertemuan/ 2 x 35 menit)	Gerak Lokomotor (Lompat)
11	Rabu, 01 Februari 2017	(1 x pertemuan/ 2 x 35 menit)	Gerak Langkah Kaki dalam Aktivitas Ritmik
12	Jum'at, 03 Februari 2017	(1 x pertemuan/ 2 x 35 menit)	Gerak Manipulatif (Pembelajaran Bola Basket)

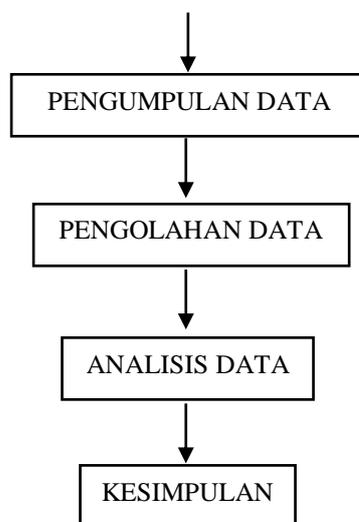
Alur dalam penelitian ini digambarkan sebagai berikut.



Lilis Maesaroh, 2017

**PENGARUH PENDEKATAN BERMAIN DALAM PEMBELAJARAN PENJAS ADAPTIF TERHADAP
PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK LOKOMOTOR SISWA TUNAGRAHITA SEDANG**

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



Gambar 3.2
Alur Penelitian

Alur penelitian diatas menggambarkan langkah-langkah yang akan dilaksanakan dalam penelitian ini, dijelaskan sebagai berikut.

1. Menentukan populasi dan sampel.
2. Melakukan tes awal (*pretest*) terhadap sampel yang sudah ditentukan.
3. Memberikan intervensi berupa modifikasi permainan terhadap sampel.
4. Melakukan tes akhir (*posttest*) setelah diberi intervensi berupa pembelajaran penjas menggunakan berbagai bentuk permainan kemudian menghitung rata-rata dari masing-masing hasil tes.
5. Mengolah data
6. Melakukan pengujian hipotesis
7. Mengambil kesimpulan dari hasil data yang diperoleh.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan cara untuk mencari makna dari sebuah data yang telah dikumpulkan oleh peneliti. Data yang diperoleh dari tes awal dan

tes akhir merupakan skor mentah, maka data tersebut harus diolah dan dianalisis berdasarkan penghitungan statistika

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dijelaskan pada uraian berikut.

1. Mencari skor rata-rata dan simpangan baku dari kelompok data.
2. Menguji normalitas data menggunakan uji *Kolmogorov-smirnov*.
3. Menguji homogenitas data menggunakan uji *Levene's statistic*.
4. Setelah data memenuhi persyaratan normalitas dan homogenitas, kemudian melanjutkan pengujian menggunakan *paired sample test* untuk melihat pengaruh dari metode pendekatan bermain yang diterapkan dalam pembelajaran penjas.

G. Definisi Operasional

Untuk memudahkan dalam penelitian dan menghindari penafsiran yang salah, dijelaskan mengenai istilah-istilah yang berkaitan dengan penelitian ini, yaitu sebagai berikut.

1. Pendidikan jasmani merupakan suatu upaya pendidikan yang dilakukan terhadap anak-anak, agar mereka dapat belajar bergerak, dan belajar melalui gerak, serta berkepribadian yang tangguh, sehat jasmani dan rohani (Rusli, 2011 hlm. 1).
2. Pendidikan jasmani adaptif merupakan sarana yang sangat strategis dalam upaya meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, keterampilan gerak, sosial dan intelektual siswa cacat. Peningkatan kualitas proses pendidikan jasmani di sekolah luar biasa sangat penting untuk menanamkan sikap positif terhadap keterbatasan kemampuan mereka, baik segi fisik maupun mentalnya sehingga para siswa mampu bersosialisasi dengan lingkungan dan memiliki rasa percaya diri dan harga diri (Tarigan, 2012, hlm. 89).
3. Keterampilan lokomotor adalah keterampilan yang memerlukan gerak cepat tubuh saat bergerak dari satu arah ke arah lain (Bakhtiar, 2015, hlm. 26)

4. Ketunagrahitaan mengacu pada fungsi intelektual umum yang secara nyata (signifikan) berada dibawah rata-rata (normal) bersamaan dengan kekurangan dalam tingkah laku penyesuaian diri dan semua ini berlangsung pada masa perkembangan (*American Association of Mental Deficiency, AAMD*) oleh Grossman dalam (Delphie, 2005, hlm. 3).
5. Tunagrahita sedang merupakan salah satu tingkatan dari klasifikasi penyandang tunagrahita berdasarkan kriteria sosial-psikologis ataupun kriteria motorik dan perilaku adaptif (Delphie, 2005, hlm. 7).
6. Bermain merupakan aktivitas yang dilakukan dengan sukarela atas dasar rasa senang (Sukintaka, 1992, hlm. 7).