

BAB III

METODE PENELITIAN

Penelitian adalah kegiatan pengumpulan, pengolahan, analisis, dan penyajian data yang disusun secara sistematis untuk menguji suatu permasalahan. Sedangkan metode penelitian adalah cara ilmiah yang dilakukan untuk mendapatkan data tujuan tertentu. Suatu penelitian harus disusun secara sistematis berdasarkan tahapan-tahapan penelitian seperti berikut :

A. Desain Penelitian

Menurut Kemmis dan Mc Taggart (dalam Kunandar, 2008, hlm. 70), “Penelitian tindakan kelas dilakukan melalui proses yang dinamis dan komplementari yang terdiri dari empat momentum esensial” yaitu sebagai berikut:

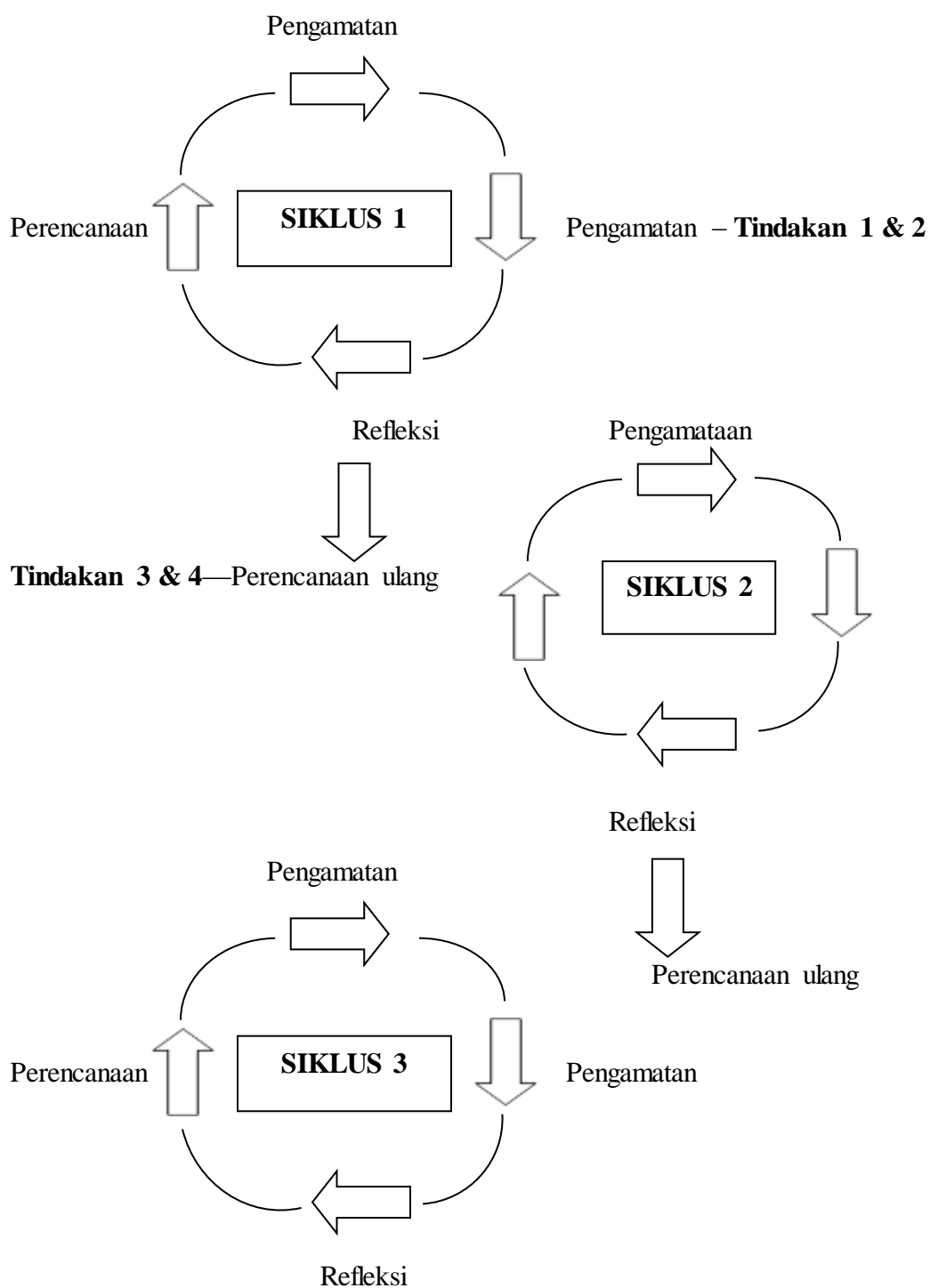
1. Penyusunan Rencana. Perencanaan adalah mengembangkan rencana tindakan yang secara kritis untuk meningkatkan apa yang telah terjadi.
2. Tindakan. Tindakan yang dilakukan secara sadar dan terkendali, yang merupakan variasi praktik yang cermat dan bijaksana.
3. Observasi. Berfungsi untuk mendokumentasikan pengaruh tindakan terkait.
4. Refleksi. Refleksi adalah mengingat dan merenungkan suatu tindakan persis seperti yang telah dicatat dalam observasi.



Gambar 3.1
Desain PTK Model Kurt Lewin

(Sumber: <http://gurukumiisjtg.blogspot.co.id>)

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, dikemukakan oleh Subroto, dkk (2016, hlm. 37). Berikut ini disajikan gambar pentahapannya:



Bagan 3.1 : Prosedur atau tahapan PTK

(sumber. Hidayat, Yusuf. 2016. *Penulisan penelitian tindakan kelas*
)

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan proses belajar. Dalam penelitian ini sasarannya adalah meningkatkan pemahaman gerak dasar siswa dalam melakukan gerakan lompat jauh. Untuk memperoleh data yang diperlukan, maka peneliti harus terjun langsung melaksanakan penelitian. Prosedur penelitian tindakan kelas biasanya meliputi beberapa siklus, sesuai tingkat permasalahan yang akan dipecahkan dan kondisi yang akan ditingkatkan. Adapun siklus yang akan dilakukan yaitu sebagai berikut:

a. Siklus 1

1. Perencanaan

Kegiatan yang dilakukan dalam perencanaan diantaranya:

- a. Peneliti melakukan observasi awal terhadap keadaan sampel, saat melakukan penelitian awal, peneliti menuliskan penemuan-penemuan yang esensial selama observasi. Kemudian peneliti menganalisis masalah yang ditemukan, penyebab dan alternatif sosial yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan masalah yang ditemui tersebut. Adapun solusi yang peneliti dapatkan yaitu penerapan permainan galah jidar untuk meningkatkan pemahaman lompat jauh dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.
- b. Menentukan hari dan tanggal penelitian.
- c. Mempersiapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran, yaitu tentang materi yang akan di ajarkan mengenai pembelajaran permainan galah jidar untuk meningkatkan pemahaman lompat jauh.
- d. Peneliti mempersiapkan alat perekam yang berfungsi untuk merekam dan mendokumentasikan proses pembelajaran.

- e. Peneliti mempersiapkan alat belajar yang menunjang untuk melakukan pembelajaran permainan galah jidar.
- f. Peneliti menyiapkan lembar observasi, pedoman wawancara, dan persiapan pertanyaan yang diajukan kepada siswa di setiap pembelajaran dan setiap siklus berlangsung.
- g. Bersama teman sekampus, peneliti menyiapkan tes untuk mengevaluasi hasil belajar siswa setelah siklus 1 berlangsung.

2. Pelaksanaan Tindakan (Acting)

Pada pelaksanaan, guru melaksanakan desain pembelajaran Pendidikan Jasmani yang telah disusun oleh peneliti sebelumnya dan telah di diskusikan dengan teman sekampus saya. Penelitian ini dilaksanakan dalam tiga siklus dan dalam tiap siklus terdiri dari dua pertemuan. Adapun langkah-langkah yang dilakukan saat melaksanakan tindakan yaitu:

- a. Peneliti melakukan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan permainan galah jidar. Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti mengkondisikan siswa agar tetap konsisten melaksanakan pembelajaran dengan permainan galah jidar.
- b. Peneliti melakukan kegiatan pengumpulan data melalui observasi, dokumentasi, penilaian, dan wawancara.

3. Pengamatan (Observing)

Kegiatan pengamatan merupakan dimana waktu proses pengumpulan data dilaksanakan. Proses pengumpulan data ini dengan cara mengamati seluruh tindakan yang dilaksanakan, kegiatan yang diamati meliputi sikap siswa dalam pembelajaran, suasana kelas, guru dalam menyampaikan materi, interaksi antara guru dan siswa, interaksi siswa dengan siswa, dan hal-hal yang terjadi pada saat proses pembelajaran menggunakan lembar observasi yang sudah disusun.

4. Refleksi (Reflection)

Refleksi ini dilaksanakan untuk mengetahui pelaksanaan tindakan baik bersifat positif maupun negatif. Pelaksanaan refleksi berupa guru Pendidikan Jasmani dan peneliti. Dalam refleksi ini dilakukan dengan cara mengumpulkan serta mengidentifikasi data yang diperoleh peneliti selama observasi. Kemudian peneliti merumuskan perencanaan untuk siklus berikutnya.

b. Siklus II

Tahap-tahap yang dilaksanakan pada pembelajaran siklus II ini mengikuti pembelajaran yang telah dilakukan pada siklus I, dalam hal ini rencana siklus II disusun berdasarkan hasil refleksi pada hasil siklus I. Adapun kegiatan yang dilakukan pada siklus ini sebagai penyempurnaan terhadap pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani dengan menerapkan permainan galah jidar.

B. Partisipasi dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama kurang lebih 1 bulan yang disesuaikan dengan jadwal pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah tersebut. Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 30 Maret sampai dengan 04 Mei. Pelaksanaan ini dilaksanakan di lapangan Psikoad sebelah SDN 1 Cisitu Kota Bandung. Pada kelas III dengan jumlah siswa 38 orang, terdiri dari 25 orang siswa laki-laki dan 13 orang siswi perempuan di SDN I Cisitu Kota Bandung.

C. Teknik Pengumpulan Data

Data penelitian dikumpulkan dan disusun melalui teknik pengumpulan data yang terdiri dari: sumber data, teknik pengumpulan data dan teknik analisa data. Dalam penelitian tindakan kelas ini instrumen yang digunakan adalah observasi/pengamatan, catatan lapangan, dan dokumentasi untuk mengamati siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

1. Sumber Data, yang menjadi data dalam penelitian ini adalah siswa kelas III SDN I Cisitu Kota Bandung.

2. Pada penelitian tindakan kelas ini, penelitian menggunakan 3 siklus yang masing- masing siklus terdiri dari dua pertemuan. Tiap pertemuan waktunya 2 x 35 menit. Masing- masing siklus dilaksanakan dan dilengkapi dengan instrumen atau alat observasi. Siklus pertama dirancang dengan dasar observasi awal, selanjutnya siklus kedua didasarkan atas refleksi siklus pertama begitupun pada siklus ketiga.

D. Instrumen Penelitian

Dalam melakukan penelitian tentunya diperlukan intrumen untuk mengumpulkan data. Mengenai instrumen Kunandar (2008, hlm. 137) mengemukakan bahwa “instumen yang diperlukan dalam penelitian tindakan kelas (PTK) haruslah sejalan dengan prosedur dan langkah PTK. Lebih lanjut Arikunto (2002, hlm.138) mengemukakan sebagai berikut :

“Berbicara tentang jenis-jenis metode dan intrumen pengumpulan data sebenarnya tidak ubahnya dengan berbicara masalah evaluasi. Mengevaluasi tidak lain adalah memperoleh data tentang status sesuatu dibandingkan dengan standard atau ukuran yang telah ditentukan, karena mengevaluasi juga adalah mengadakan pengukuran”.

Dari pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa suatu penelitian bertujuan untuk mengukur sejauh mana kemampuan siswa dalam proses belajar dengan standar yang telah ditentukan. Berkaitan dengan permasalahan yang diteliti, maka penulis lebih memfokuskan penelitian tentang pemahaman gerak dasar lompat jauh meliputi pemahaman sikap awal, pemahaman pelaksanaan, pemahaman sikap akhir melalui lembar observasi (pengamatan) selama pembelajaran berlangsung, untuk lebih jelasnya mengenai instrumen yang dipergunakan dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

1. Lembar observasi (pengamatan)

Lembar penilaian ini ditunjukan untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa sewaktu pembelajaran gerak dasar lompat jauh berlangsung menurut Aip, 1992 (dalam Novianti, hlm. 38-41).

Tabel 3.1
Kriteria Gerak Dasar Lompat Jauh

Komponen	Aspek
----------	-------

Gerakan	
Sikap awal	Bertolak pada papan yang tepat
	Lari anjang-ancang
	Tidak merubah panjang langkah
	Kaki tumpu atau kaki tolak lurus
Pelaksanaan	Sikap badan di udara dilingkarkan ke belakang
	Kedua tungkai ke belakang
	Kedua tangan ke atas ke belakang
Sikap akhir	Saat mendarat kedua kaki atau tungkai diluruskan
	Saat mendarat kedua tangan diayun ke depan
Tes Akhir	Koordinasi gerakan dan jarak lompatan

Tabel 3.2
Kriteria Penilaian Pemahaman Gerak Dasar Lompat Jauh (Sikap Awal)

No	Kriteria	Skor
1	Siswa dapat menjelaskan keempat komponen sikap awal dalam gerak dasar lompat jauh.	4
2	Siswa dapat menjelaskan ketiga komponen sikap awal dalam gerak dasar lompat jauh.	3
3	Siswa dapat menjelaskan kedua komponen sikap awal dalam gerak dasar lompat jauh.	2
4	Siswa siswa dapat menjelaskan salah satu komponen sikap awal dalam gerak dasar lompat jauh.	1

Tabel 3.3
Kriteria Penilaian Pemahaman Gerak Dasar Lompat Jauh (Pelaksanaan)

No	Kriteria	Skor
1	Siswa dapat menjelaskan ketiga komponen gerak dasar lompat jauh pada saat melayang di udara.	4

2	Siswa dapat menjelaskan kedua komponen gerak dasar lompat jauh pada saat melayang di udara.	3
3	Siswa dapat menjelaskan salah satu komponen gerak dasar lompat jauh pada saat melayang di udara.	2
4	Siswa tidak dapat menjelaskan komponen gerak dasar lompat jauh pada saat melayang di udara.	1

Tabel 3.4
Kriteria Penilaian Pemahaman Gerak Dasar Lompat Jauh (Sikap Akhir)

No	Kreteria	Skor
1	Siswa dapat menjelaskan seluruh komponen sikap akhir gerakan dasar lompat jauh.	4
2	Siswa dapat menjelaskan kedua komponen sikap awal gerak dasar lompat jauh tetapi kurang lengkap dengan kriteria.	3
3	Siswa dapat menjelaskan salah satu komponen sikap akhir gerakan dasar lompat jauh.	2
4	Siswa belum dapat menjelaskan komponen sikap akhir gerakan dasar lompat jauh.	1

Tabel 3.5
Format Lembar Observasi Pemahaman Gerak Dasar Lompat Jauh

NO	ASPEK YANG DI OBSERVASI	INDIKATOR PENILAIAN AKTIVITAS SISWA	KRETERIA			
			1	2	3	4
	PEMAHAMAN SISWA	1. Siswa dapat menjelaskan sikap awal dalam lompat jauh				
		2. Siswa dapat menjelaskan gerakan pelaksanaan dalam lompat jauh				

		3. Siswa dapat menjelaskan sikap akhir dalam lompat jauh				
		4. Siswa dapat menjelaskan cara bermain galah jidar				
	JUMLAH					
	Jumlah Skor Maksimal = 16					

Keterangan :

Nilai 1, 2, 3, dan 4 sesuai dengan kriteria yang sudah ditetapkan

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

Tabel 3.6
Kriteria Penilaian Penerapan Gerak Dasar Lompat Jauh (Sikap Awal)

No	Kriteria	Skor
1	Siswa dapat melakukan tolakan di papan yang tepat, pada saat menolak kaki tumpu lurus.	4
2	Siswa dapat melakukan tolakan di papan yang tepat, tetapi pada saat menolak kaki tumpu tidak lurus.	3
3	Siswa dapat melakukan tolakan tetapi tidak tepat pada papan, dan pada saat menolak kaki tumpu kurang lurus.	2
4	Siswa belum dapat melakukan tolakan pada saat melompat.	1

Tabel 3.7
Kriteria Penilaian Penerapan Gerak Dasar Lompat Jauh (Pelaksanaan)

No	Kriteria	Skor
1	Siswa dapat melakukan gerakan melentingkan tubuh dengan tangan dan kaki kebelakang pada saat melayang di udara.	4
2	Siswa dapat melakukan gerakan melentingkan tubuh tetapi tangan dan kaki kurang kebelakang pada saat melayang di	3

Wildan Nurul Gufon, 2017

PENERAPAN PERMAINAN GALAH JIDAR UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN GERAK DASAR LOMPAT JAUH DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI

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

	udara.	
3	Siswa dapat melakukan gerakang tetapi tubuh tidak melenting dengan tangan dan kaki lurus pada saat melayang di udara.	2
4	Siswa tidak dapat melakukan gerakan melentingkan tubuh dengan tangan dan kaki kebelakang pada saat melayang di udara.	1

Tabel 3.8
Kriteria Penilaian Penerapan Gerak Dasar Lompat Jauh (Sikap Akhir)

No	Kreteria	Skor
1	Siswa dapat melakukan gerakan meluruskan kaki atau tungkai pada saat mendarat dan mengayunkan kedua tangan kedepan.	4
2	Siswa dapat melakukan gerakan meluruskan kaki atau tungkai pada saat mendarat, tetapi tidak mengayunkan kedua tangan kedepan.	3
3	Siswa kurang dapat melakukan gerakan meluruskan kaki atau tungkai pada saat mendarat dan mengayunkan kedua tanggan ke depan	2
4	Siswa belum dapat melakukan gerakan meluruskan kaki atau tungkai pada saat mendarat dan mengayunkan kedua tangan kedepan.	1

Tabel 3.9
Lembar Penerapan Observasi Siswa

No	Nama Siswa	Aspek yang dinilai																Jumlah (Σ)	Kategori Nilai
		Sikap awal				Pelaksanaan				Sikap akhir				Tes akhir					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1																			
2																			

3																				
4																				
5																				
6																				
7																				
8																				
9																				
10																				
Dst																				
Jumlah Σ																				
Rata-rata (\bar{x})																				
Simpangan baku (S)																				
Rata-rata (\bar{x}) dalam %																				
Skor Maksimal = 16																				

Keterangan :
 Nilai 1, 2, 3, dan 4 sesuai dengan kriteria yang sudah ditetapkan

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

2. Catatan Lapangan

Adapun format catatan lapangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.10
Format Catatan Lapangan

(Sumber: Kunandar, 2008, hlm. 197)

Catatan Lapangan	
Siklus :	
Tindakan :	
Hari/tgl :	
Waktu :	
Pengajar :	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
	Observer

3. Dokumentasi

Selain catatan lapangan penulis juga menggunakan kamera Fuji film untuk pengambilan video dan foto yang digunakan untuk merekam kejadian selama pelaksanaan pembelajaran, juga sebagai alat untuk memberikan gambaran tentang apa yang terjadi dalam masalah penelitian yang dilakukan. Seperti yang diungkapkan Kunandar (2008, hlm. 195) bahwa:

Agar peneliti mempunyai alat pencatat untuk menggambarkan apa yang sedang terjadi di kelas pada waktu pembelajaran dalam rangka penelitian tindakan kelas, untuk menerapkan suasana kelas, detail tentang peristiwa-peristiwa penting atau khusus yang terjadi atau ilustrasi dari episode tertentu, alat-alat elektronik ini dapat saja digunakan untuk membantu mendeskripsikan apa yang peneliti catat di catatan lapangan, apabila memungkinkan.

Sesuai dengan yang di sampaikan ahli peneliti diatas, maka peneliti menggunakan Camera Fuji film sebagai alat dokumentasi pada saat penelitian berlangsung.

E. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif, dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Terdapat dua siklus dalam penelitian ini, siklus I terdiri atas tindakan 1 dan tindakan 2, serta siklus II terdiri atas tindakan 3 dan tindakan 4. Kriteria dan ukuran keberhasilan tujuan penelitian ditentukan berdasarkan hasil evaluasi belajar secara individu. Untuk menentukan kategori nilai yang diberikan pada siswa yaitu dengan Penilaian Acuan Normal (PAN) menggunakan kurve normal

dengan 5 kategori (A-E) untuk mengetahui keterampilan melempar dan menangkap setiap individu dalam kelompok (Suntoda, 2016), nilai rata-rata dan presentase peningkatan keberhasilan pembelajaran, peneliti menggunakan cara sebagai berikut :

1. Mencari rata-rata (\bar{X})

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

Keterangan :

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

$\sum X$ = Jumlah skor (x)

n = Banyaknya Subjek

X = Skor setiap Subjek

2. Rumus Simpangan Baku (S)

$$S = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{n-1}}$$

S = simpangan baku

X = skor yang dicapai seseorang

\bar{X} = Nilai rata-rata

n = Banyaknya jumlah seseorang

3. Mencari Penilaian Acuan Norma (PAN)

Tabel 3.11

Batas daerah dalam kurve	Nilai	Kategori
M + 1,8 S atau lebih	A	Sangat Baik
Antara M+ 0,6 S dan M+ 1,8 S	B	Baik
Antara M-0,6 S dan M+0,6S	C	Cukup
Antara M-1,8 S dan M-0,6 S	D	Kurang
kurang dari M-1,8 S	E	Sangat Kurang

Penelitian menggunakan lembar observasi yang diberikan kepada observer, yaitu lembar observasi siswa. Lembar observasi ini berisikan pemahaman gerak dasar lompat jauh melalui permainan galah jidar dilihat dari sikap awal, pelaksanaan, dan sikap akhir. -