

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tujuan Oprasional Penelitian

Tujuan oprasional pada penelitian ini, yaitu untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan peneliti dalam menerapkan *modifikasi pembelajaran menggunakan alat bantu karet*. khususnya meningkatkan hasil kepercayaan diri siswa dalam melakukan keterampilan lompat tinggi di kelas X SMAN 10 Bandung.

B. Metode Penelitian

Penggunaan metode dalam penelitian disesuaikan dengan masalah serta tujuan penelitian, metode penelitian merupakan cara peneliti untuk mendapatkan jawaban atas penelitiannya. Metode berasal dari bahasa Yunani yaitu *methodos* berarti cara atau jalan yang ditempuh. Fungsi metode berarti sebagai alat untuk mencapai tujuan, bagaimana cara melakukan atau membuat sesuatu.

Peneliti menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research (CAR)*, dengan permasalahan berasal dari kegiatan siswa, yaitu adanya harapan dan kenyataan tidak sesuai pada tujuan pembelajaran dalam pendidikan jasmani, khususnya di pembelajaran lompat tinggi SMA Negeri 10 Bandung sehingga menjadi permasalahan di SMA Negeri 10 Bandung untuk mewujudkan mutu pendidikan berkualitas. Arikunto (2010, hlm. 57) menyebutkan bahwa:

Penelitian tindakan kelas (*classroom action research*), yaitu penelitian yang dilakukan oleh guru, bekerjasama dengan peneliti (atau dilakukan oleh guru sendiri yang juga bertindak sebagai peneliti) dikelas atau disekolah tempat ia mengajar dengan penekanan pada penyempurnaan atau peningkatan proses dan praktis pembelajaran.

Dari beberapa faktor untuk meningkatkan mutu pendidikan berkualitas, terjadi permasalahan pada siswa dalam lompat tinggi, yaitu siswa kurang aktif dalam bergerak ketika proses belajar, guru lebih berperan aktif dalam proses pembelajaran sehingga siswa merasa pembelajaran monoton dan berdampak pada siswa tidak

mudah berkembang kemampuannya dalam bermain, selain itu lompat tinggi baru dirasakan siswa ketika SMA, sehingga berdampak pada kurangnya kepercayaan diri dan keterampilan gerak dalam pembelajaran lompat tinggi. Oleh karena itu dalam penelitian ini peneliti bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui penerapan modifikasi pembelajaran alat bantu pada siswa pembelajaran lompat tinggi di SMA Negeri 10 Bandung, penerapan modifikasi pembelajaran alat bantu siswa diharapkan bisa belajar bagaimana memecahkan masalah, lebih termotivasi dalam proses pembelajaran lompat tinggi dan kegiatan yang sedang dilakukan dapat membuat siswa menjadi aktif bergerak sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri lompat tinggi.

Penelitian tindakan kelas (*action research*) tidak terbatas pada ruang kelas saja, melainkan dimana saja guru mengajar, *action Research* juga berarti penelitian bersifat partisipatif dan kolaboratif, yaitu penelitian dapat dilakukan oleh peneliti dan diamati oleh rekan-rekannya berfungsi sebagai pengamat, pengawas, pemberi saran dan sebagai penentu dalam penilaian sistematis yang dilakukan, dengan demikian tahapan akhir akan menjadi terminologi proses perencanaan program aksi yaitu tergantung pada tujuan pencapaian oleh peneliti dan kolaborator selaku praktis dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini melalui penerapan modifikasi pembelajaran alat bantu dapat berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa dalam lompat tinggi di pembelajaran lompat tinggi SMA Negeri 10 Bandung.

C. Desain penelitian

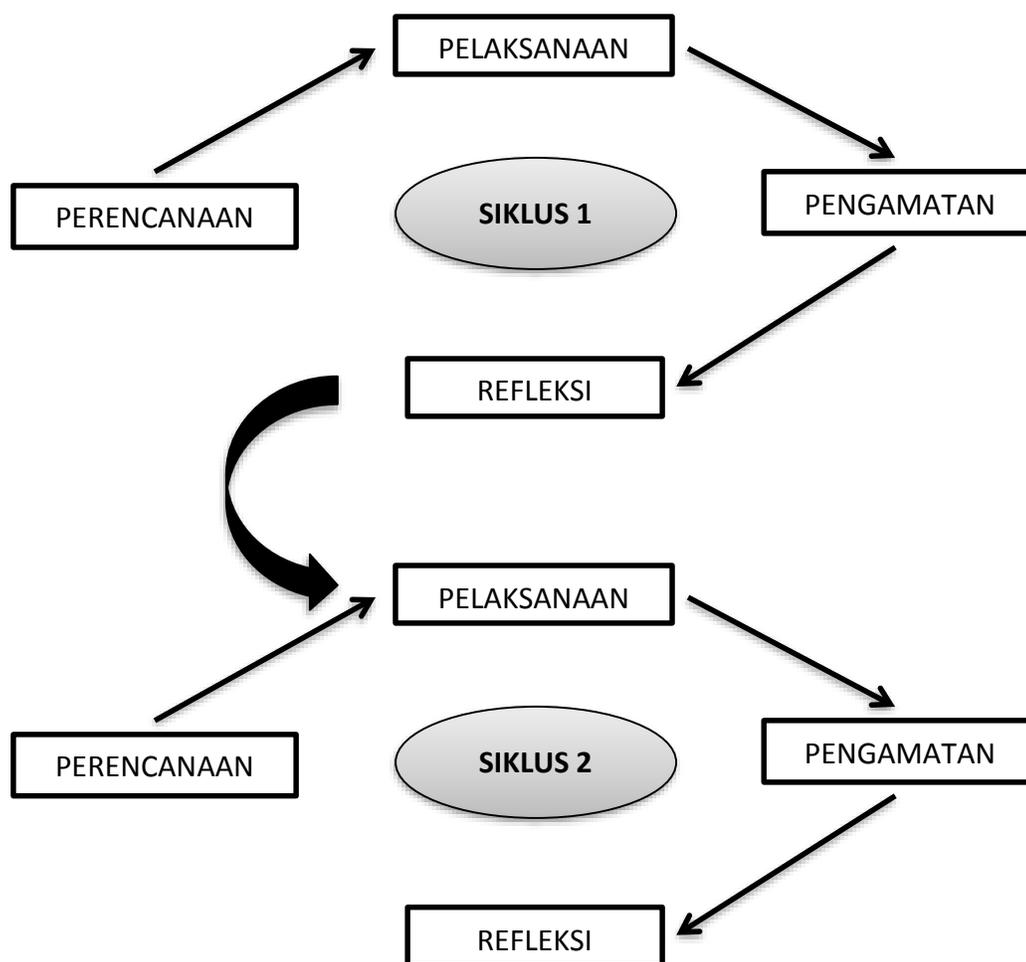
Desain penelitian merupakan rancangan peneliti untuk mempersiapkan pelaksanaan kegiatan penelitian, desain penelitian akan sangat membantu peneliti agar penelitian dapat dilaksanakan secara teratur dan tersusun dengan baik. Desain penelitian merupakan suatu rencana tentang cara mengumpulkan atau menganalisis data sesuai dengan tujuan penelitian, di dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) terdapat beberapa model atau desain penelitian yang di gunakan ketika peneliti melakukan PTK, desain-desain tersebut diantaranya adalah: (1) *Model Kurt Lewin*, (2) *Model Kemmis Mc Taggart*, (3) *Model John Elliot*, (4) *Model Hopkins*, (5) *Model*

McKernan, (6) Model Dave Ebbut, dalam hal ini peneliti melakukan PTK dengan menggunakan model Kemmis dan Mc Taggart, peneliti berusaha untuk mengetahui seberapa besar penerapan modifikasi pembelajaran alat bantu terhadap kepercayaan diri lompat tinggi, model Kemmis dan Taggart sebagai acuan dasar desain penelitian, model ini merupakan pengembangan dari konsep dasar yang diperkenalkan Kurt Lewin, hanya saja komponen *acting* dan *observing* dijadikan satu kesatuan karena keduanya merupakan tindakan yang tidak terpisahkan, terjadi dalam waktu yang sama.

Dalam desain penelitian yang dilakukan pada penelitian tindakan kelas di sesuaikan dengan model yang di kemukakan oleh Kemmis dan Mc Taggart, Trianto, hlm. 30-31, Model Kemmis dan Mc Taggart merupakan pengembangan dari konsep dasar yang diperkenalkan Kurt Lewin, hanya saja komponen *acting* dan *observing* dijadikan satu kesatuan karena keduanya merupakan tindakan yang terjadi dalam waktu yang sama.

Dalam perencanaannya menggunakan sistem spiral refleksi diri yang dimulai dengan perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*), refleksi (*reflecting*), perencanaan disusun sesuai dengan permasalahan nyata, rencana dibuat untuk diterapkan dalam tindakan, setiap tindakan pengamatan didapat pengumpulan data, kemudian setelah semua dilakukan diadakan refleksi untuk melihat apakah permasalahan tersebut bisa terselesaikan atau tidak, setelah itu melakukan evaluasi pembelajaran.

Dalam melakukan penelitian, jika diketahui keberhasilan atau hambatan dalam tindakan tersebut, maka peneliti menentukan rencana siklus ke-2. Kegiatan pada siklus ke-2 dilakukan seperti siklus pertama namun ada beberapa tambahan perlakuan untuk memperbaiki hambatan dan kesulitan dari siklus pertama, jika tidak terjadi perubahan atau masih terdapat kesulitan dan hambatan dalam siklus ke dua, maka lanjut ke siklus berikutnya sampai terjadi peningkatan dalam proses pembelajaran tersebut. Adapun pola dasar model Penelitian Tindakan kelas (PTK) menurut Kemmis dan Mc Taggart, sebagai berikut:



Gambar 3.1 Penelitian Tindakan Kelas Model Spiral Kemmis & Taggart (dalam Trianto. 2012)

Untuk melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) terlebih dahulu peneliti harus memahami deskripsi masalah untuk menemukan solusi, tahapan demi tahapan dilakukan peneliti untuk melakukan observasi awal agar mengetahui permasalahan di pembelajaran lompat tinggi SMA Negeri 10 Bandung, observasi dilakukan harus terfokus langsung pada aspek-aspek dalam lompat tinggi di SMA Negeri 10 Bandung, hasil dari observasi awal tersebut untuk menindaklanjuti tindakan-tindakan pada bagian-bagian dari siklus penelitian selama penelitian berlangsung.

D. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 10 Bandung, beralamatkan di jl. Cikutra no. 77 Kota Bandung. Penelitian ini akan dilaksanakan pada siswa putra berjumlah 15 orang dan siswa putri berjumlah 25 orang,

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada semester ganjil tahun ajaran 2017-2018. Waktu penelitian digambarkan seperti pada tabel di bawah ini:

No	Nama Kegiatan	Bulan									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Penyusunan Proposal skripsi	■									
2	Bimbingan proposal skripsi	■									
3	Seminar Proposal Skripsi		■								
4	Surat keputusan (SK) judul skripsi			■							
5	Penulisan BAB I (Pendahuluan)				■	■	■				
6	Penulisan BAB II (Kajian Pustaka, Kerangka Pemikiran, dan Hipotesis Tindakan)						■				
7	Penulisan BAB III (Metodologi Penelitian)							■	■		
8	Tindakan Penelitian								■	■	
9	Benulisan BAB IV (Hasil Penelitian dan Pembahasan)									■	■
10	Penulisan BAB V									■	■

Tabel 3.1 Kalender Penelitian

E. Variabel dan Definisi Oprasional

Variabel penelitian dapat diartikan sebagai segala sesuatu untuk menjadi objek pengamatan peneitian, variabel penelitian dibagi menjadi dua macam: yaitu: variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen).

1. Varibel bebas (independen)

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel bebas dalam penelitian tindakan kelas ini adalah modifikasi pembelajaran alat bantu.

2. Variabel terikat (dependen)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terkait dalam penelitian tindakan kelas ini adalah peningkatan kepercayaan diri dalam lompat tinggi.

F. Prosedur Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan dengan empat tahap, yaitu perencanaan tindakan (*planning*), pelaksanaan tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*) dan refleksi (*reflecting*). Keempat tahap pelaksanaan tersebut termuat dalam satu siklus, apabila peneliti dan guru merasa bahwa penelitian sudah sesuai dengan adanya peningkatan kepercayaan diri dan tindakan atau siklus berikutnya mengalami peningkatan yang tidak berarti lagi maka siklus dihentikan. Berikut uraian tahap-tahap dalam setiap siklus tersebut:

1. Perencanaan (*planning*)

Perencanaan tindakan merupakan salah satu tahap terpenting dalam suatu penelitian sebagai langkah awal sebelum memasuki tahap tidakan penelitian, dalam penelitian ini penulis sebagai guru pendidikan jasmani di tempat penelitian, yaitu SMA Negeri 10 Bandung, sedangkan observernya adalah pelatih pembelajaran.

Dalam pelaksanaannya perencanaan tindakan diawali dengan mengajukan surat izin melakukan penelitian, penulis dan observer mengamati kondisi sekolah seperti sarana dan prasarana terkait dengan pembelajaran pendidikan jasmani,

kemudian penulis mempersiapkan rencana program pembelajaran sesuai dengan penggunaan melaksanakan tindakan penelitian.

Perencanaan (planning) pula mengembangkan rencana tindakan secara kritis untuk meningkatkan sesuatu yang terjadi, pada tahap perencanaan peneliti membuat rencana tindakan untuk penelitian, meliputi:

- a. Menyusun langkah-langkah pembelajaran dalam lompat tinggi.
- b. Mempersiapkan sarana dan prasarana alat-alat lompat tinggi dalam pelaksanaan pembelajaran, sangat perlu diperhatikan tentang sarana dan prasarana, karena hal ini dapat menentukan tingkat ketercapaian dan menunjang keberhasilan pembelajaran.
- c. Menyusun dan mengembangkan instrument atau alat pengumpulan data, dengan tahap-tahap sebagai berikut:
 - 1) Membuat format observasi dan catatan lapangan.
 - 2) Menyiapkan instrument
 - 3) Menyiapkan dokumentasi atau foto-foto
- d. Melakukan stimulasi pembelajaran untuk mengetahui kekurangan sebelum pelaksanaan dimulai.

2. Tindakan (*action*)

Tindakan (*action*) merupakan kegiatan yang dilakukan secara sadar dan terkendali, pada tahap ini rancangan tindakan dilaksanakan dalam pembelajaran, dengan tujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam lompat tinggi dengan penerapan modifikasi pembelajaran alat bantu, peneliti mengamati seluruh kegiatan guru dan siswa secara cermat, serta mencatat penemuan ketika pembelajaran berlangsung, pembelajaran terdiri dari tiga kegiatan, yaitu:

- a. Kegiatan awal
 - 1) Guru mengkomunikasikan tujuan yang akan dicapai
 - 2) Guru membagi siswa kedalam kelompok-kelompok kecil
- b. Kegiatan inti
 - 1) Guru memberikan masalah gerak kepada siswa, seperti:
 - a) Bagaimana cara melakukan lompatan

- b) Bagaimana cara memecahkan masalah dalam melewati mistar atau tali
 - 2) Siswa berdiskusi bersama kelompok untuk memecahkan masalah bagaimana cara melakukan gerakan dalam lompat tinggi
 - 3) Siswa saling bertukar pikiran untuk memecahkan masalah yang diberikan guru dengan cara menampilkan hasil pemecahan masalah.
- c. Kegiatan akhir

Kegiatan akhir pembelajaran meliputi kegiatan guru dan siswa dalam membuat kesimpulan dan refleksi materi yang telah dipelajari.

3. Pengamatan (*observation*)

Pengamatan (*observation*), yaitu kegiatan pengumpulan data berupa proses perubahan dalam proses belajar mengajar, pada tahap ini, selama proses pembelajaran berlangsung peneliti menggunakan lembar observasi sebagai upaya mengetahui jalannya pembelajaran dan bagaimana aktivitas anak ketika pembelajaran berlangsung.

4. Refleksi (*Reflection*)

Refleksi (*reflection*) yaitu mengingat dan merenungkan suatu tindakan seperti yang telah dicatat dalam observasi, refleksi berusaha memahami proses, masalah, persoalan dan kendala yang nyata dalam tindakan strategis, refleksi dilakukan untuk mengkaji hasil tindakan, hasil observasi dianalisis untuk membantu tindakan perbaikan selanjutnya, dengan melakukan refleksi penelitian maka peneliti dapat mengetahui kekurangan-kekurangan untuk diperbaiki.

Peneliti dapat melakukan siklus ke II, siklus ke II ini merupakan perbaikan dari siklus I, jika pada siklus I tujuan penelitian belum tercapai, maka tahapan pada siklus II sama dengan siklus I, yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*action*), pengamatan (*observation*) dan refleksi (*reflection*), siklus berhenti apabila tujuan penelitian tercapai, artinya kepercayaan diri meningkat melalui penerapan modifikasi pembelajaran alat bantu pada lompat tinggi menunjukkan adanya peningkatan, apabila sebaliknya maka, dilaksanakan siklus selanjutnya (siklus III, siklus IV, dan

seterusnya) dengan tahap-tahap pembelajaran sama atau berbeda sesuai dengan hasil evaluasi.

G. Instrumen Penelitian

Pada suatu penelitian dibutuhkan suatu alat ukur untuk melihat atau menggambarkan perubahan dan kemajuan pencapaian suatu penelitian, instrumen penelitian merupakan alat pengumpulan data untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka pemecahan masalah dan mencapai tujuan penelitian guna tercapainya keberhasilan penelitian maka, diperlukan suatu teknik dan alat pengumpulan data yang tepat atau sesuai dengan masalah yang akan diteliti.

Dapat ditarik kesimpulan bahwa instrument penelitian adalah alat atau fasilitas untuk digunakan peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Adapun teknik atau instrumen penelitian dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Lembar Observasi

Lembar observasi merupakan alat pengamatan dan pencatatan secara logis, sistematis dan rasional untuk melihat aktivitas siswa selama pembelajaran berlangsung, lembar observasi berfungsi juga sebagai bahan refleksi pembelajaran berikutnya. observasi ini dilakukan oleh rekan sejawat/ guru penjas peneliti dengan menggunakan lembar observasi sebagai pedoman, dan dilakukan secara terus menerus dalam setiap siklus.

2. Dokumentasi

Dalam pelaksanaan kegiatan, peneliti menggunakan kamera untuk mendokumentasikan saat proses penelitian berlangsung dimana akan menjadi gambaran tentang apa yang terjadi saat proses penelitian. Lembar observer, catatan lapangan dan penilaian kepercayaan diri juga dilampirkan sebagai dokumentasi penelitian.

3. Catatan Lapangan

Catatan lapangan merupakan alat penting dalam suatu penelitian tindakan kelas, dimana catatan lapangan berisi tentang deskripsi hal-hal yang terjadi atau muncul pada saat pelaksanaan pembelajaran dilaksanakan, format catatan lapangan memiliki fungsi untuk mengamati perilaku siswa ketika melaksanakan pembelajaran, catatan lapangan diisi oleh para observer, yang nantinya observer tersebut memberitahukan kepada penulis atau peneliti tentang hal-hal yang terjadi pada saat aktivitas pembelajaran berlangsung meliputi suasana kelas, pengelolaan kelas, interaksi guru dengan siswa dan interaksi peserta didik dengan peserta didik. Adapun penggunaan catatan lapangan peneliti sebagai berikut:

Tabel 3.2
CATATAN LAPANGAN

HARI/TANGGAL :
WAKTU :
SIKLUS :
TINDAKAN :

--	--

4. Penilaian kepercayaan diri

Untuk memperoleh data tentang kepercayaan diri digunakan kuisisioner yang disusun oleh penulis. Angket atau kuesioner pada penelitian ini dibuat untuk menjangring dan memperoleh informasi bagaimana gambaran keterampilan sosial

Tanti Triyana, 2017

**UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MELALUI PENERAPAN MODIFIKASI PEMBELAJARAN
DALAM LOMPAT TINGGI**

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

siswa. Jenis angket yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah jenis angket tertutup. Angket tersebut telah tersusun atas pertanyaan atau pernyataan yang tegas, teratur, kongkrit, lengkap, tidak memuat jawaban, hanya sesuai dengan alternatif jawaban. Arikunto (2006, hlm. 152) menyebutkan bahwa “Angket tertutup atau kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih”.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan langkah-langkah untuk memperoleh data sebagai berikut:

1. Membuat kuesioner untuk mengetahui keterampilan sosial siswa.
2. Membuat dan menyusun kisi-kisi lembar observasi untuk mengukur keterampilan bermain futsal.
3. Membuat dan menyusun skala penilaian dari lembar observasi.

Adapun kisi-kisi angket kepercayaan diri :

Tabel 3.1 Kisi-kisi kepercayaan diri Siswa di SMAN 10 Bandung

Definisi Konsep	Sub Komponen	Indikator
Menurut Lauster (2012, hlm.4), kepercayaan diri adalah kemampuan untuk mempercayai kemampuan sendiri.	1. keyakinan kemampuan diri	1.1 mempunyai tujuan dan kemampuan 1.2 menghargai diri sendiri 1.3 bersosialisasi
	2. optimis	2.1 berfikir positif 2.2 berusaha keras
	3. Objektif	3.1 mengambil keputusan 3.2 memberi dan menerima pendapat
	4. Bertanggung jawab	4.1 mempunyai keberanian 4.2 mentaati peraturan 4.3 konsekuen terhadap tugas

Dari tabel kisi-kisi lembar observasi tersebut, terdapat beberapa aspek yang akan dinilai. Setiap aspek diberikan bobot skor dengan menggunakan *skala likert*. Sugiyono (2012, hlm. 133) menjelaskan bahwa *Skala likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian. Dengan *skala likert*, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan ataupun pertanyaan. Kategori penyekoran atau kriteria pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut

Tabel 3.3 Kategori Pemberian Skor

No	Alternatif Jawaban	Bobot Nilai	
		Bila Positif	Bila Negatif
1	SS (Sangat Setuju)	5	1
2	S (Setuju)	4	2
3	KS (Kurang Setuju)	3	3
4	TS (Tidak Setuju)	2	4
5	STS (Sangat Tidak Setuju)	1	5

Uji Coba Instrumen Penelitian

Setelah membuat butir-butir pertanyaan, penulisan mengadakan uji coba angket untuk mengetahui apakah butir-butir pertanyaan tersebut cocok atau tidak untuk mengungkap aspek-aspek yang hendak diteliti. Untuk memperoleh data mengenai pengaruh modifikasi alat karet dalam kepercayaan diri lompat tinggi siswa kelas X SMAN 10 Bandung. Maka dilakukan uji coba instrument. Uji coba instrument tersebut bertujuan untuk menentukan valid atau tidaknya suatu tes berupa angket dan apakah tes berupa angket tersebut cocok atau tidaknya digunakan dalam penelitian tentang pengaruh modifikasi karet tersebut.

Adapun langkah-langkah dalam mengolah data untuk menentukan validitas instrument tersebut adalah sebagai berikut:

- Memberikan skor pada masing-masing butir pernyataan
- Menjumlahkan seluruh skor yang merupakan skor tiap responden uji coba
- Menghitung validitas instrument dengan menggunakan rumus korelasi *product-moment* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{hitung} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{n \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{hitung} : Koefisien korelasi yang dicari

$\sum x$: Jumlah skor item

$\sum y$: Jumlah skor total (seluruh item)

n : Jumlah responden

- Setelah nilai r diketahui, maka selanjutnya membandingkan nilai r_{hitung} yang telah dicari dengan r_{tabel} dengan taraf signifikan 0,05 atau dalam tingkat kepercayaan 95%. Instrumen penelitian ini memiliki tingkat kebebasan $n - 1$, nilai r_{tabel} menunjukkan nilai 0,312.

Untuk menentukan valid atau tidaknya sebuah butir tes dapat melalui pendekatan signifikan daya pembeda. Nilai r_{hitung} lebih besar atau sama dengan r_{tabel} , maka butir tes tersebut dinyatakan valid dan dapat dipergunakan sebagai alat pengumpul data. Apabila nilai r_{hitung} lebih kecil dari r_{tabel} , maka butir tes tersebut dinyatakan tidak valid dan tidak bisa dipergunakan sebagai alat pengumpul data.

Berdasarkan hasil penghitungan maka diperoleh r_{hitung} sebagai berikut:

Uji Validitas

Tujuan : Mengetahui Kevalidan Angket

Dasar Pengambilan Keputusan:

$R_{Hitung} > R_{Tabel} = \text{Valid}$

$R_{Hitung} < R_{Tabel} = \text{Tidak Valid}$

$R_{Tabel} = 0,312$

Tanti Triyana, 2017

UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MELALUI PENERAPAN MODIFIKASI PEMBELAJARAN DALAM LOMPAT TINGGI

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

*Keputusan Uji Validitas = 51 Soal Valid Dan 19 Soal Tidak Valid

Uji reabilitas

Tujuan: mengetahui konsistensi angket

*dasar pengambilan keputusan :

Alpha > r tabel = konsisten

Alpha < r tabel = tidak konsisten

*keputusan uji reabilitas = angket reliabel atau konsisten

Tabel 3.4 Uji Reabilitas

Variabel	r_{xy}	r tabel 5% (40)	Keterangan
X	0,932	0,312	Reliabel

H. Prosedur Penelitian

Sesuai dengan desain penelitian yang digunakan, langkah-langkah prosedur penelitian sebagai berikut:

1. Tahap Merencanakan Tindakan

Dalam menentukan tindakan, peneliti berperan sebagai aktor (guru) dibantu oleh observer (mitra guru) untuk melakukan rancangan tindakan. Adapun beberapa hal yang dilakukan oleh peneliti dan observer diantaranya adalah menurut Hidayat yusup (2016, hlm. 38) mengemukakan bahwa kegiatan merencanakan tindakan terdiri atas empat kegiatan yaitu :

- (1) menyiapkan rencana program pembelajaran untuk setiap pertemuan atau tindakan sebagai pedoman untuk melakukan proses pembelajaran, termasuk di dalamnya membuat scenario pembelajaran;
- (2) mempersiapkan sarana dan prasarana pendukung yang diperlukan;
- (3) menyusun dan mengembangkan instrument atau alat pengumpul data;
- (4) melaksanakan simulasi pelaksanaan tindakan untuk menguji keterlaksanaan rancangan.

Perencanaan disusun berdasarkan masalah dan hipotesis tindakan yang telah diuji. Perubahan yang diharapkan dapat mengidentifikasi aspek dan hasil proses pembelajaran, selain itu faktor pendukung dan penghambat dapat diungkap. Pada

tahapan ini peneliti dan observer menentukan suatu perencanaan tindakan dengan langkah-langkah sebagai berikut:.

- 1) Membuat lembar observasi yaitu :
 - a) Catatan-catatan yang digunakan sebagai media untuk mencatat semua kejadian selama proses pembelajaran.
 - b) Membuat lembar observasi kinerja guru.
 - c) Membuat lembar observasi aktivitas siswa.
 - d) Dengan menggunakan alat elektronik (Kamera) untuk merekam untuk 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 ditahap berikutnya.
- 2) Peneliti menyiapkan sarana dan prasarana (fasilitas dan alat) untuk kegiatan pembelajaran lompat tinggi.

2. Tahap Pelaksanaan Tindakan

Tahap pelaksanaan tindakan menggambarkan deskripsi tindakan yang akan diterapkan, skenario kerja tindakan perbaikan serta prosedur tindakan. Pelaksanaan tindakan dalam situasi secara sadar dan terkendali setelah perencanaan selesai dilakukan. Dalam proses pelaksanaan tindakan, peneliti berperan sebagai guru atau pengajar yang terjun langsung untuk melaksanakan pembelajaran lompat tinggi.

Penelitian ini terdiri dari 2 siklus dengan dua tindakan pada setiap siklusnya. Jika perubahan belum sesuai dengan kriteria maka berlanjut ke siklus 3. Tindakan dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri melalui penerapan modifikasi alat dalam lompat tinggi. Dalam tindakan juga peneliti melakukan pengamatan dan evaluasi agar keberhasilan pembelajaran dapat terlihat.

Sebelum melaksanakan penelitian tentunya peneliti terlebih dahulu mengadakan observasi awal yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana persiapan-persiapan guru penjas sebelum mengajar dan bagaimana guru penjas tersebut mengimplementasikan materi pada saat proses pembelajaran di kelas serta untuk

mengetahui kesulitan guru dan siswa di kelas selama pembelajaran dan selanjutnya hal itu dijadikan bahan evaluasi untuk rencana tindakan. Observasi awal dilakukan pada awal peneliti turun lapangan. Sebelum peneliti menerapkan modifikasi alat lompat tinggi dalam konteks penelitian ini. Semua hal yang di observasi dicatat dalam bentuk catatan-catatan lapangan (semua catatan lapangan ini dijadikan lampiran dari keseluruhan laporan penelitian ini). Substansi yang di observasi pada kegiatan observasi awal ini dijadikan bahan referensi awal dalam membuat rencana tindakan yang berkaitan dengan penelitian.

Berdasarkan hasil pengamatan dan observasi awal, maka ditentukan bahwa tindakan yang akan dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri melalui penerapan modifikasi alat lompat tinggi dalam pembelajaran pendidikan jasmani di kelas X SMAN 10 Bandung dengan menerapkan aktivitas modifikasi alat lompat tinggi dalam setiap siklus. Rencana kegiatan dalam setiap siklusnya dapat digambarkan sebagai berikut:

Tabel 3.4 Perencanaan Siklus Penelitian Siklus 1

Tahapan	Deskripsi
1. Siklus 1	<p>a. Perencanaan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Permasalahan diidentifikasi dari masalah yang muncul ketika pembelajaran berlangsung 2) Membuat rancangan pembelajaran untuk memecahkan masalah yang ada tersebut 3) Menyusun instrument tentang kepercayaan diri dalam pembelajaran lompat tinggi. 4) Mempersiapkan dan memperdalam materi pembelajaran yang akan disampaikan 5) Serta mempersiapkan alat modifikasi untuk proses pembelajaran. <p>b. Pelaksanaan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Guru menyampaikan semua tujuan pelajaran yang ingin dicapai pada pelajaran tersebut dan memotivasi siswa belajar 2) Guru menyajikan informasi kepada siswa melalui demonstrasi atau berupa gambar pada setiap materi yang akan disampaikan 3) Guru memberikan instruksi kepada siswa untuk

	<p>mengorganisasikan siswa kedalam kelompok-kelompok yang telah dibagi,</p> <ol style="list-style-type: none"> 4) Guru memberikan contoh pada setiap materi yang akan disampaikan dalam pembelajaran lompat tinggi dengan menggunakan metode cooperative learning 5) Siswa belajar secara berkelompok 6) Guru membimbing kelompok-kelompok belajar pada saat mereka mengerjakan tugas mereka 7) Kemudian guru mengontrol jalannya pembelajaran perkelompok 8) Siswa melakukan tes keterampilan pada setiap proses tindakan 9) Siswa melakukan tes keterampilan lompat tinggi pada siklus I
	<p>c. Pengamatan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Guru mengamati gerakan dalam lompat tinggi dan keberanian siswa melewati mistar 2) Guru mengumpulkan hasil tes keterampilan lompat tinggi
	<p>d. Refleksi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Guru membuat simpulan pertama terhadap pelaksanaan pembelajaran siklus tahap I 2) Mendiskusikan hasil analisis untuk tindakan perbaikan pada pelaksanaan kegiatan penelitian dalam siklus I dengan guru maupun observer. 3) Guru akan mengevaluasi hasil belajar tentang materi pada tahap siklus I dan merencanakan perbaikan pada tahap siklus II

Tabel 3.5 Perencanaan Siklus Penelitian Siklus 2

Tahapan	Deskripsi
2. Siklus II	<p>a. Tahap merencanakan tindakan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Menyediakan perangkat pembelajaran, RPP, dan lembar penilaian setelah mengetahui hasil dari siklus I 2) Merumuskan model pembelajaran yang akan dilakukan ketika penelitian berlangsung. 3) Menyiapkan sarana dan prasarana untuk proses pembelajaran
	<p>b. Tahap pelaksanaan tindakan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Kegiatan pendahuluan pemanasan dalam bentuk permainan 2) Kegiatan inti siswa di bagi menjadi 4 kelompok 3) Guru memberikan penjelasan gerak dasar lompat tinggi dari sikap awalan, pelaksanaan ancang-ancang pada saat melewati mistar dengan alat bantu modifikasi karet.

	<p>2. Tahap melakukan observasi Mengamati siswa pada proses pembelajaran</p> <p>3. Tahap analisis data dan refleksi menganalisis hasil-hasil yang kurang yang ada pada siklus II. Melakukan evaluasi terhadap hasil pembelajaran dan melihat ketercapaian tujuan yang tercantum dalam rencana pelaksanaan pembelajaran.</p>
--	---

3. Tahap Melakukan Observasi

Tahap observasi adalah tahap perekaman data yang meliputi proses dan hasil dari pelaksanaan kegiatan. Observasi yaitu kegiatan pengamatan oleh pengamat. Untuk mempermudah pelaksanaan observasi, peneliti dibantu oleh observer atau guru pendidikan jasmani. Objek yang diamati adalah seluruh aktivitas siswa selama pembelajaran dilaksanakan, baik berupa perubahan yang bersifat individu maupun secara klasikal. Bentuk-bentuk observasi yang dapat dilakukan adalah:

- 1) *Observasi peer* (pengamatan sejawat). *Observasi peer* adalah observasi terhadap pengajaran seseorang oleh orang lain (biasanya sesama guru atau teman sejawat).
- 2) *Observasi terstruktur*. Pelaksanaan observasi terstruktur dilakukan peneliti dengan cara bertanya kepada siswa. Peneliti sebagai guru memberikan lembar observasi.

4. Tahap Analisis Data dan Refleksi

Pelaksanaan penerapan modifikasi alat lompat tinggi dalam pembelajaran lompat tinggi yang dilakukan oleh peneliti sendiri telah menghasilkan beberapa peristiwa atau kejadian dalam pembelajaran dalam bentuk data-data. Berdasarkan analisis data kemudian peneliti melakukan refleksi atau perbaikan untuk rencana untuk tindakan berikutnya.

I. Analisis Data

Teknik analisis data merupakan lanjutan dari tahap pengumpulan data. Analisis data merupakan bagian yang sangat penting dari suatu penelitian. Oleh sebab itu,

peneliti harus memahami teknik analisis data agar hasil penelitiannya mempunyai nilai yang baik.

a. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

Reduksi data adalah proses pemilihan data yang didalamnya melibatkan pengkategorian dan mengklarifikasi. Hasil yang diperoleh berupa pola-pola dan kecenderungan-kecenderungan yang berlaku dalam pelaksanaan pembelajaran aktivitas lompat tinggi

b. *Data Display* (penyajian data)

Dengan mendisplaykan data, maka akan mudah untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut. Penyajian adalah sekumpulan informasi yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Dengan melihat penyajian-penyajian kita akan dapat memahami apa yang sedang terjadi dan apa yang harus dilakukan

c. Kesimpulan dan verifikasi

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Pada tahap akhir ini penelitian dapat membuat kesimpulan sementara, untuk dilanjutkan pada tingkat selanjutnya.

J. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan Kuesioner. Yakni memberikan angket kepada responden yang berisi sejumlah pertanyaan mengenai variable penelitian. Alat untuk mengumpulkan data adalah daftar pertanyaan, yang sering disebut secara umum dengan kuesioner atau

daftar yang cukup terperinci dan lengkap. Kuesioner menjadi instrumen utama dalam penelitian untuk kepercayaan diri.