

BAB III

METODE PENELITIAN

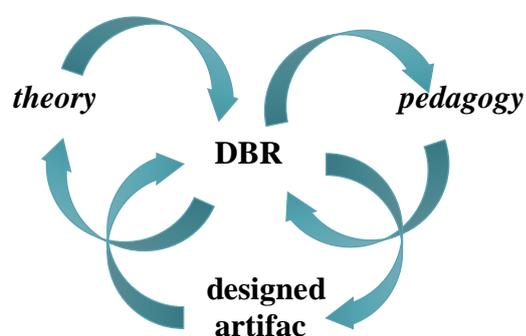
1.1 Desain Penelitian

Kegiatan penelitian ini menggunakan metode penelitian DBR (*Design Based Research*) dengan karakter fenomenologis berpendekatan kualitatif. DBR merupakan desain metodologi penelitian yang dirancang dan ditujukan untuk pendidik yang bertujuan untuk meningkatkan dampak, transfer, dan translasi penelitian pendidikan untuk meningkatkan kegiatan praktik melalui pengembangan teori (Anderson dan Juliie, 2012; DBRC, 2003; Dede, 2005; Kali, 2008; Pool dan Dorothy, 2016; Shattuck dan Anderson, 2013; Wang dan Hannafin, 2005; Wong, Boticki, Sun, dan Looi, 2011). Dikatakan fenomenologis karena penelitian ini belum pernah dilakukan di Indonesia.

Penelitian ini mengembangkan model pelatihan piano bagi pemula dewasa untuk mengatasi gangguan kecemasan berupa *nervous* dan panik. Berikut ini merupakan bagan pengembangan teori penelitian melalui proses iteratif siklus yaitu,

Bagan 3.1

The Iterative Nature of Theory Building of Research



(Sumber: *Design-Based Research in Call*, 2013)

Pada awalnya peneliti melakukan penelitian dengan menerapkan teknik Alexander pada pemula dewasa dengan menerapkan prinsip teknik Alexander *primary control*

saja untuk mengatasi kekakuan jari tangan. Pada perkembangannya atau penelitian ini, peneliti mengembangkan penelitian tersebut dengan menambahkan beberapa prinsip teknik Alexander yaitu *Recognition of Habit*, *Direction*, *Inhibition*, dan *Conscious* untuk mengatasi kekakuan jari tangan dan gangguan kecemasan berupa *nervous* dan panik. Oleh karena itu, peneliti mengembangkan teori dengan meningkatkan pemahaman bagaimana melalui penelitian DBR, teknik Alexander dapat mengatasi kekakuan jari tangan dan gangguan kecemasan berupa *nervous* dan panik. Taraf *nervous* dan panik sulit untuk distandarisasikan sehingga peneliti menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Berdasarkan alasan ini, maka peneliti menggunakan metode DBR.

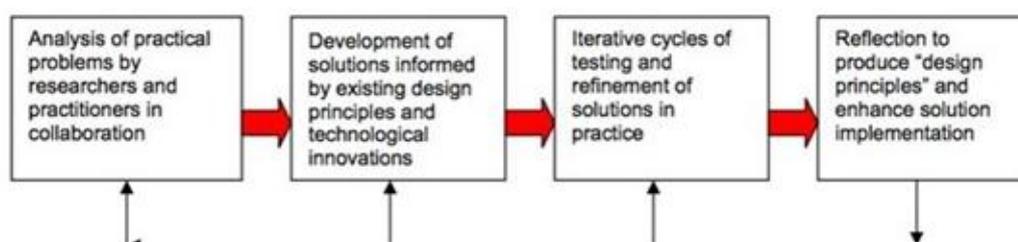
Pedagogi behavioristik berupa pembiasaan dan *conditioning learning* teknik Alexander untuk mengatasi gangguan kecemasan berupa *nervous* dan panik. Teori Alexander yang dipergunakan adalah prinsip *primary control* yang ditingkatkan dengan prinsip Alexander *Recognition of Habit* dengan cara mencatat kegiatan guru dan siswa ketika terjadi komunikasi untuk mengingatkan atau memberikan instruksi mengenai perbaikan kebiasaan-kebiasaan yang tidak sesuai dalam proses belajar piano. Selanjutnya adalah prinsip teknik Alexander *direction* dengan memberikan instruksi secara verbal kepada pemula dewasa ketika pemula dewasa mengalami kekakuan jari tangan serta ketika pemula dewasa secara tiba-tiba mengalami *nervous* atau panik ketika memainkan piano. Selain itu pada prinsip *direction*, guru mengingatkan pemula dewasa secara verbal ketika pemula dewasa tidak memainkan piano sesuai dengan estetika bermain piano, selain itu guru mendemonstrasikan gerakan duduk. Pada pertemuan berikutnya, guru menerapkan prinsip teknik Alexander *Inhibition* yang dilakukan dengan mengamati dan mengingatkan siswa secara langsung ketika siswa melakukan perilaku-perilaku yang tidak sesuai pada saat bermain piano atau penghambatan dari perilaku bermain piano yang tidak sesuai dengan estetika dan bermain piano. Selanjutnya guru menerapkan prinsip *primary control* posisi setengah terlentang, posisi tangan menggenggam dan mendorong sandaran kursi serta posisi kera. Kemudian guru menerapkan prinsip *conscious* yang dilakukan dengan mengamati kontrol pemula dewasa. Baik dalam reaksi psikologis/emosi atau gerakan fisik atau keduanya melalui pemikiran sadar.

Penelitian ini dimulai saat peneliti menemukan masalah mengenai kekakuan jari tangan serta gangguan kecemasan pada pemula dewasa. Berdasarkan teori dan kenyataan, pemula dewasa yang belajar memainkan piano mengalami gangguan kecemasan. Melalui teknik Alexander dalam pelatihan piano, peneliti bermaksud untuk mengatasi kekakuan jari tangan serta gangguan kecemasan yang dialami pemula dewasa. Plomp (Clark, 2013, hlm. 27) menjelaskan bahwa *Design Based Research* merupakan sistematis pendidikan dan instruksional proses desain yang di dalamnya memiliki proses kegiatan analisis, desain, evaluasi, dan revisi sehingga mendapatkan hasil yang memuaskan. Metode ini cocok dalam penelitian yang akan diteliti karena hasil dari penelitian ini merupakan sebuah model pengembangan teknik Alexander untuk mengatasi gangguan kecemasan dan kekakuan jari tangan pada pemula dewasa. Terdapat desain awal penelitian yang dirancang dari awal mula penelitian, proses penelitian, hingga akhir dari penelitian.

Kelebihan dari DBR adalah dapat menyelesaikan masalah individual maupun yang melibatkan banyak orang (Easterday dkk, 2014). Sehingga pada penelitian ini tidak perlu menggunakan banyak subjek penelitian, dua saja cukup. Akker (dalam Levin dkk. 2013, hlm. 54) menjelaskan bahwa ada lima karakteristik dari DBR, yaitu *interventionist, iterative, process oriented, utility oriented, dan theory oriented*. Hal ini dapat memperkuat penggunaan metode DBR pada penelitian ini, yaitu dilakukan percobaan berulang kali menggunakan teknik Alexander yang pada akhir penelitiannya menjadi *prototipe* desain pengembangan teknik Alexander untuk mengatasi gangguan kecemasan pemula dewasa pada pelatihan piano. Reeves (dalam Amiel Tel dan Reeves, 2008, hlm. 34) mengemukakan langkah-langkah desain penelitian dengan menggunakan pendekatan DBR yang dirumuskan ke dalam bagan berikut,

Bagan 3.2

Design-Based Research by Reeves 2006



(Sumber: *Proceeding of The Seminar Conducted at The East China Normal University*)

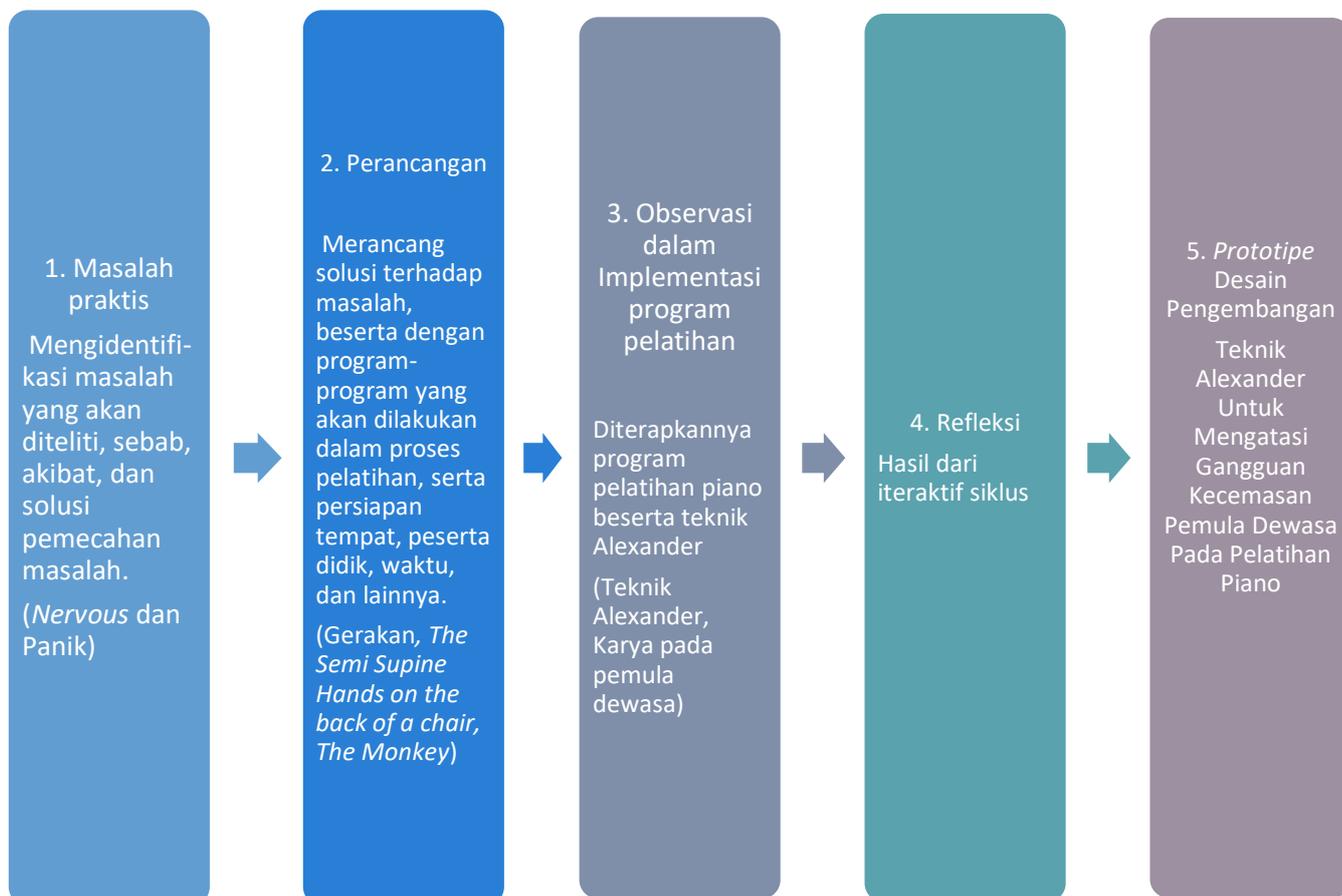
Auliya Ayu Annisa, 2019

PENGEMBANGAN TEKNIK ALEXANDER UNTUK MENGATASI GANGGUAN KECEMASAN PEMULA DEWASA PADA PELATIHAN PIANO

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

Berdasarkan bagan DBR diatas, maka langkah penelitian yang dirancang dari awal mula penelitian, proses penelitian hingga akhir dari penelitian, yaitu sebagai berikut:

Bagan 3.3
Langkah Penelitian



Pada tahap identifikasi dan analisis masalah, sebelum peneliti turun ke lapangan, peneliti mengidentifikasi dan menganalisis masalah yang telah diteliti, mulai dari masalah apa yang menjadi keresahan dirinya, apa faktor-faktor yang menyebabkan masalah tersebut, serta hal apa yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut. Tahap berikutnya adalah perancangan solusi. Solusi dirancang berdasarkan latar belakang masalah yang terjadi untuk mendapatkan hasil dari tujuan penelitian. Ketiga adalah implementasi program pelatihan piano dengan teknik Alexander yang dilakukan melalui beberapa siklus, sehingga menghasilkan

Auliya Ayu Annisa, 2019

PENGEMBANGAN TEKNIK ALEXANDER UNTUK MENGATASI GANGGUAN KECEMASAN PEMULA DEWASA PADA PELATIHAN PIANO

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

suatu rancangan akhir yang sesuai dengan tujuan. Tahap terakhir adalah refleksi akhir untuk menghasilkan prinsip-prinsip desain atau rancangan pada penelitian ini, biasanya refleksi ini dilakukan dengan melakukan diskusi dengan para pakar yang ahli pada bidang yang berkaitan dengan permasalahan tersebut.

Penggunaan metode DBR ini ideal dilakukan pada penelitian pengembangan model teknik Alexander, karena salah satu fungsi dari DBR adalah untuk mengembangkan suatu model baik itu model belajar, pembelajaran, bahan ajar dan banyak yang lain. Berdasarkan tahapan yang ditetapkan pada metode DBR, dilakukan beberapa langkah penelitian yang akan dirancang oleh peneliti. Setelah proses penelitian di lapangan selesai, peneliti akan melakukan evaluasi guna mendapatkan hasil berupa pengembangan model teknik Alexander untuk memperbaiki pemanasan piano pada pemula dewasa.

Berdasarkan bagan diatas, penelitian ini memiliki empat tahapan: Tahap pertama merupakan perumusan masalah, tahap persiapan penelitian, tahap implementasi program pelatihan, dan tahap refleksi. Berikut ini merupakan penjelasan lebih lanjut terkait dengan tahapan tersebut:

- 1. Tahap Identifikasi dan Analisis Masalah** merupakan awal dimulainya penelitian, dimana peneliti merasakan suatu masalah yang terjadi. Masalah tersebut adalah kekakuan pada jari tangan serta gangguan kecemasan yang dialami oleh pemula dewasa, sehingga pemula dewasa tidak dapat menyelesaikan karya bermain piano dengan baik. Berdasarkan fakta tersebut maka peneliti mengembangkan teknik Alexander untuk mengatasi permasalahan tersebut.
- 2. Tahap Perencanaan** merupakan tahapan dimana peneliti merancang seluruh jalannya proses penelitian. Mulai dari menentukan subjek penelitian, menentukan tempat penelitian, menentukan waktu penelitian, serta membuat bahan ajar untuk pelatihan piano. Peneliti juga menyiapkan segalanya mulai dari bahan ajar hingga alat tulis dan media yang akan dipakai. Alat dan media tersebut antara lain, ruang kelas, keyboard atau piano, alat tulis untuk mencatat hasil penelitian, dan alat rekam baik audio maupun video untuk merekam hasil penelitian.

3. **Tahap Implementasi Program Pelatihan,** Setelah melakukan observasi awal, peneliti mulai dengan menerapkan program pelatihan piano dengan teknik Alexander yang diimplementasikan melalui beberapa siklus. Jumlah siklus bergantung dari hasil pencapaian pemula dewasa dalam bermain piano. Gerakan yang diterapkan pada pemula dewasa bergantung pada jenis permasalahan yang dialami oleh pemula dewasa. Dicobakan pada pemula dewasa sebanyak dua sampai tiga kali pertemuan.
4. **Refleksi,** Tahap ini merupakan tahap dimana peneliti mendiskusikan hasil penelitiannya ke sesama pengajar piano. Tujuan dari diskusi ini juga untuk mendapatkan jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang timbul saat jalannya proses penelitian, misalnya mengapa pemula dewasa ini mengalami *nervous* saat memainkan piano, mengapa pemula dewasa ini masih mengalami panik saat memainkan piano dan sebagainya. Setelah selesai menjalankan semua tahapan, peneliti merangkum keseluruhan hasil untuk dievaluasi terhadap subjeknya, dan juga dikaitkan dengan data observasi awal setiap anaknya. Dilihat apa keterkaitan antara hasil penelitian dengan observasi awal terhadap pemula dewasa sehingga pada akhirnya hasil keseluruhan dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti maupun subjek penelitian dan mampu dimengerti banyak pihak melalui penulisannya. Berdasarkan hasil akhir tersebut, maka penelitian ini akan dikerucutkan menjadi pengembangan teknik Alexander untuk mengatasi gangguan kecemasan pemula dewasa, sehingga model ini dapat digunakan untuk semua guru piano yang memiliki permasalahan yang sama pada pemula dewasa.

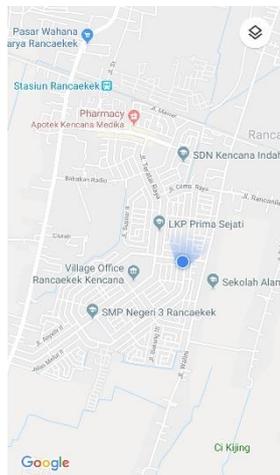
1.2 Partisipan dan Tempat Penelitian

1.2.1 Partisipan

Terdapat beberapa subjek pada penelitian ini yaitu, peneliti sebagai guru piano, dua siswa piano pelatihan individual yang termasuk ke dalam kategori pemula dewasa, seorang *observer* (Enung Siti Nurhaedah, M.Pd., seorang guru seni budaya, yang memiliki latar belakang pendidikan seni musik dengan spesialisasi piano) serta seorang psikolog, Fasya Afifah Karima, S.Psi. Psikolog tersebut dipilih

peneliti karena memiliki ilmu pengetahuan dan keahlian yang mumpuni dalam mengatasi gangguan kecemasan.

1.2.2 Tempat Penelitian



Gambar 3.1
Lokasi Penelitian Pengembangan Teknik Alexander
Untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan Pemula Dewasa Pada Pelatihan Piano
(Dok. Google Maps, Th. 2018)

Penelitian dilaksanakan di tempat pelatihan individual yang beralamat di jalan Dahlia No. 135 Blok VI Bumi Rancaekek Kencana, Kabupaten Bandung, Jawa Barat 42594. Terdapat yang menjadi dasar pertimbangan dipilihnya lokasi tersebut karena tempat pelatihan individual piano tersebut menerapkan teknik Alexander.

1.3 Instrumen Penelitian

1.3.1 Pedoman Observasi

Observasi merupakan kegiatan yang dilakukan dengan pengamatan secara langsung terhadap sesuatu yang berhubungan dengan penelitian, peneliti menggunakan observasi langsung atau pengamatan terhadap siswa piano sebagai pemula dewasa. Selain itu, peneliti juga menyediakan pedoman observasi untuk *observer* untuk meninjau keterlaksanaan peneliti sebagai guru piano dalam menerapkan pengembangan teknik Alexander pada pemula dewasa dalam pelatihan piano (Lampiran 1).

1.3.2 Tes

Tes merupakan sebuah alat ukur yang bertujuan untuk mengevaluasi hasil dari proses pembelajaran yang telah dilaksanakan. Tes merupakan suatu bentuk dan pengukuran. Pemula dewasa melaksanakan tes secara praktik dengan memainkan karya tingkat dasar piano.

1.3.3 Wawancara

Wawancara dilakukan dengan struktural dan non struktural. Wawancara digunakan untuk mengetahui apakah siswa piano masuk ke dalam kategori pemula dewasa atau tidak. Selain itu wawancara juga digunakan untuk mengetahui penyebab pemula dewasa mengalami gangguan kecemasan (Lampiran 2).

1.3.4 Dokumentasi

Dokumentasi dilakukan dengan memotret dan mengabadikan kegiatan mahasiswa sebagai pemula dewasa dalam proses pembelajaran piano. Dokumentasi yakni berupa foto hasil karya selama pembelajaran. Dokumentasi sangat penting dalam penelitian karena sebagai bukti adanya penelitian, proses, maupun hasil akhir.

1.4 Teknik Pengumpulan Data

1.4.1 Observasi

Observasi merupakan pengamatan terhadap sesuatu hal. Observasi dalam penelitian ini dilakukan dengan melakukan pengamatan langsung. Observasi dilakukan dengan melihat permasalahan pemula dewasa dalam memainkan piano dan dilanjutkan dengan observasi saat program pelatihan dilaksanakan.

Observasi yang dilakukan meliputi saat pengumpulan data mengenai a) *Recognition of Habit* dengan cara mencatat kegiatan guru dan siswa ketika terjadi komunikasi untuk mengingatkan atau memberikan instruksi mengenai perbaikan kebiasaan-kebiasaan yang tidak sesuai dalam proses belajar piano. b) *Direction* dengan memberikan instruksi secara verbal kepada pemula dewasa ketika pemula dewasa mengalami kekakuan jari tangan serta ketika pemula dewasa secara tiba-tiba mengalami *nervous* atau panik ketika memainkan piano. Selain itu pada prinsip *direction*, guru mendemonstrasikan gerakan duduk. c) *Inhibition* yang dilakukan dengan mengamati dan mengingatkan siswa secara langsung jika siswa melakukan

perilaku-perilaku yang tidak sesuai dengan estetika saat bermain piano atau penghambatan dari perilaku bermain piano yang tidak sesuai dengan estetika bermain piano. d) *Primary control* yaitu instruktur memberikan instruksi untuk menerapkan posisi setengah terlentang (*The Semi-Supine*) kemudian posisi menggenggam dan mendorong sandaran kursi (*Hands on the back of a chair*), selanjutnya instruktur memberikan instruksi untuk melakukan kegiatan posisi kera (*The Monkey*). Tujuannya adalah untuk memperbaiki kekakuan jari tangan dan gangguan kecemasan berupa *nervous* dan panik pada pemula dewasa. e) *Conscious*: Pengamatan terhadap kontrol yang dilakukan pemula dewasa sendiri. Baik dalam reaksi psikologis/emosi atau gerakan fisik atau keduanya melalui pemikiran sadar.

1.4.2 Wawancara

Wawancara adalah teknik penggalian data dari guru untuk mengetahui apakah siswa termasuk ke dalam kategori pemula dewasa, latar belakang pemula dewasa dalam mempelajari piano, serta menggali data tentang gangguan kecemasan yang dialami pemula dewasa

1.4.3 Studi Pustaka

Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berupa studi kepustakaan, karena dalam penyusunan tesis ini peneliti menggunakan beberapa sumber buku dan jurnal. Tujuan dari digunakannya studi pustaka adalah mendukung validitas sumber yang didapat sesuai dengan teori-teori dan pendapat-pendapat para ahli dan sebagai pedoman dalam melakukan penelitian.

1.4.4 Dokumentasi

Dokumentasi merupakan suatu teknik pengumpulan data yang akurat yang dilakukan dengan cara mengambil gambar dengan menggunakan kamera dan VCR kemudian dicetak menjadi sebuah foto atau media gambar yang bertujuan untuk menganalisis proses pelatihan yang berlangsung, mendukung kesahihan data. Peneliti mengambil gambar ketika berlangsungnya proses pembelajaran piano. Dokumentasi dilakukan untuk memperkuat pengumpulan data.

1.5 Analisis Data

Analisis data atau pengolahan data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, studi pustaka, observasi

dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, serta membuat kesimpulan sehingga mudah difahami oleh sendiri maupun orang lain.

Terdapat data yang diambil pada penelitian ini adalah data kualitatif yaitu data yang diperoleh dari hasil wawancara dan observasi. Data wawancara dianalisis dengan mereduksi data berdasarkan kategori pemula dewasa. Setelah itu, lembar observasi dianalisis untuk mengetahui masalah jenis kekakuan jari tangan dan gangguan kecemasan yang dialami pemula dewasa. Tahap berikutnya adalah menganalisis dan mendeskripsikan dokumentasi berupa video atau gambar kekakuan jari tangan pemula dewasa. Hasil analisis tersebut digunakan sebagai dasar untuk mengetahui gerakan *primary control* teknik Alexander apa yang akan diimplementasikan kepada pemula dewasa. Berdasarkan rangkaian proses pada kegiatan penelitian ini, maka berikut ini merupakan rencana kegiatan penelitian yaitu,

Bagan 3.4

Rencana Jadwal Penelitian

No.	Kegiatan	Bulan Ke-					
		1	2	3	4	5	6
1	Penyusunan Proposal	■					
2	Pembuatan Instrumen		■				
3	Pengumpulan Data		■	■			
4	Pengolahan Data			■	■		
5	Penulisan Tesis					■	
6	Sidang Tahap I & II						■
7	Perbaikan Tesis						■