

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1. Disain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*), yang dilakukan secara kolaboratif artinya peneliti bekerjasama dengan guru penjas, siswa dan secara partisipatif penelitian di bantu oleh teman sejawat sebagai observer penelitian.

Menurut Arikunto (2013, hal 130) mengemukakan bahwa penelitian tindakan kelas adalah suatu pencermatan terhadap kegiatan yang sengaja dimunculkan, dan terjadi dalam sebuah kelas. Sedangkan Mulyasa (2009, hal 10) penelitian tindakan kelas adalah “penelitian tindakan (action research) yang dilakukan dengan tujuan untuk memperbaiki kualitas proses dan hasil belajar sekelompok peserta didik”. Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan kelas merupakan sebuah penelitian yang dilakukan di dalam kelas, dengan bentuk sistematis dan proses pengkajian berdasarkan siklus yang dinyatakan dalam spiral yang menggambarkan siklus demi siklus.

Tujuan utama PTK adalah untuk mengembangkan ketrampilan proses pembelajaran, bukan untuk memperoleh ilmu baru dari hasil melakukan penelitian tindakan. Melalui PTK guru akan lebih banyak memperoleh pengalaman mengenai praktek mengajar secara efektif. Manfaat yang dapat diperoleh dari PTK yaitu (1) sebagai inovasi pendidikan, dengan PTK guru menjadi lebih berani dan percaya diri sehingga secara keilmuan menjadi lebih berani menagmbil prakarsa yang dapat memberikan manfaat perbaikan, (2) hasil PTK dapat dijadikan sumber masukan dalam rangka melakukan pengembangan

Juliaji Alif Widodo, 2019

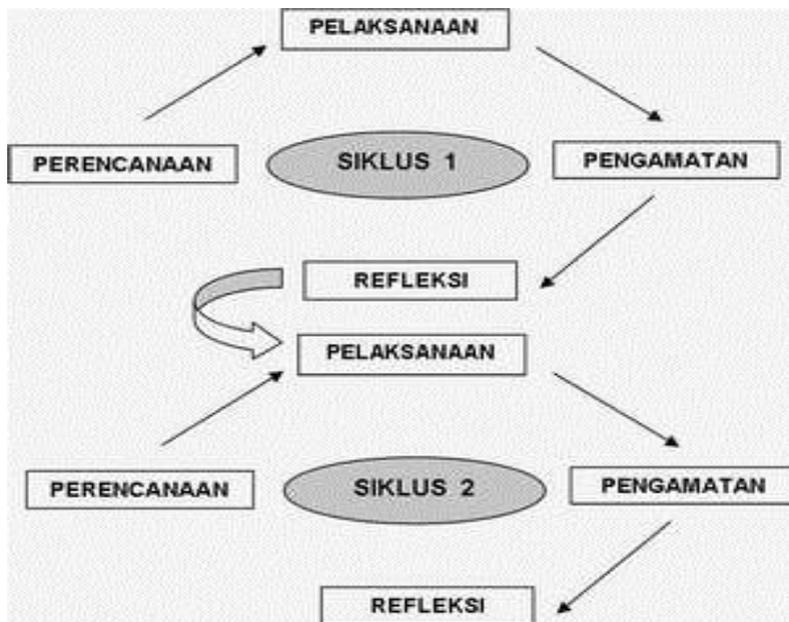
**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

kurikulum, (3) PTK dapat membantu guru untuk lebih memahami hakikat pendidikan secara empirik.

Dari uraian diatas tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan jumlah waktu aktif belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui kegiatan ekstrakurikuler pada siswa kelas VII di SMPN 2 Lembang. Dalam penelitian tindakan kelas memiliki berbagai macam penggunaan disain.

Disain dalam penelitian tindakan kelas ini disesuaikan dengan aspek penelitian serta pokok masalah yang akan diteliti. Atas dasar tersebut peneliti menggunakan empat komponen yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan/observasi dan refleksi. Berikut alur tindakan dapat dilihat pada gambar 3.1 sebagai berikut :



Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

### Gambar 3.1

Alur penelitian PTK *Kemmis dan Mc Taggart* (Arikunto, 2008, hlm. 16)

## 3.2. Partisipan dan Waktu Penelitian

### 3.2.1 Partisipan

Dalam penelitian ini, yang menjadi partisipan adalah siswa kelas VII, semester 2, tahun ajaran 2017/2018, mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) SMPN 2 Lembang, yang berlokasi di jalan Maribaya No. 129, Lembang, Kabupaten Bandung Barat. Telp. (022)2786994.

### 3.2.2. Waktu Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan kurang lebih selama 1 bulan, waktu penelitian disesuaikan dengan jadwal pembelajaran pendidikan jasmani di SMPN 2 Lembang. Berikut alokasi waktu pelaksanaan penelitian tindakan kelas .

**Tabel 3.1**

Tabel Waktu Penelitian

Hari	Tanggal	Waktu	Siklus
Selasa	27 Februari 2018	07.00 - 8.20	Observasi
Sabtu	10 Maret 2018	07.00 – 08.20	Siklus 1 tindakan 1
Sabtu	17 Maret 2018	07.00 – 08.20	Siklus 1 tindakan 2
Sabtu	24 Maret 2018	07.00 – 08.20	Siklus 2 tindakan 2
Sabtu	31 Maret 2018	07.00 – 08.20	Siklus 2

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

			tindakan 2
--	--	--	------------

### 3.3 Sempel Penelitian

#### 3.3.1 Sempel

Sempel adalah kelompok kecil bagian dari target populasi yang mewakili populasi dan secara rill diteliti. (Sukmadinata, hal 266). Menurut Arikunto (2013, hal. 174) “ Sempel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti.” Sedangkan menurut Sugiyono (2015, hal. 18) “Sempel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.” Dapat disimpulkan bahwa sampel adalah bagian dari populasi yang mempunyai karakteristik dan sifat yang mewakili seluruh populasi yang ada.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. “*purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu” (Sugiyono, 2015, hal. 85). Sedangkan menurut Arikunto (2013, hal. 183) “ *purposive sampling* dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu”. Mengapa peneliti menggunakan *purposive sampling* dalam penelitian ini, karena siswa yang akan menjadi sampel harus memiliki kriteria sebagai berikut :

1. Siswa yang menjadi sampel adalah siswa kelas VII SMPN 2 Lembang.
2. Siswa yang menjadi sampel berjenis kelamin laki-laki dan perempuan.

Sesuai dengan kriteria di atas maka, Sempel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VII-B SMPN 2 Lembang yang berjumlah 39 orang, yang terdiri dari 19 orang perempuan dan 20 orang laki-laki.

#### 3.4. Variabel dan Definisi Oprasional Penelitian

Menurut Sugiyono (2015, hal. 38) menyatakan bahwa :

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

Variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

Berdasarkan pendapat diatas variabel adalah gejala yang dijadikan sebagai objek pengamatan dalam penelitian. Dalam penelitian tindakan kelas terdapat 3 variabel yang akan dikaji yaitu variabel Input, variabel Proses, dan variabel Output. Dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variable Input : Siswa kelas VII SMPN 2 Lembang
2. Variabel Proses : Kegiatan Ekstrakurikuler
3. Variabel Output : Meningkatkan jumlah waktu aktif belajar (JWAB)

### **3.5. Prosedur Penelitian**

Prosedur penelitian dalam penelitian tindakan kelas ini dilakukan dengan empat tahap, yaitu *planning* (perencanaan tindakan), *acting* (pelaksanaan tindakan), *observing* (observasi), dan *reflecting* (refleksi). Empat tahap pelaksanaan tersebut termuat dalam suatu siklus. Siklus yang direncanakan dalam penelitian ini sebanyak dua siklus. Apabila peneliti dan guru merasa penelitian yang dilakukan sesuai rencana dan jumlah waktu aktif belajar siswa mengalami peningkatan maka siklus dihentikan dengan kesepakatan. Berikut tahapan-tahapan dalam setiap siklus tersebut :

#### **3.5.1. Siklus I**

##### **3.5.1.1. Tahap Perencanaan (planning)**

Kegiatan yang dilakukan pada tahap perencanaan adalah sebagai berikut :

- a) Membuat rencana proses pembelajaran

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

- b) Mempersiapkan sarana, prasarana dan alat-alat pembelajaran
- c) Dalam pelaksanaan pembelajaran, hal yang perlu diperhatikan adalah sarana dan prasarana pembelajaran, karena hal ini dapat dapat membuat berjalan tidaknya pembelajaran
- d) Menyusun format-format observasi pelaksanaan
- e) Format observasi yang dibuat dalam penelitian ini adalah observasi tentang peningkatan jumlah waktu aktif belajar yang secara lengkap dapat dilihat pada lampiran.
- f) Menyiapkan observer (kesediaan observer, apa yang harus dilakukan observer, membuat kesepakatan dan kesepakatan tentang hal-hal yang diteliti)

### **3.5.2 Tahap Tindakan (Action)**

Kegiatan-kegiatan penelitian yang dilakukan dalam tahap pelaksanaan penelitian adalah merapkan tindakan yang mengacu pada skenario yang telah dirancang.

### **3.5.3 Tahap pengamatan (observation)**

Tahap observasi ini peneliti beserta observer bekerjasama dalam merekam data hasil dari pelaksanaan kegiatan. Perkaman data atau pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan format analisis waktu yang digunakan oleh observer.

### **3.5.4. Tahap Refleksi (Reflection)**

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

Pada tahap refleksi peneliti menganalisis data, mengevaluasi tindakan yang telah dilakukan dalam kegiatan kemudian memperbaiki pelaksanaan tindakan sesuai hasil evaluasi untuk dilakukan pada siklus berikutnya. Yusuf (2011, hal.39) tentang analisis data dan refleksi terhadap data penelitian bahwa :

Ada empat kegiatan yang harus dilakukan peneliti, yaitu :(a) menentukan prosedur analisis, (b) membuat refleksi berkenaan dengan proses tindakan, (c) merumuskan dampak tindakan, (d) menentukan kriteria dan rancangan bagi tindakan berikutnya.

### 3.5.2. Siklus II

Siklus II merupakan perbaikan dari kegiatan siklus I yang dilakukan apabila dalam siklus I tujuan penelitian belum dapat tercapai. 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 jumlah waktu aktif belajar menunjukkan adanya peningkatan akibat dari kegiatan ekstrakurikuler. Apabila sebaliknya, maka dilaksanakan siklus selanjutnya (siklus III, siklus IV, dan seterusnya) dengan tahap yang sama atau berbeda sesuai dengan evaluasi yang dihasilkan.

## 3.6. Instrumen penelitian dan pengumpulan data

Instrumen penelitian merupakan alat yang dinilai akurat untuk mengumpulkan dan memperoleh data variabel penelitian dari sejumlah populasi dan sampel penelitian yang telah ditentukan. Arikunto (2013, hal. 192) mengungkapkan bahwa: “Instrumen adalah alat pada waktu peneliti menggunakan sesuatu mode”. Faktor penting dalam penelitian merupakan saat pengumpulan data artinya data merupakan kunci jawaban dari suatu pertanyaan ilmiah yang diajukan dalam suatu

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

penelitian. Menurut Emory (1985) dalam Sugiyono (2011, hal. 147) menyatakan bahwa:

Meneliti dengan data yang sudah ada lebih tepat kalau dinamakan membuat laporan dari pada melakukan penelitian. Namun demikian dalam skala yang paling rendah laporan juga dapat dinyatakan sebagai bentuk penelitian.

Untuk mengumpulkan data dari subjek penelitian diperlukan alat pengumpul data yang disebut instrumen. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah sebagai berikut :

a. observasi

Mengenai observasi Hadi (Sugiyono 2015, hal. 145) menjelaskan bahwa “observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis”. Observasi yang dilakukan penulis sebagai guru atau peneliti untuk mengetahui segala hal yang berhubungan dengan pelaksanaan pembelajaran penjas dengan metode yang sesuai dengan materi yang akan dilaksanakan.

Format observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah *duration recording*. Menurut Suherman (2009, hal 29) *duration recording* sebagai berikut:

*Duration recording* ini digunakan untuk memotret ketrampilan calon guru pendidikan jasmani dalam mengajar, terutama yang berhubungan dengan penggunaan waktu pelajaran penjas melalui observasi langsung terhadap perilaku guru dan siswa dalam PBM penjas berikut waktu yang dihabiskan.

Oleh sebab itu *duration recording* dapat digunakan sebagai salah satu instrumen penelitian yang dapat menggambarkan situasi suatu pembelajaran pendidikan jasmani.

Variabel-variabel yang menjadi bahan observasi dalam menentukan Jumlah waktu aktif belajar (JWAB) adalah :

1. Manajemen (M) adalah waktu yang dihabiskan oleh sebagian besar siswa (lebih dari 50%) melalui aktifitas yang bersifat menjejirial, misalnya pergantian bentuk latihan, menyimpan

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

dan mengambil bola, mendengarkan aturan aturan dalam mengikuti pelajaran, mendengarkan peringatan, ganti pakaian, dan kehariran

2. Aktifitas belajar (A) adalah waktu yang dihabiskan oleh sebagian besar siswa (lebih dari 50%) melakukan aktifitas belajar secara aktif.
3. Instruksi dan demonstrasi (I) adalah waktu yang dihabiskan oleh sebagian besar siswa (lebih dari 50%) untuk mendengarkan informasi bagaimana melakukan ketrampilan (melihat demonstrasi, mendengarkan instruksi, penampilan).
4. Lain-lain (L) adalah waktu yang dihabiskan oleh sebagian besar siswa (lebih dari 50%) tetapi tidak masuk dalam ketiga katagori di atas (misalnya: tunggu giliran, sebagian besar siswa diam atau ngobrol tidak melakukan kegiatan yang ditugaskan, menunggu guru untuk memberikan instruksi).

Adapun instrumen ini sebelumnya pernah digunakan dalam penelitian yang dilakukan oleh Komisi Nasional Pendidikan Jasmani dan Olahraga (Komnas Penjasor) pada tiga kota besar di Indonesia (Surabaya, Jakarta, Palembang) pada tahun 2007. Beberapa langkah penggunaan instrumen sebagai berikut :

- Hidupkan stopwatch sejak dari awal hingga akhir pembelajaran.
- Berilah tanda cek pada kolom stopwatch sesuai dengan berkurangnya waktu dalam stopwatch
- Berikan tanda cek (X) pada kolom alokasi fokus segera setelah guru menyuruh siswa melakukan aktivitas fisik fokus tujuan

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

- Pada saat yang sama tuliskan jumlah siswa yang melakukan aktivitas fisik fokus tujuan pada kolom siswa fokus.
- Perhitungan jumlah siswa yang melakukan aktivitas fisik fokus tujuan pada menit berikutnya dilakukan segera setelah waktu memasuki menit berikutnya
- Perhitungan jumlah siswa fokus tujuan hanya dilakukan manakala pada kolom sebelumnya terdapat tanda cek (X)

#### **Jumlah Penyebaran Penggunaan Waktu dalam PMB Penjas**

1. manajemen (M) : waktu yang dihabiskan oleh sebagian siswa (lebih dari 50%) untuk urusan-urusan pengelolaan (misal : daftar hadir, ganti pakaian, ambil peralatan, mendengarkan aturan, peringatan, teguran)
2. instruksi dan demonstrasi (I) : waktu yang dihabiskan oleh sebagian besar siswa (lebih dari 50%) untuk mendengarkan informasi dan melihat demonstrasi mengenai bagaimana cara melakukan skill ( misal : mendengarkan dan melihat cara memegang, melempar, dan menangkap bola yang benar secara teknik).
3. aktif belajar (A) : waktu yang dihabiskan oleh sebagian besar siswa (lebih dari 50%) untuk melakukan aktivitas belajar secara aktif (misal : berlatih cara menangkap, melempar, dan memegang bola).
4. lain lain (L) : waktu yang dihabiskan oleh sebagian besar siswa (lebih dari 50%) untuk hal-hal yang tidak termasuk ketiga katagori sebelumnya

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

(misal : tunggu giliran, tunggu penjelasan guru berikutnya, siswa pasif tidak melakukan aktivitas apa-apa).

Sekolah :..... kelas :..... waktu :.....

Hari / tanggal:..... pengajar :..... pengamat :.....

Episode	Stopwach	Alokasi Waktu	$\Sigma$ Siswa Fokus
1	0:01:00		
2	0:02:00		
3	0:03:00		
4	0:04:00		
5	0:05:00		
6	0:06:00		
7	0:07:00		
8	0:08:00		
9	0:09:00		
10	0:10:00		
11	0:11:00		
12	0:12:00		
13	0:13:00		
14	0:14:00		
15	0:15:00		
16	0:16:00		
17	0:17:00		
18	0:18:00		

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

19	0:19:00		
20	0:20:00		
21	0:21:00		
22	0:22:00		
23	0:23:00		
24	0:24:00		
25	0:25:00		
26	0:26:00		
27	0:27:00		
28	0:28:00		
29	0:29:00		
30	0:30:00		
31	0:31:00		
32	0:32:00		
33	0:33:00		
34	0:34:00		
35	0:35:00		
36	0:36:00		
37	0:37:00		
38	0:38:00		
39	0:39:00		
40	0:40:00		
41	0:41:00		
42	0:42:00		
43	0:43:00		

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

44	0:44:00		
45	0:45:00		
46	0:46:00		
47	0:47:00		
48	0:48:00		
49	0:49:00		
50	0:50:00		
51	0:51:00		
52	0:52:00		
53	0:53:00		
54	0:54:00		
55	0:55:00		
56	0:56:00		
57	0:57:00		
58	0:58:00		
59	0:59:00		
60	1:00:00		
61	1:01:00		
62	1:02:00		
63	1:03:00		
64	1:04:00		
65	1:05:00		
66	1:06:00		
67	1:07:00		
68	1:08:00		

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

69	1:09:00		
70	1:10:00		
71	1:11:00		
72	1:12:00		
73	1:13:00		
74	1:14:00		
75	1:15:00		
76	1:16:00		
77	1:17:00		
78	1:18:00		
79	1:19:00		
80	1:20:00		
81	1:21:00		
82	1:22:00		
83	1:23:00		
84	1:24:00		
85	1:25:00		
86	1:26:00		

Gambar 3.2  
Tabel Lembar Observasi

Dari hasil observasi tersebut diperoleh data sebagai berikut :

$$M \text{ (waktu pengelolaan)} = \frac{\text{total waktu pengelolaan}}{\text{total jam pelajaran}} \times \text{seratus}$$

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

I (waktu instruksi)	= total waktu instruksi : total jam pelajaran x seratus
A ( waktu aktif belajar)	= total waktu belajar : total jam pelajaran x seratus
W ( waktu tunggu)	= total waktu tunggu : total waktu pelajaran x seratus

#### b. catatan lapangan

catatan lapangan meruakan sebuah instrumen dan metode intensif dan reliable, hal ini sesuai yang dijelaskan dalam suherman (2009, hal 26) sebagai berikut :

pengamat mencatat apa-apa yang terjadi dalam PMB. Pencatatan ini dimaksudkan agar informasi penting pada waktu mengajar dapat direkan dengan baik. Kelengkaan dan kehususan informasi yang ditulis oleh pengamat mungkin akan sangat bervariasi bergantung pada persepsi pengamat terhadap definisi aspek mengajar yang di observasi.

Sesuai dengan urian diatas catatan lapangan berarti observer mencatat berbagai bentuk aktivitas yang terjadi selama PMB berlangsung. Hal-hal yang diamati oleh observer selama pembelajaran baik itu mengenai kinerja guru, pemberian materi, timbal balik yang diberikan oleh siswa terhadap pembelajaran yang di lakukan, dan lain sebagainya. Adapun lembar catatan lapangan dalam penelitian sebagai berikut :

Catatan Lapangan	
Tindakan	:
Hari/ tanggal	:
Waktu	:
Pengajar	:
.	:
	.....
	.....
	.....

### 3.2. Tabel Catatan Lapangan

#### c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan bukti dari segala kegiatan penelitian yang telah dilakukan selama penelitian berlangsung. Dokumentasi ini berupa kegiatan yang dilakukan oleh siswa serta kegiatan lain yang dianggap mendukung dalam proses penelitian. Dokumentasi tersebut berupa hasil foto dan video selama kegiatan penelitian.

### 3.7. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui proses catatan lapangan, dokumentasi dan observasi dengan menggunakan instrumen jumlah waktu aktif belajar. Peneliti yang terjun sebagai pengajar dan sekaligus melakukan observasi. Proses pengumpulan data ini dalam setiap tindakan penelitian dibantu oleh observer .

### 3.8 Teknik Analisis Data

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik kualitatif dan kuantitatif. Teknik analisis data dilakukan dalam tahapan-tahapan berikut :

- 1) Menelaah seluruh data yang terkumpul. Penelaahan ini dilakukan dengan cara menghitung data dari lembar observasi.
- 2) Data yang telah terkumpul dan dihitung kemudian di presentasikan agar lebih mudah untuk membacanya.
- 3) Dibuat kalimat sesuai hasil analisis yang telah dilakukan.
- 4) Mengevaluasi hasil penelitian tentang kekurangan dari penelitian tersebut untuk diperbaiki dan diterapkan pada siklus berikutnya.

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)