

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

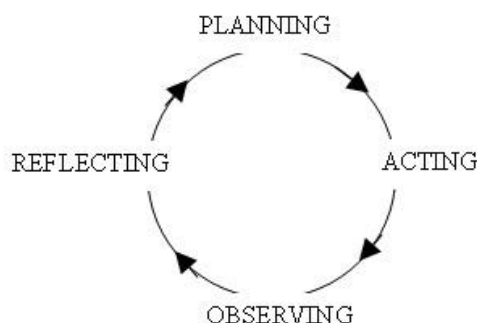
Dalam sebuah penelitian diperlukan adanya metode penelitian untuk membantu mengungkap masalah yang diteliti agar penelitian yang dilakukan dapat terarah dengan jelas. Hal ini berarti metode penelitian memiliki kedudukan yang sangat penting dalam pelaksanaan pengumpulan dan analisis data. Seperti yang dikemukakan oleh Sugiyono (2017, hlm. 2) bahwa “metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.” Oleh karena itu terdapat hal-hal yang penting dalam metode penelitian yaitu cara ilmiah, data, tujuan dan apa kegunaan yang didapat.

Berdasarkan masalah yang dihadapi tentang meningkatkan keterampilan gerak dasar renang gaya bebas melalui penerapan model *movement problem based learning* maka metode yang akan digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK) karena penelitian ini dilakukan dengan metode kaji tindak dengan mengacu pada CAR (Classroom action research). Action research adalah penelitian yang bersifat partisipatif dan kolaboratif. Artinya, penelitian ini dilakukan oleh yang berkepentingan yaitu guru, dan diamati bersama dengan si peneliti. Seperti yang diungkapkan oleh Widayati (2008, hlm. 89) bahwa “PTK merupakan kegiatan penelitian yang dapat dilakukan secara individu maupun kolaboratif.”

pembelajaran yang dihadapi oleh guru, tujuannya yaitu untuk memperbaiki mutu dan hasil pembelajaran. Selain itu juga untuk mencobakan hal-hal baru dalam pembelajaran demi peningkatan mutu dan hasil pembelajaran.

Penelitian Tindakan Kelas mempunyai karakteristik yang berbeda dengan penelitian yang lainnya. Penelitian Tindakan Kelas merupakan penelitian kualitatif meski data yang diperoleh dapat berupa data kuantitatif. Langkah awal dalam melakukan Penelitian Tindakan kelas yaitu dengan mengidentifikasi masalah. Masalah disini maksudnya yaitu terdapat teori dan fakta yang dirasakan kurang tepat pada saat proses pembelajaran.

**Gambar 3.1 Penelitian Tindakan Model Kurt Lewin**

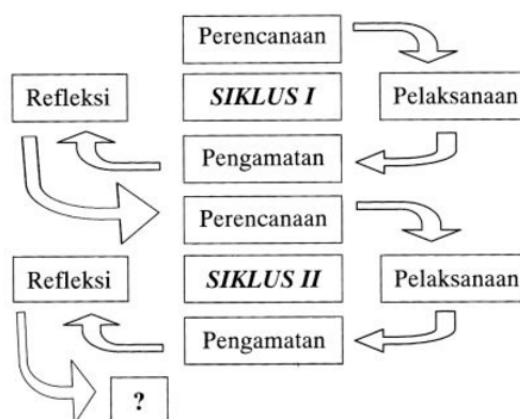


**Sumber: Sanjaya (2011, hlm. 50)**

Sesuai dengan rancangan PTK yang akan dipakai dalam penelitian ini, maka prosedur PTK merujuk pada rancangan penelitian tersebut yang dirancang secara bertahap, yaitu tahap menentukan rencana tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi, analisis, dan refleksi.

Perencanaan merupakan suatu proses menentukan program perbaikan yang dimulai dari suatu ide gagasan peneliti, sedangkan tindakan adalah perlakuan yang dilakukan oleh peneliti sesuai dengan perencanaan yang telah disusun. Observasi adalah pengamatan yang dilakukan untuk mengetahui efektivitas tindakan atau mengumpulkan informasi tentang berbagai kekurangan tindakan yang telah dilakukan dan refleksi adalah kegiatan analisis tentang hasil observasi hingga memunculkan program atau perencanaan baru. Berikut ini adalah gambar dari tahapan-tahapan diatas.

**Gambar 3.2 Prosedur dan tahapan PTK**



**Sumber: Arikunto (2006, hlm. 97)**

## **3.2 Partisipan, Tempat Penelitian, dan Waktu penelitian**

### **3.2.1 Partisipan**

Partisipan dalam penelitian ini mencakup kelas V semester 2, tahun ajaran 2018/2019, mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) SDN 201 SUKALUYU BANDUNG yang secara umum memiliki kemampuan yang berbeda-beda dan hobi yang sangat bervariasi, partisipan disini berumur rata-rata 10-11 tahun.

### **3.2.2 Tempat penelitian**

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SDN 201 Sukaluyu kota Bandung khususnya di Jl. Rereng adumanis no. 2a sukaluyu kecamatan cibeunying kaler.

### **3.2.3 Waktu penelitian**

Waktu penelitian kurang lebih satu bulan yang disesuaikan dengan jadwal pembelajaran pendidikan jasmani di SDN 201 SUKALUYU BANDUNG. Penentuan waktu penelitian mengacu pada kalender akademik di sekolah, karena PTK memerlukan beberapa siklus yang membutuhkan proses belajar mengajar yang efektif di kelas.

## **3.3 Pengumpulan Data**

Pengumpulan data merupakan bagian yang penting karena Pengumpulan data adalah kegiatan mencari data di lapangan yang akan digunakan untuk menjawab permasalahan penelitian. Dalam melakukan pengumpulan data peneliti harus mengetahui tekniknya. Seperti yang dijelaskan oleh Arikunto (2006, hlm.175) bahwa “teknik pengumpulan data adalah cara yang dilakukan oleh peneliti untuk memperoleh data yang dibutuhkan”. agar peneliti mendapatkan data yang memenuhi standar data yang telah ditetapkan. Penelitian kali ini teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan yaitu tes keterampilan, observasi, dan catatan lapangan.

## **3.4 Variabel Penelitian**

Dalam suatu penelitian, terdapat permasalahan yang akan ditemukan oleh peneliti dan akan dijadikan obyek pengamatan. Seperti yang dikemukakan Sugiyono (2017, hlm. 38) bahwa “variabel pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga

diperoleh informasi tentang hal tersebut. Kemudian ditarik kesimpulannya”. Dalam PTK ada tiga variabel yang akan dikaji, yaitu variabel input, variabel proses, dan variabel output.

1. Variabel input : siswa kelas V SDN 201 Sukaluyu Bandung
2. Variabel proses : penerapan model *movement problem based learning*
3. Variabel output : keterampilan gerak dasar renang gaya bebas.

### **3.5 Instrumen Penelitian**

Dalam suatu penelitian dibutuhkan suatu alat ukur untuk mengukur, melihat dan menggambarkan suatu perubahan yang telah dicapai setelah melakukan penelitian. Seperti yang dikemukakan oleh Sanjaya (2011, hlm 84) bahwa “instrumen penelitian adalah alat yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Karena alat atau instrumen ini mencerminkan juga cara pelaksanaannya, maka sering disebut juga teknik penilaian.”

Dari penjelasan diatas, maka dapat peneliti simpulkan bahwa instrumen penelitian merupakan suatu alat yang dapat membantu dalam menyelesaikan penelitian untuk melihat perubahan yang terjadi setelah dilakukannya penelitian tersebut. Penelitian kali ini menggunakan observasi keterampilan gerak.

#### **3.5.1 Observasi**

Dalam PTK, observasi menjadi instrumen utama yang digunakan untuk mengumpulkan data. Hal ini disebabkan observasi sebagai proses pengamatan langsung, merupakan instrumen yang cocok untuk memantau kegiatan pembelajaran baik perilaku guru maupun perilaku siswa. Seperti yang dikemukakan oleh Hadi (Dalam Sugiyono, 2017, hlm. 145) mengemukakan bahwa “Observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis, dua di antara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan.” Oleh karena itu penelitian ini menggunakan observasi indikator-indikator dari penilaian keterampilan gerak dasar renang gaya bebas. Berdasarkan hasil adopsi dari Langendorfer & Bruya (dalam Susanto, 2010, hlm.149) yang dapat disimpulkan

bahwa tes untuk mengetahui keberhasilan renang anak dibagi menjadi 7 indikator yaitu :

1. Pengenalan air (water orientation)
2. Masuk kolam renang (water entry)
3. Kontrol nafas (breath control)
4. Mengapung (buoyancy)
5. Dorongan lengan (arm propulsion)
6. Gerakan tungkai (leg action)
7. Renang lengkap (combined movement)

Selain itu juga instrumen yang telah dibuat berdasarkan sumber dari buku Badruzaman (2009, hlm.47) dan hasil obrolan dengan guru pendidikan jasmani yaitu ibu Yeyet Hapsyah S.Pd (guru PJOK SDN Sukaluyu) dan Acep Roni S.Pd (guru PJOK SDN Margamulya) menghasilkan bentuk indikatornya yaitu sebagai berikut : Sikap awal, meluncur, Gerakan kaki, gerakan lengan dan pernafasan. Cara pengambilan nilai adalah dengan melakukan tes kualitas gerak dasar renang gaya bebas mulai dari sikap awal sampai dengan pernafasan yang dapat dituliskan sebagai berikut :

**Tabel 3.1**

Instrumen penilaian penguasaan gerak dasar renang gaya bebas

Tahap gerak	No	Kriteria penilaian	Skor			
Persiapan	1	Berdiri tegak, kedua lengan lurus ke atas				
	2	Bungkukkan tubuh ke depan, dada sampai mengenai permukaan air				
	3	Tolakan kaki ke tembok				
Pelaksanaan	4	Posisi tubuh yang sejajar dengan permukaan air				
	5	Mengayunkan kaki dengan posisi kaki lurus sampai ke ujung jari kaki				
	6	Gerakan tangan fase entry yaitu ketika tangan masuk ke air di mulai dari depan kepala diantara bagian lengan				

Tabel Lanjutan 3.1

Tahap gerak	No	Kriteria penilaian	Skor			
	7	Fase catch / menangkap posisi telapak tangan berada di bawah permukaan air				
	8	Fase full / menarik tangan melakukan sapuan ke bawah, kemudian kembali ke semula				
	9	Fase push / mendorong, posisi tangan tegak lurus atau menghadap ke belakang sepenuhnya				
	10	Fase recovery / istirahat tangan dalam posisi gerakan untuk siap melakukan fase entry				
	11	Pengambilan nafas kepala menengok ke kiri atau ke kanan				
Gerak lanjutan	12	Koordinasi gerakan kaki yang terus bergerak melakukan cambukan ke atas dan bawah, kemudian lengan melakukan tarikan di mulai dari entry, catch, pull, dan push. Dan pengambilan nafas yang boleh di lakukan menggunakan mulut atau hidung.				
Jumlah skor siswa						
Skor maksimal						48

### 3.5.2 Catatan lapangan

Catatan lapangan merupakan alat yang penting ketika melaksanakan suatu penelitian tindakan kelas. Karena catatan lapangan ini berisi tentang bagaimana yang terjadi pada saat pembelajaran berlangsung dan dengan cara di deskripsikan. Fungsinya yaitu untuk mengamati perilaku siswa pada saat pembelajaran berlangsung. Catatan lapangan ini diisi oleh observer, melalui lembar catatan lapangan ini peneliti akan mengetahui apa saja yang terjadi di lapangan pada saat pembelajaran berlangsung.

Format catatan lapangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

**Tabel 3.2****CATATAN LAPANGAN**

HARI/TANGGAL : .....

TEMPAT : .....

KOMPETENSI DASAR : .....

SIKLUS : .....

**3.6 Prosedur Penelitian**

Dalam PTK terdapat empat tahapan dalam melaksanakan suatu penelitian, seperti yang sudah disebutkan sebelumnya bahwa empat tahap tersebut ialah perencanaan atau *planning*, tindakan atau *acting*, observasi atau *observing*, dan refleksi atau *reflecting*. Tahapan-tahapan tersebut terdapat dalam suatu siklus. Siklus yang direncanakan dalam penelitian ini adalah dua siklus. Berikut uraian mengenai tahap-tahap dalam setiap siklus tersebut :

**3.6.1 Siklus I****1. Perencanaan (*Planning*)**

Dalam penelitian ini perencanaan merupakan salah satu langkah awal sebelum memasuki tahap tindakan penelitian. Maka dari itu, penulis sebagai guru pelajaran pendidikan jasmani di tempat penelitian, yaitu SDN 201 Sukaluyu Bandung, dan yang menjadi observer adalah guru yang berada di sekolah tersebut.

Pertama-tama diawali dengan membuat surat ijin melaksanakan penelitian. Kemudian peneliti mempersiapkan rencana pembelajaran yang akan dilaksanakan

pada saat proses pembelajaran berlangsung. Lalu peneliti mempersiapkan instrumen penelitian dan menilai melalui lembar observer yang sudah dibikin serta memberikan tes kepada siswa selama tindakan berlangsung, tujuannya supaya mempermudah peneliti pada saat pengamatan.

Peneliti membuat rencana tindakan yang akan dilaksanakan dalam penelitian, yaitu :

- Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) sesuai dengan materi yang akan diajarkan yakni Renang Gaya Bebas.
  - 1) Nama mata pelajaran
  - 2) Standar kompetensi
  - 3) Kompetensi Dasar
  - 4) Indikator
- Menyiapkan sarana dan prasarana alat-alat pembelajaran.
- Menyusun dan mengembangkan instrumen atau alat pengumpul data, dengan tahapan-tahapan sebagai berikut:
  - 1) Menentukan indikator setiap variabel
  - 2) Membuat format observasi
  - 3) Menyiapkan instrumen tes
  - 4) Menentukan target pencapaian dalam bentuk presentase sebagai kriteria ketuntasan minimal
  - 5) Menyiapkan dokumentasi/foto
- Melakukan simulasi pembelajaran untuk mengetahui kekurangan-kekurangan yang mungkin ada sebelum pelaksanaan dimulai.
- Memberikan pembelajaran renang gaya bebas.

## **2. Tindakan (Action)**

Tindakan merupakan pelaksanaan kegiatan yang disesuaikan dengan pembelajaran. Seperti yang dikemukakan oleh Sanjaya (2011, hlm. 79) “Pelaksanaan tindakan adalah perlakuan yang dilaksanakan guru berdasarkan perencanaan yang telah disusun”. Dalam tindakan ini terdapat rancangan yang telah direncanakan sebelum dilaksanakan ke dalam suatu pembelajaran yang bertujuan meningkatkan keterampilan renang gaya bebas melalui model pembelajaran *movement problem based learning*.



Peneliti mengamati seluruh kegiatan guru dan siswa secara sermat, serta mencatat hal-hal yang terjadi pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung. Pembelajaran terdiri dari tiga kegiatan yaitu :

1) Kegiatan awal

- Guru mengkomunikasikan kompetensi dan tujuan yang akan dicapai.
- Guru melakukan apersepsi yang berkaitan dengan materi pembelajaran.

2) Kegiatan Inti

Melaksanakan pembelajaran renang gaya bebas dengan menerapkan model pembelajaran *movement problem based learning*.

3) Kegiatan akhir

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

### **3. Pengamatan (observation)**

Pengamatan (*Observation*) bertujuan untuk mengumpulkan informasi atau data yang telah diperoleh tentang proses pembelajaran sesuai dengan tindakan yang telah disusun. Pada tahap ini dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung dengan menggunakan lembar observasi sebagai upaya untuk mengetahui proses yang terjadi pada saat pembelajaran dan bagaimana aktivitas siswa dalam pembelajaran.

### **4. Refleksi (reflection)**

Refleksi (*Reflection*) merupakan kegiatan agar mengingat kembali suatu tindakan seperti yang telah dicatat dalam observasi. Refleksi dilakukan dengan melakukan diskusi dengan observer, yang bertujuan untuk mengkaji hasil tindakan, hasil observasi yang dianalisis untuk membantu tindakan perbaikan yang akan dilakukan. Dengan melakukan refleksi peneliti dapat mengetahui kekurangan-kekurangan yang perlu diperbaiki pada saat pembelajaran.

Tahap ini dilakukan dengan cara mengumpulkan semua catatan dan data yang diperoleh selama proses pembelajaran untuk dilakukan analisis. Hasil analisis kemudian didiskusikan dengan guru untuk mengetahui kebenaran data tersebut serta kekurangan yang terjadi selama proses pembelajaran berlangsung.

Hasil refleksi kemudian digunakan oleh peneliti dan guru untuk menentukan perlu atau tidaknya dilakukan tindakan ulang atau siklus lanjutan dan menentukan perbaikan tindakan pada siklus selanjutnya.

### 3.6.2 Siklus II

Siklus II merupakan perbaikan atau lanjutan dari siklus I yang telah dilakukan apabila pada siklus I tujuan penelitiannya belum tercapai. Tahapan pada siklus II sama dengan tahapan pada siklus I, yaitu perencanaan atau *planning*, tindakan atau *action*, observasi atau *observing*, dan refleksi atau *reflecting*. Siklus dianggap selesai apabila tujuan penelitian telah tercapai, artinya terdapat peningkatan siswa dalam melakukan keterampilan renang gaya bebas melalui model pembelajaran *movement problem based learning*. Apabila tidak terdapat peningkatan, maka harus dilaksanakan siklus selanjutnya (siklus III, siklus IV, dan seterusnya) dengan tahap yang sama atau berbeda sesuai dengan evaluasi yang dihasilkan.

### 3.7 Analisis Data

Analisis data merupakan proses dalam penelitian sehingga melalui analisis data dapat ditemukan hasil penelitian tersebut berdasarkan dari hasil data observasi, catatan lapangan dan dokumentasi. Seperti yang dikemukakan oleh Sugiyono (2017) bahwa :

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, 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, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.(hlm.244)

Penelitian ini menerapkan teknik analisis data kuantitatif, yaitu menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Dalam penelitian ini, peneliti dapat membuktikan kebenaran hipotesis yang telah dibuat, maka data yang telah dikumpulkan dari hasil penelitian akan dianalisis dengan menggunakan pendekatan Penilaian Acuan Norma (PAN). Menurut Nurhasanah dan Cholil (2007, hlm.397) menyatakan bahwa “PAN adalah penilaian yang dilakukan dengan cara membandingkan hasil pengukuran seseorang siswa terhadap siswa-siswa lain dalam kelompoknya.” PAN pada dasarnya menggunakan kurva normal dan hasil-hasil perhitungan statistika sebagai dasar evaluasi. Statistika yang

digunakan dalam PAN ini yaitu nilai rata-rata (mean) dan simpangan baku. PAN ini bersifat relatif. Artinya, jika hasil perhitungan nilai rata-ratanya naik, maka patokan menjadi bergeser ke atas, dan sebaliknya.

Berikut langkah-langkah yang harus ditempuh untuk memberikan nilai terhadap hasil tes, yaitu :

1. Terlebih dahulu mencari nilai rata-rata dari hasil tes melalui pendekatan statistika dengan rumus :  $\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$
2. Mencari nilai simpangan baku dari hasil tes tersebut, dengan rumus :  

$$S = \sqrt{\frac{\sum (X_1 - \bar{X})^2}{n-1}}$$

Namun sebelum pada langkah ini, terlebih dahulu mencari nilai dari setiap unsur yang terdapat pada rumus tersebut.
3. Membuat norma penilaian dengan menggunakan dasar kurva normal, nilai rata-rata dan simpangan baku.

**Sumber : Nurhasan & Cholil (2007, hlm. 400)**

Dalam pengolahan dan kategorisasi data terdiri dari beberapa langkah, di antaranya sebagai berikut:

1. **Mencari Rata-Rata**  $(\bar{x}) = \bar{x} = \frac{\sum x}{n}$   
Rumus simpangan baku ( $s$ ) =  $\sqrt{\frac{\sum (x - \bar{x})^2}{n-1}}$

Keterangan:

$\bar{x}$  = Nilai rata-rata yang dicari

$\sum x$  = Jumlah skor ( $x$ )

$n$  = Banyaknya subjek

$x$  = Skor setiap subjek

$s$  = Simpangan baku

**Sumber: Suntoda (2016, hlm. 10)**

2. **Mencari Penilaian Acuan Norma (PAN)**

**Tabel 3.2 Mencari PAN**

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 + 0,6 s	C	Cukup

**Tabel Lanjutan 3.2**

Antara M – 1,8 s dan M – 0,6 s	D	Kurang
Kurang dari M – 1,8 s	E	Sangat Kurang

**Sumber: Suntoda (2016, hlm. 10)**

### 3. Mencari Presentase Keterampilan Siswa

$$KB = \frac{B}{st} \times 100\%$$

Keterangan:

KB = Ketuntasan belajar

B = Jumlah skor yang diperoleh

St = Jumlah siswa

**Sumber: Suntoda (2016, hlm. 10)**

Penelitian ini menggunakan lembar penilaian keterampilan gerak dasar renang gaya bebas.