

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini, dilaksanakan di SD Negeri Timbangreja 02, yang berada di Jalan Mbah Daryuni Desa Timbangreja kecamatan lebaksiu Kabupaten Tegal. Sekolah tersebut dipilih sebagai lokasi penelitian dengan alasan bahwa :

- a. Peneliti bertindak sebagai guru Penjasorkes di SD Negeri Timbangreja 02, sekaligus sebagai peneliti dalam penelitian tindakan kelas ini.
- b. Peneliti telah mengenal sifat, karakter dan kebiasaan siswa, sehingga memudahkan dalam mengidentifikasi siswa yang bermasalah dan mempermudah proses memantau, merevisi dan mengolah data yang diperlukan.

Adapun karakteristik SD Negeri Timbangreja 02 Kecamatan Lebaksiu Kabupaten Tegal adalah sebagai berikut :

Personal SD Negeri Timbangreja 02 sebanyak 11 (sebelas) orang dengan rincian sebagai berikut : 1 (satu) orang kepala sekolah, 6 (enam) orang guru kelas, 1 (satu) orang guru mapel agama, 1 (satu) orang guru bahasa inggris, 1 (satu) oraong guru Penjaskorkes, 1 (satu) orang penjaga SD.

Tabel 3.1

**DATA KEPALA SEKOLAH GURU DAN PENJAGA SD NEGERI
TIMBANGREJA 02 TAHUN 2011**

NO	NAMA NIP	JABATAN GURU	TUGAS MENGAJAR	KET
1.	MARSUDI, S.Pd NIP. 195908281980121004	Kasek		PKn
2.	ENI HARYANI, A.Ma.Pd NIP. 196003261979121001	Guru Kelas	VI	
3.	EDY TOTO W, A.Ma.Pd NIP. 195910181979111001	Guru Kelas	III	
4.	CHAMBALI HM, A.Ma NIP. 195102281982032001	Guru Mapel	I - VI	PAI
5.	MANIATI, S.Pd NIP. 196612161988162001	Guru Kelas	V	
6.	NUR' AENI, A.Ma.Pd NIP.196312021986082001	Guru Kelas	III	
7.	YULI SUSIYANTI, S.Si NIP. -	Guru Kelas	IV - VI	B. Ing
8.	ARIEF NUR RACHMAN NIP. -	Guru Kelas	IV	
9.	NUNUNG M, A.Ma NIP. -	Guru Kelas	II	
10.	M.IMAMMUDIN, A.Ma NIP. -	Guru Mapel	I -VI	Penjas
11.	RIDOI NIP. 1969092009011002	Penjaga		

SD Negeri Timbangreja 02 memiliki lima ruangan kelas, satu ruangan kepala sekolah, satu ruangan kantor guru, ruang perpustakaan, satu rumah dinas, satu WC siswa, satu WC guru, dan memiliki halaman yang digunakan sebagai

lapangan upacara, lapangan sepak takraw sekaligus lapangan bola voli mini, serta dapat dimanfaatkan untuk lapangan bulu tangkis.

Dalam penelitian ini peneliti sendiri akan dibantu oleh beberapa rekan guru antara lain : 1 (satu) orang guru Penjasorkes SD Negeri Timbangreja 01 (Slamet Didit Pamungkas) akan bertindak sebagai praktisi atau observer, 1 (satu) orang guru kelas IV (Arief Nur Rachman) sebagai observer, 1 (satu) orang guru kelas III (Nunung Murningsih) dan kepala sekolah sebagai mitra peneliti lainnya.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini mulai dilaksanakan dari bulan Maret sampai dengan bulan Juni 2011. Pada pelaksanaan tindakan yang diberikan akan dilaksanakan sesuai dengan alokasi waktu dan hari menurut jam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dimana penulis bekerja.

B. Subyek Penelitian

Subyek penelitian yang penulis teliti dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Timbangreja 02 Kecamatan Lebaksiu Kabupaten Tegal tahun pelajaran 2010/2011 dengan jumlah siswa 32 orang yang terdiri dari 12 siswa putra dan 20 siswa putri, dengan kondisi fisik normal sesuai pertumbuhan dan perkembangan yang wajar.

C. Metode dan Desain Penelitian

1. Metode Penelitian

Metode menurut Sudjana (1999: 52) ialah “Strategi, proses, dan pendekatan dalam memilih jenis karakteristik, serta dimensi ruang dan waktu dari data yang diperlukan”.

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan berdasarkan pada latar belakang peneliti akan mengatasi atau memperbaiki proses dan hasil belajar di dalam kelas khususnya dan ingin meningkatkan kesegaran jasmani siswa melalui pembelajaran penjelajahan.

Ada beberapa alasan mengapa penulis menggunakan rancangan penelitian tindakan kelas ini. Hal tersebut penulis tempuh karena berkeinginan juga untuk meningkatkan profesionalisme. Seperti yang diungkapkan Zainal (2006: 13) bahwa :

1. PTK sangat kondusif untuk membuat guru menjadi peka terhadap dinamika pembelajaran di kelasnya. Para guru menjadi reflektif dan kritis terhadap apa yang ia dan muridnya lakukan.
2. PTK dapat meningkatkan kinerja guru sehingga menjadi profesional. Guru tidak lagi sebagai praktisi, yang sudah merasa puas terhadap apa yang dikerjakan selama bertahun-tahun tanpa adanya upaya perbaikan dan inovasi, namun juga sebagai peneliti dibidangnya.
3. Dengan melaksanakan tahapan-tahapan dalam PTK, guru mampu memperbaiki proses pembelajaran melalui satuan kajian yang dalam terhadap apa yang terjadi di kelasnya. Tindakan yang dilakukan guru semata-mata didasarkan pada masalah actual dan factual yang berkembang di kelasnya.
4. Pelaksanaan PTK tidak mengganggu tugas pokok seorang guru karena dia tidak perlu meninggalkan kelasnya. PTK merupakan suatu kegiatan penelitian yang terintegrasi dengan pelaksanaan proses pembelajaran.
5. Dengan melaksanakan PTK guru menjadi kreatif karena selalu dituntut untuk melakukan upaya-upaya inovasi sebagai implementasi dan adaptasi berbagai teori dan teknik pembelajaran serta bahan ajar yang dipakainya. Dalam setiap kegiatan guru diharapkan dapat mencermati kekurangan dan mencari berbagai pemecahan.

Berbekal dari ke dua keinginan tersebut, penulis mencoba mempersiapkan diri dengan memperdalam pemahaman tentang apa itu penelitian tindakan kelas, latar belakang, karak ditempuhter dan prosedur yang harus.

Pengertian tindakan kelas adalah suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif oleh pelaku tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan kemantapan rasional

dari tindakan-tindakan dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan serta memperbaharui kondisi dimana praktek-praktek pembelajaran dilakukan (Rahayu, 2004: 35).

Menurut Kemmis dan Carr (1993) dalam Syaefuddin (2002: 2) sebagai berikut :

Penelitian tindakan kelas adalah suatu bentuk yang bersifat reflektif yang dilakukan oleh pelaku dalam masyarakat sosial dan bertujuan untuk memperbaiki pekerjaannya memahami pekerjaan itu serta situasi dimana pekerjaan itu dilakukan.

Berdasarkan pengertian dan latar belakang penelitian tindakan kelas, menurut Kasbolah (1988/1989: 23) karakteristik penelitian tindakan kelas yaitu :

1. Penelitian Tindakan kelas dilaksanakan oleh guru sendiri. Sebagai pengelola program di kelas, guru merupakan sosok yang benar-benar mengenal lapangan tempat dia mengajar. Oleh karena itu guru kelas inilah yang mengetahui dan mengenal situasi kelasnya termasuk masalah yang adadi kelasnya. Ketika guru melaksanakan tugasnya dia akan melakukan tindakan-tindakan untuk melakukan perubahan-perubahan yang berkenaan dengan upaya menuju perbaikan.
2. Penelitian Tindakan Kelas berangkat dari permasalahan praktis faktual. Permasalahan faktual adalah permasalahan yang timbul dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari yang dihadapi oleh guru.
3. Ciri lain yang ada pada PTK adalah tindakan-tindakan yang perlu dilakukan untuk memperbaiki proses belajar mengajar di kelas yang bersangkutan.
4. PTK bersifat kolaboratif. Pendekatan kolaboratif menurut Joni (1997) dalam Kasbolah (1988/1989: 25) diterapkan untuk menciptakan adanya hubungan kerja sejawatan.

Persyaratan Penelitian Tindakan Kelas menurut Rukmana (2010: 3) sebagai berikut :

1. PTK harus tertuju atau mengenal hal-hal yang terjadi di dalam pembelajaran.
2. PTK menuntut dilakukannya pencermatan secara terus-menerus, obyektif, dan sistematis.

3. PTK harus dilakukan sekurang-kurangnya dalam dua siklus tindakan yang berurutan
4. PTK terjadi secara wajar, tidak mengubah aturan yang sudah ditentukan, dalam arti tidak mengubah jadwal yang berlaku.
5. PTK harus betul-betul disadari baik oleh pemberi tindakan maupun oleh sasaran tindakan.
6. PTK harus benar-benar menunjukkan adanya tindakan yang dilakukan oleh sasaran tindakan, yakni siswa yang sedang belajar.

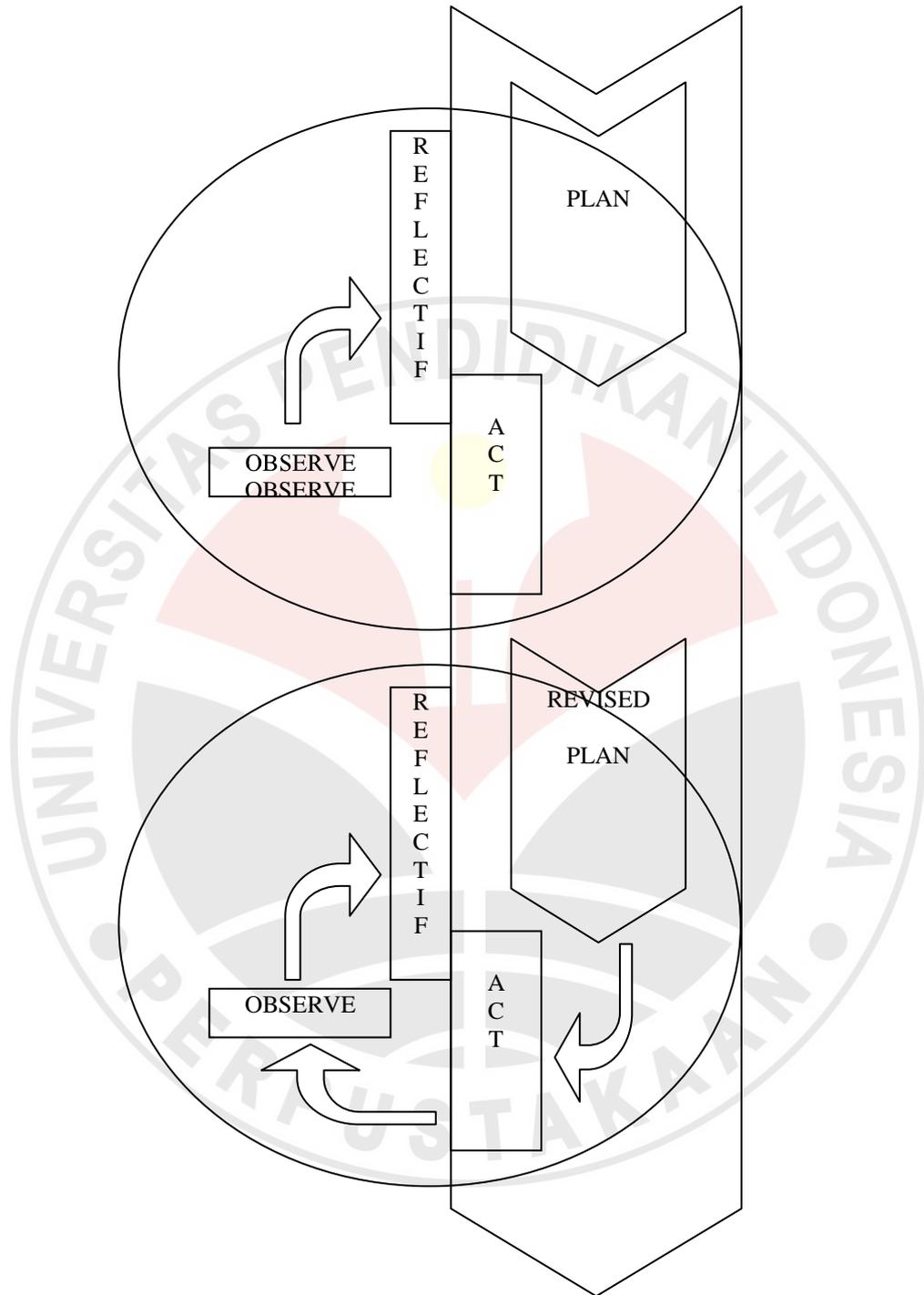
2. Desain Penelitian

Desain atau rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian atau rancangan penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*) yang dilatar belakangi oleh keinginan penulis melaksanakan pembelajaran penjelajahan guna untuk meningkatkan kesegaran jasmani Siswa dan meningkatkan profesionalisme seorang guru.

Kemudian penelitian ini mengacu kepada penelitian tindakan kelas model Kemmis dan Mc Taggart, seperti yang dilakukan dalam Kasbolah (1999: 14) mengatakan bahwa :

Penelitian tindakan juga digambarkan sebagai suatu proses yang dinamis dimana keempat aspek yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi, harus dipahami bukan sebagai langkah-langkah yang statis, terselesaikan dengan sendirinya, tetapi lebih merupakan momen-momen dalam bentuk spiral yang menyangkut perencanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi.

Di dalam penyusunan desain penelitian ini, peneliti mengambil model desain penelitian menurut Kemmis dan Mc Taggart dengan menggunakan model siklus. Desain penelitian ini terdiri dari empat komponen, perencanaan, pelaksanaan atau tindakan, observasi, dan refleksi. Untuk lebih jelasnya desain penelitian ini dapat dilihat dalam alur penelitian yang tertera pada gambar 3.1.



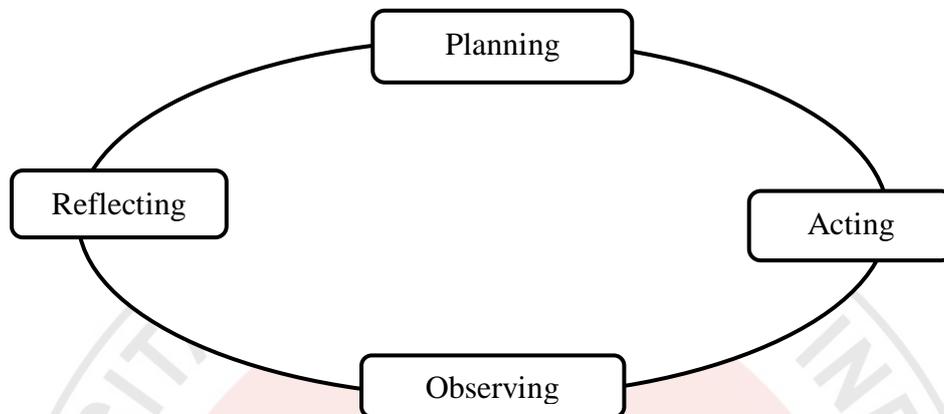
Gambar 3.1
 Alur Pelaksanaan Tahapan Siklus PTK
 Kemmis dan Mc. Taggart (Kasbolah 1999: 70)

Secara garis besar pada gambar 3.1 menunjukkan bahwa pertama, sebelum melaksanakan tindakan terlebih dahulu peneliti harus merencanakan secara seksama jenis tindakan yang akan dilakukan. Kedua setelah rencana disusun secara matang, barulah tindakan itu dilakukan. Ketiga bersamaan dengan dilaksanakannya tindakan, peneliti mengamati proses pelaksanaan tindakan itu sendiri dan akibat yang ditimbulkannya. Keempat berdasarkan hasil pengamatan tersebut, peneliti kemudian melakukan refleksi atas tindakan yang telah dilakukan. Jika hasil refleksi menunjukkan perlu disempurnakannya lagi agar tindakan yang dilaksanakan berikutnya tidak sekedar mengulang apa yang telah diperbuat sebelumnya. Demikian seterusnya sampai masalah yang diteliti dapat dipecahkan secara optimal. Sehubungan dengan rencana penelitian yang akan dilakukan secara garis besar tindakan penelitian ini direncanakan dengan 3 siklus yaitu :

1. Tindakan Siklus 1 berupa msteri pembelajaran penjelajahan
2. Tindakan Siklus 2 berupa msteri pembelajaran penjelajahan
3. Tindakan Siklus 3 berupa msteri pembelajaran penjelajahan

D. Prosedur Penelitian

Sesuai dengan penelitian yang dikemukakan diatas maka prosedur ini sendiri terdiri dari empat tahapan yaitu :



Gambar 3.2
(Ahmad HP, (1999) dalam (Rahayu, 2004: 52)

1. Perencanaan tindakan yaitu meliputi :

- a. Membuat rencana pembelajaran dalam bentuk satuan rencana pembelajaran
- b. Mempersiapkan alat bantu yang akan digunakan dalam pembelajaran penjelajahan.
- c. Mendesain alat evaluasi yang akan digunakan dalam pelaksanaan tindakan berdasarkan rencana pembelajaran yang telah disain
- d. Pengaturan kelompok
- e. Mendiskusikan prosedur pelaksanaan pembelajaran penjelajahan dengan mitra peneliti
- f. Melakukan survei lokasi

2. Pelaksanaan tindakan

Pada tahap ini kegiatan yang akan dilakukan berdasarkan perencanaan tindakan yang telah ditetapkan, yaitu melaksanakan pembelajaran sesuai rencana pembelajaran yang telah dibuat. Fokusnya adalah upaya meningkatkan kesegaran jasmani melalui pembelajaran penjelajahan.

Adapun proses pelaksanaan pembelajarannya adalah sebagai berikut:

a. Kegiatan awal

- 1) Siswa berbaris sesuai dengan kelompoknya.
- 2) Absensi
- 3) Penjelasan singkat tentang tujuan pembelajaran penjelajahan
- 4) Penjelasan singkat tentang tata tertib pelaksanaan
- 5) Penjelasan singkat tentang rute penjelajahan
- 6) Siswa melakukan pemanasan
- 7) Mengecek perlengkapan
- 8) Berdo'a

b. Kegiatan Inti

- 1) Setiap kelompok diundi untyuk mendapatkan kesempatan berjalan lebih dahulu
- 2) Kelompok bersiapdigaris start, setelah aba-aba peluit berjalan sesuai dengan urutan undian
- 3) Kelompok melakukan perjalanan mulai dari start menuju rute yang telah ditentukan

4) Penjelajahan berakhir dan masing-masing kelompok mengisi angket yang telah disediakan

c. Penutup

1) Peneliti atau guru bersama dengan siswa mengadakan refleksi terhadap proses pembelajaran

2) Berbaris

3) Berdo'a

4) Istirahat

3. Tahap Observasi

Secara umum observasi adalah upaya merekam segala peristiwa dan kegiatan yang terjadi selama tindakan perbaikan itu berlangsung, dengan atau tanpa alat bantu. Yang penting dicatat pada kesempatan ini adalah kadar interpretasi yang terlibat dalam rekaman hasil observasi.

Selama melaksanakan tindakan pembelajaran, peneliti bertindak sebagai observer atau mencatat segala temuan dalam pelaksanaan pembelajaran yang berhubungan dengan fokus penelitian.

4. Tahap Analisis Refleksi

Pada tahap ini guru atau praktisi bersama-sama dengan siswa dan mitra peneliti lainnya melakukan analisis dan refleksi hasil tindakan pembelajaran. Untuk keperluan analisis, dilakukan dengan memeriksa lembaran-lembaran pengamatan tentang catatan data temuan, mengkaji satuan rencana pembelajaran dalam mengkaji hasil kegiatan siswa dalam pembelajaran penjelajahan, dan

memberikan penjelasan makna dari pembelajaran penjelajahan dalam meningkatkan kesegaran jasmani.

Hasil dari analisis dan refleksi tindakan penelitian dijadikan sebagai rekomendasi hasil penelitian dan sebagai bahan perencanaan penelitian berikutnya.

Menurut Kasbolah dalam Sugiono (1999: 100) pada dasarnya refleksi 'merupakan kegiatan analisis-sintesis, interpretasi, dan ekplanasi (penjelasan) terhadap semua informasi yang diperoleh dari penelitian tindakan'.

Pada tahap ini dilakukan analisis data mengenai proses, masalah, dan hambatan yang dijumpai dengan tujuan untuk melaksanakan rencana pelaksanaan selanjutnya. Hasil analisis dan refleksi pelaksanaan pembelajaran pada setiap tindakan pembelajaran berikutnya menetapkan rekomendasi hasil tindakan penelitian semua siklus.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas-fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data-data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Arikunto, 2006: 160).

Instrumen yang digunakan oleh penulis untuk mengumpulkan data dalam penelitian adalah :

1. Lembar Observasi

Alat yang digunakan untuk mengumpulkan dan memperoleh data tentang observasi penelitian yaitu lembaran observasi tentang aktivitas siswa dan guru. Kegiatan observasi dilaksanakan pada saat kegiatan pembelajaran, untuk memperoleh data tentang pelaksanaan pembelajaran penjelajahan, dan evaluasi dari hasil pembelajaran, serta faktor-faktor penunjang dan yang menghambat pelaksanaan pembelajaran

2. Wawancara

Wawancara dilakukan terhadap siswa dan guru sesudah pelaksanaan pembelajaran dengan tujuan untuk memperoleh tanggapan dan kesulitan berkaitan dengan pelaksanaan pembelajaran.

Menurut Esterberg (2002) dalam Sugiono, (2005: 72) mendefinisikan wawancara sebagai berikut 'Wawancara adalah merupakan dua orang untuk bertukarinformasi dan ide melalui Tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu'.

3. Angket

Angket disusun dengan berdasarkan pada pertanyaan-pertanyaan mengenai pendapat siswa selama pelaksanaan pembelajaran, dengan tujuan untuk memperoleh gambaran tentang faktor-faktor kesulitan dan ketertarikan siswa tentang pembelajarn penjelajahan. Angket akan diberikan setiap selesai pembelajaran.

Menurut Sanafiah (1986: 178) dalam Mulyani (2006: 27) mengemukakan bahwa 'Angket yang menghendaki jawaban pendek atau jawabannya diberikan dengan memberi tanda tertentu, disebut angket tertutup. Angket yang demikian biasanya meminta jawaban yang membutuhkan tanda 'ceklist' pada item yang termuat dalam alternatif jawaban'.

4. Camera Foto

Menurut Bogdan dan Biklen dalam Moleong (2005: 160) mengatakan bahwa: 'Ada dua kategori foto yang dapat dimanfaatkan dalam penelitian kualitatif, yaitu foto yang dihasilkan orang dan foto yang dihasilkan oleh peneliti itu sendiri.

Kamera foto yang digunakan untuk merekam kejadian selama pembelajaran akan memberikan gambaran tentang apa yang terjadi dalam masalah pembelajaran.

5. Catatan lapangan

Catatan lapangan merupakan alat penting, karena akan membahas dan berguna sebagai alat perantara, yaitu antara apa yang dilihat, didengar, dirasakan, dicium, dan diraba dengan catatan sebenarnya dalam bentuk catatan lapangan. Proses pelaksanaannya dilakukan setiap selesai mengadakan pengamatan atau wawancara.

6. Tes untuk mengukur daya taham umum (tes lari 600 M)

Untuk mengukur dan menilai tingkat kebugaran jasmani siswa dapat dilakukan dengan melaksanakan pengukuran.. Pengukuran kesegaran jasmani yang dilakukan hanya mengukur kapasitas aerobiknya saja, dengan cara

mengukur kemampuan daya tahan siswa melalui tes lari 600 meter. Hasil yang dicapai siswa akan dibandingkan dengan norma tes kebugaran jasmani siswa untuk usia 10-12 tahun, khususnya untuk komponen daya tahan umum.

Tujuannya untuk mengetahui ketercapaian indikator yang dibuat serta untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan kebugaran jasmani siswa setelah dilakukan pelaksanaan tindakan tersebut.

F. Tehnik Pengumpulan dan Analisis Data

1. Tehnik Pengumpulan Data

a. Sumber data

Sumber data dalam penelitian ini adalah siswa dan guru serta seluruh anggota tim peneliti.

b. Jenis Data

Jenis data yang didapatkan adalah :

- 1). Hasil belajar
- 2). Rencana pembelajaran
- 3). Data hasil observasi Siswa dan guru terhadap pelaksanaan pembelajaran

c. Cara Pengambilan Data

- 1). Data hasil belajar diambil dengan menentukan tes kesegaran jasmani untuk usia 10-12 Tahun.
- 2). Data tentang situasi belajar mengajar pada saat dilaksanakan tindakan diambil dengan menggunakan lembar observasi.
- 3). Data tentang refleksi serta perubahan-perubahan yang terjadi di lapangan.

- 4). Data tentang keterkaitan antara perencanaan dengan pelaksanaan yang didapat dari rencana pembelajaran dan lembar observer.

2. Analisis Data

Dalam penelitian kualitatif data diperoleh dari berbagai sumber dengan menggunakan tehnik pengumpulan data yang bermacam-macam (Triangulasi) dan dilakukan secara terus-menerus sampai datanya jenuh.

Analisis data dilakukan melalui 3 tahap yaitu :

- a. Reduksi data adalah proses penyederhanaan yang dilakukan melalui seleksi, femfokuskan dan pengabtraksian data mentah menjadi informasi yang bermakna.
- b. Paparan data adalah proses penampinan data secara lebih sederhana dalam bentuk paparan naratif, representasi grafis dan sebagainya.
- c. Penyimpulan adalah proses pengambilan intisari data yang telah terorganisir tersebut dalam bentuk pernyataan kalimat dan data atau formula yang singkat dan padat tetapi mengandung pengertian luas.

G. Validasi Data

Dalam penelitian ini cara yang dilakukan untuk mengecek keabsahan data, yaitu menggunakan :

1. Triangulasi

Digunakan untuk membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda untuk

melihat hubungan antara berbagai hasil pembelajaran agar dapat mencegah kesalahan dalam analisis data.

2. Member cek

Dilakukan untuk mengecek kebenaran dan keabsahan data temuan penelitian dengan mengkonfirmasi sumber data. Dalam proses ini data tentang seluruh pelaksanaan tindakan yang diperoleh peneliti diinformasikan kepada guru dan siswa melalui kegiatan refleksi pada setiap akhir kegiatan pembelajaran.

3. Audit Trail

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah mengecek hasil penelitian beserta prosedur dan metode pengumpulan data dengan menginformasikan adanya bukti-bukti temuan yang telah diperiksa dan dicek keabsahannya terhadap sumber data dari hasil pertama. Hal inidiakukan peneliti dengan cara mendiskusikan kebenaran data beserta prosedur pengumpulan data kepada pembimbing.

