

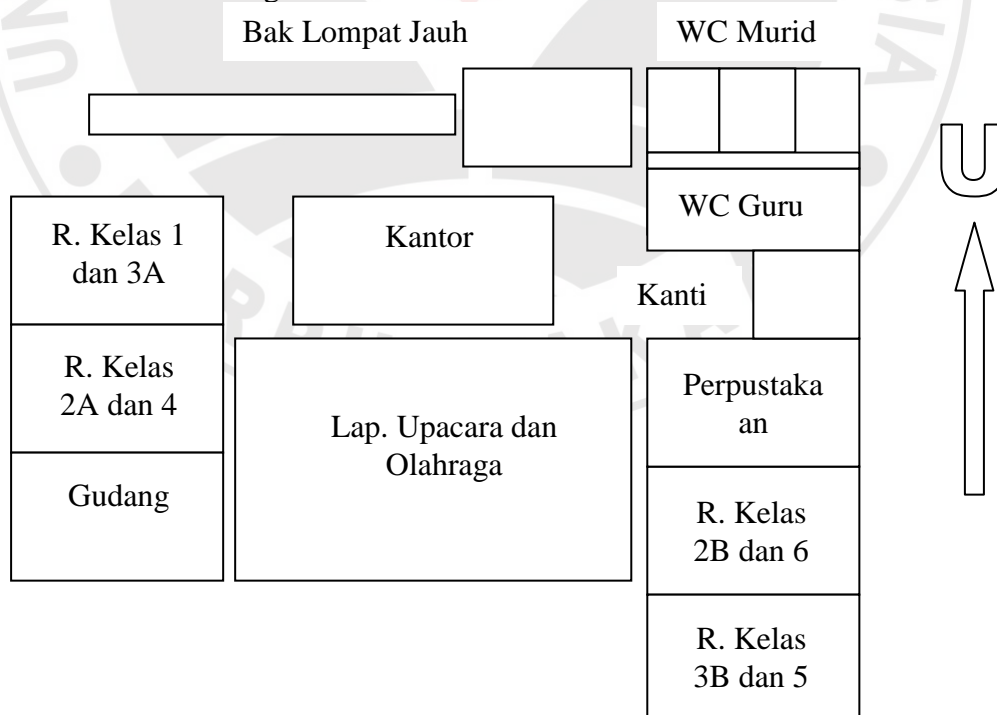
### BAB III

#### METODE PENELITIAN

#### A. Lokasi dan Waktu Penelitian

##### 1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang. Adapun pertimbangan pemilihan lokasi penelitian adalah berdasarkan observasi, bahwa SD Negeri Padasuka II khususnya di kelas IV (empat) mempunyai permasalahan dalam pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas, sehingga sekolah tersebut memerlukan inovasi dalam upaya meningkatkan pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas yaitu melalui permainan berpasangan. Selain itu, permasalahan yang muncul dalam setiap proses pelaksanaan pembelajaran, mendapat perhatian yang cukup serius dari guru-guru beserta kepala sekolah, sehingga penelitian ini memperoleh dukungan yang besar dari kepala sekolah dan guru-guru untuk bekerja sama berupaya meningkatkan kualitas pembelajaran di SDN Padasuka II. Adapun denah SDN Padasuka II adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1  
Denah SDN Padasuka II

## 2. Waktu Penelitian

Lamanya waktu penelitian adalah selama 7 bulan, yaitu mulai dari bulan November 2012 sampai Mei 2013. Karena tindakan penelitian kelas dilakukan untuk memperbaiki proses dan hasil belajar. Maka kegiatan ini memerlukan waktu yang cukup lama.

Tabel 3.1  
Jadwal Penelitian

No	Uraian Kegiatan	WAKTU PELAKSANAAN																											
		November				Desember				Januari				Februari				Maret				April				Mei			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Perizinan Ke SD	■	■																										
2	Pengambilan data awal			■																									
3	Wawancara			■																									
4	Observasi			■																									
5	Pembuatan Proposal				■	■	■	■	■																				
6	Seminar Proposal									■																			
7	Revisi dan Perencanaan									■	■																		
8	Pelaksanaan Siklus I											■	■	■															
9	Pelaksanaan Siklus II													■	■	■													
	Pelaksanaan Siklus III														■	■	■												
	Pengolahan Data																				■	■	■						
	Penyusunan Laporan																									■	■	■	■

## B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang tahun ajaran 2012/2013 dengan jumlah 31 siswa, laki-laki berjumlah 13 orang dan perempuan 18 orang. Alasan pemilihan kelas ini karena di kelas tersebut terdapat permasalahan pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas sehingga membutuhkan inovasi dalam pembelajaran agar kemampuan siswa meningkat.

## C. Metode dan Desain Penelitian

### 1. Metode Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah, penelitian ini menggunakan metode PTK (Penelitian Tindakan Kelas). Karena permasalahan yang ditemukan di lapangan memerlukan tindakan yang mampu merubah atau memperbaiki pembelajaran agar kemampuan siswa meningkat. Sangat baik jika seseorang memahami permasalahan dari pengalaman mereka sendiri dan memperbaikinya. Hal ini sejalan dengan yang diutarakan oleh Wiriaatmadja (2005: 13) sebagai berikut:

Penelitian tindakan kelas adalah bagaimana sekelompok guru dapat mengorganisasikan kondisi praktek pembelajaran mereka, dan belajar dari pengalaman mereka sendiri. Mereka dapat mencobakan suatu gagasan perbaikan dalam praktek dari upaya itu.

Penelitian tindakan kelas merupakan salah satu usaha memperbaiki mutu pendidikan yang secara tidak langsung menyentuh masalah dilapangan yaitu masalah yang ada di dalam kelas. Penelitian tindakan kelas bertujuan untuk meningkatkan wawasan pemahaman guru tentang hubungan antara mengajar dan belajar. Hal ini sejalan dengan yang di utarakan oleh Suherman (2012: 59):

Penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) merupakan suatu bentuk penelitian yang bersifat dengan melakukan tindakan-tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan meningkatkan praktek pembelajaran di kelas secara lebih profesional.

PTK adalah proses penelitian yang dilakukan untuk memperbaiki aktivitas siswa, kinerja guru, dan hasil pembelajaran di dalam suatu kelas, di dalam PTK seorang guru dapat belajar dari pengalaman mereka sendiri dan dapat melakukan perubahan berupa inovasi pembelajaran sebagai upaya perbaikan dalam proses pembelajaran. PTK tidak dapat digeneralisasikan karena PTK hanya berlaku di kelas, sekolah, bahkan kota tertentu.

Adapun manfaat dari PTK selain untuk dapat menyelesaikan permasalahan yang terjadi di dalam kelas, PTK juga dapat meningkatkan inovasi dalam merancang proses pembelajaran serta meningkatkan pembelajaran agar lebih menarik dan menyenangkan.

## 2. Desain Penelitian

Sekurang-kurangnya ada empat model penelitian tindakan kelas yang dikenal, yaitu model yang dikembangkan oleh Ebbut (1985), Kemmis dan Mc Taggart (1988), Elliot (1991), dan Mc Kernan (1991). Dari keempat model tersebut, nampaknya model Kemmis dan Mc Taggart tidak terlalu sulit untuk dilakukan. Adapun perencanaan yang dikembangkan oleh Kemmis dan Mc Taggart menurut Suherman (2012: 62) sebagai berikut:

Dalam perencanaannya, Kemmis dan Mc Taggart menggunakan sistem spiral refelksi diri yang dimulai dengan: rencana, tindakan, pengamatan, refleksi, dan perencanaan kembali yang merupakan dasar untuk suatu ancap-ancang pemecahan permasalahan.

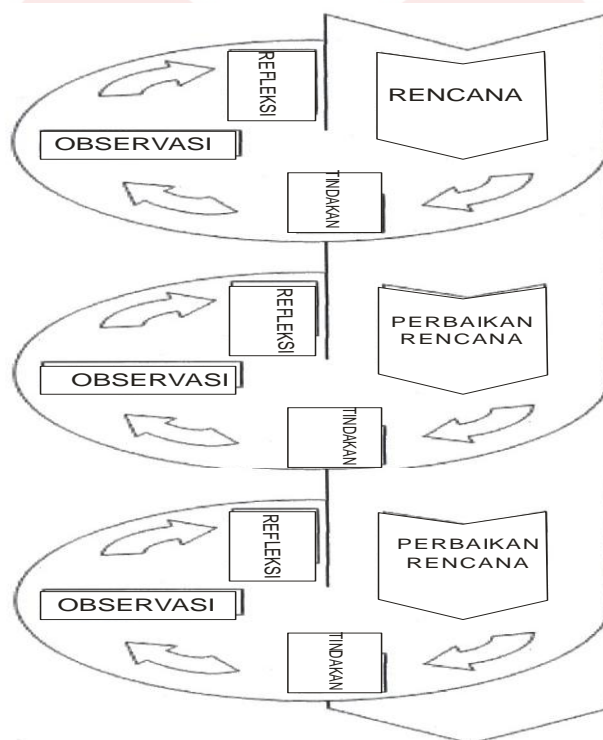
Lebih lanjut lagi Suherman (2012: 62) mengemukakan penjelasan tentang perencanaan yang dikembangkan oleh Kemmis dan Mc Taggart, sebagai berikut:

Perencanaan: Rencana tindakan apa yang akan dilakukan untuk memperbaiki, meningkatkan atau perubahan prilaku dan sikap sebagai solusi; Tindakan: Apa yang dilakukan oleh guru atau peneliti sebagai upaya perbaikan, peningkatan atau perubahan yang diinginkan; Observasi: mengamati atas hasil atau dampak dari tindakan yang dilaksanakan atau yang dikenakan terhadap siswa; Refleksi: Penelitian mengkaji, melihat dan mempertimbangkan atas hasil atau dampak dari tindakan dari berbagai kriteria.

Berdasarkan uraian di atas dalam penelitian ini, peneliti menggunakan model spiral Kemmis dan MC Taggart yang dimulai dari tahap perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*action*), pengamatan (*observasi*), dan refleksi yaitu model siklus yang dilakukan secara berulang-ulang sehingga tercapai tujuan yang diharapkan.

Rancangan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan bentuk siklus terdiri dari satu pertemuan. Pada akhir pertemuan diharapkan tercapainya tujuan yang akan tercapai dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Keberlangsungan siklus ini didasarkan pada hasil yang dicapai siswa melalui instrumen yang telah ditetapkan. Pada model Kemmis dan Taggart pada tahap perencanaan (*planning*) hal yang perlu dilakukan setelah mengetahui masalah maka diperlukan perencanaan yang sangat matang sebagai titik tolak pemecahan masalah, perencanaan juga merupakan dasar suatu ancap-ancang yang digunakan

untuk memecahkan masalah. Pada tahap pelaksanaan (*action*) merupakan implementasi dari perencanaan yang dilakukan untuk memecahkan masalah. Tahap pengamatan (*observasi*) merupakan pengamatan yang dilakukan pada saat proses pembelajaran berlangsung, mengamati segala aktivitas guru dan siswa yang telah ada dalam indikator-indikator yang telah dirancang pada saat perencanaan. Tahap refleksi, pada tahap ini guru dan observer melakukan refleksi kembali terhadap pembelajaran yang telah dilakukan, apakah telah sesuai dengan perencanaan yang telah dirancang. Refleksi merupakan upaya memikirkan suatu evaluasi. Dari refleksi akan ditentukan suatu *replanning* (perbaikan tindakan) yang akan dilakukan pada tindakan selanjutnya sampai pelaksanaan tindakan ini memenuhi target. Alur pelaksanaan tindakan kelas dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 3.2

Model Spiral Kemmis dan Mc. Taggart (Wiriaatmadja. 2005: 66)

Gambar di atas, diawali dengan perencanaan (*planinning*) yaitu perencanaan yang matang yang perlu dilakukan setelah mengetahui masalah dalam pembelajaran, lalu merencanakan rencana tindakan yang harus dilakukan sebagai suatu solusi dari masalah; Pelaksanaan (*action*) yaitu wujud atau

implementasi dari tindakan yang telah dirancang sebelumnya; Pengamatan merupakan kegiatan mengamati mulai dari proses dan hasil dari tindakan yang telah dilaksanakan; refleksi merupakan kegiatan memikirkan suatu upaya evaluasi. Dari refleksi ini, akan ditentukan suatu perbaikan tindakan (*replanning*) selanjutnya. Maka rencana tindakan selanjutnya mengulang suatu tindakan dengan terus memperbaiki dari suatu tindakan ke tindakan lain sampai dengan target yang telah diterapkan dapat tercapai.

Dengan demikian, penulis dapat merancang beberapa siklus diantaranya: siklus satu penulis melakukan tindakan untuk mencapai ketuntasan pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui permainan berpasangan. Apabila siklus pertama tidak berhasil, maka pada siklus kedua penulis akan memodifikasinya sesuai dengan permasalahan pada siklus pertama. Dan apabila siklus kedua tidak berhasil maka siklus ketiga penulis masih akan memodifikasi lagi sesuai dengan permasalahan siklus kedua.

#### **D. Prosedur Penelitian**

Prosedur penelitian tindakan kelas ini terdiri dari beberapa siklus. Tiap siklus dilaksanakan sesuai dengan perubahan yang ingin dicapai, seperti yang sudah didesain dalam faktor yang diselidiki. Untuk melihat kemampuan awal dalam gerak dasar renang gaya bebas, siswa diberikan latihan tanpa petunjuk teknis dari guru, hal tersebut sebagai bahan evaluasi. Sedangkan observasi awal dilakukan untuk mengetahui tindakan yang tepat yang akan diberikan dalam rangka meningkatkan kemampuan maksimal siswa dalam melakukan gerak dasar renang gaya bebas.

Dari evaluasi dan observasi awal, maka dalam refleksi ditetapkan bahwa tindakan yang dipergunakan untuk meningkatkan kemampuan maksimal gerak dasar renang gaya bebas memerlukan metode pembelajaran yaitu permainan berpasangan sebagai pembantu pembelajaran yang berguna untuk melatih siswa dalam menentukan posisi tubuh yang tepat serta konsistensi ketepatan gerakan.

Prosedur penelitian ini mengacu pada desain penelitian yang menggunakan desain Kemmis dan Mc Taggart. Adapun langkah-langkah desain penelitian tersebut adalah sebagai berikut.

### **1. Tahapan Perencanaan Tindakan**

- a. Berdasarkan hasil observasi awal, maka peneliti merencanakan perbaikan terhadap kondisi awal yang dianggap kurang baik dan memuaskan dalam pelaksanaan pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui sebuah RPP perbaikan.
- b. Membuat lembar observasi yang bertujuan untuk mengamati kinerja guru dan siswa.
- c. Membuat alat evaluasi yang sesuai untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pemahaman siswa dalam materi yang telah dipelajari yaitu tentang pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas.

### **2. Tahapan Pelaksanaan Tindakan**

Pelaksanaan tindakan yang meliputi siapa melakukan apa, kapan, dimana dan bagaimana melakukannya. Skenario tindakan yang telah direncanakan dilaksanakan dalam situasi yang aktual. Pada saat bersamaan kegiatan ini juga disertai dengan kegiatan observasi dan interpretasi serta diakui dengan kegiatan refleksi. Adapun yang terlibat dalam tahap pelaksanaan tindakan ini adalah praktisi dan observer. Praktisi bertugas sebagai guru dan menyajikan pembelajaran yang sesuai dengan RPP yang telah dibuat sebelumnya oleh praktisi, sedangkan observer bertugas mengobservasi RPP yang dibuat oleh praktisi apakah sudah sesuai dengan IPKG 1 atau belum, selain mengobservasi RPP observer juga mengobservasi pelaksanaan pembelajaran yang disajikan oleh praktisi, apakah penyajiannya sesuai dengan RPP yang telah dibuat sebelumnya dan sesuai dengan IPKG 2 atau belum. Kemudian praktisi dan observer bertindak sebagai tim yang akan mengevaluasi hasil belajar siswa dan mengadakan kegiatan refleksi.

### **3. Tahapan Observasi**

Observasi merupakan upaya untuk mengumpulkan data yang berkenaan dengan pelaksanaan tindakan melalui pengamatan dan dokumentasi. Pengamatan dilakukan bersamaan dengan pelaksanaan tindakan, yaitu selama kegiatan

pembelajaran berlangsung dan saat hasil akhir kerja siswa. Dilakukan dengan mengisi lembar observasi untuk mengamati kinerja guru dan aktivitas siswa selama kegiatan pembelajaran. Observasi dilakukan oleh observer dalam hal ini peneliti sendiri, guru dan kepala sekolah.

Dengan adanya kegiatan observasi diharapkan dapat dikenali setiap perubahan yang terjadi pada proses pembelajaran, apabila terjadi hal-hal yang tidak diinginkan maka peneliti harus mencari dan menemukan faktor penyebab serta menentukan langkah perbaikan.

#### **4. Tahapan analisis dan refleksi**

Analisis dan refleksi dilakukan untuk mengetahui segala hal yang terjadi dan diperoleh dalam proses dan hasil pembelajaran yang dilakukan dengan cara :

- 1) Mengecek data yang diperoleh selama melakukan penelitian.
- 2) Mendiskusikan hasil yang diperoleh dari hasil pengamatan dengan pihak-pihak yang terkait dalam pelaksanaan.
- 3) Menyusun rencana kembali yang akan dilakukan pada siklus selanjutnya untuk mengetahui hal-hal yang perlu diperbaiki dalam siklus yang akan dilakukan selanjutnya.

#### **E. Instrument Penelitian**

Dalam melaksanakan penelitian ini, pengumpulan data mengenai pelaksanaan dan hasil belajar akan dilakukan dengan menggunakan beberapa instrumen penelitian sebagai berikut:

##### **1. Format Observasi**

Lembar observasi digunakan untuk memperoleh data mengenai aktivitas siswa dan kinerja guru dalam pembelajaran penjas pada materi renang gaya bebas melalui permainan berpasangan. Pengertian observasi menurut kamus besar Bahasa Indonesia edisi ketiga (2003: 699) yaitu “Observasi adalah pengamatan, peninjauan secara cermat, selama praktek mengajar”.

Yang menjadi objek observasi adalah guru dan siswa-siswi kelas IV dalam pembelajaran Penjas dan dilaksanakan pada saat proses penelitian berlangsung. Adapun lembar observasi yang digunakan yaitu:



#### a. Format Observasi Perencanaan Pembelajaran

Lembar Observasi perencanaan Pembelajaran yaitu IPKG 1 yang digunakan untuk mengamati perencanaan pembelajaran yang dibuat oleh guru sebelum pembelajaran dimulai. Perencanaan pembelajaran itu meliputi komponen rencana pembelajaran yaitu rumusan tujuan pembelajaran, mengembangkan dan mengorganisasikan materi media sumber belajar dan metode pembelajaran, merencanakan skenario kegiatan pembelajaran, merencanakan prosedur jenis dan menyiapkan alat penilaian serta tampilan dokumen rencana pembelajaran.

Peneliti menggunakan format ini bertujuan untuk mengukur perencanaan tindakan dalam hal ini kinerja guru dalam upaya merencanakan pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui permainan berpasangan. Dalam hal ini kemampuan kinerja guru dalam merencanakan pembelajaran dapat dilihat pada saat sebelum melaksanakan pembelajaran, dimana dalam penelitian ini peneliti bertindak sebagai guru (praktisi) dan observer bersama mitra (Guru Penjas).

#### b. Format Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru

Lembar observasi kinerja guru yaitu IPKG 2 yang digunakan untuk mengamati kinerja guru pada saat pelaksanaan kegiatan belajar mengajar berlangsung. Aspek yang diamati yaitu pra pembelajaran, membuka pembelajaran, mengelola inti pembelajaran, mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran penjas, melaksanakan evaluasi proses dan hasil belajar, serta kesan umum kinerja guru.

Peneliti menggunakan format ini bertujuan untuk mengukur kemampuan melaksanakan pembelajaran yang dalam hal ini kinerja guru dalam upaya melaksanakan pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui permainan berpasangan. Dalam hal ini kemampuan melaksanakan pembelajaran seorang guru dapat dilihat pada saat melaksanakan pembelajaran, di mana dalam penelitian ini peneliti bertindak sebagai guru (praktisi) dan observer bersama mitra (Guru Penjas).

#### c. Format Observasi Aktivitas Siswa

Untuk lembar observasi tentang aktivitas siswa terdapat empat aspek yang diamati yaitu kerjasama, semangat, disiplin, dan tanggung jawab.

Peneliti menggunakan format ini bertujuan untuk mengetahui aktivitas siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Hal ini terkait dengan aspek kepenjasan siswa yaitu aspek apektif dalam implementasi nilai semangat, kerjasama, kedisiplinan dan tanggung jawab pada saat pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas.

## 2. Format Tes

Peneliti menggunakan format ini bertujuan untuk melihat keberhasilan belajar siswa dalam melaksanakan pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui permainan berpasangan sebelum dan sesudah pemberian tindakan dengan membandingkan nilai yang diperoleh. Tes dilakukan dalam bentuk praktek setelah proses pembelajaran kegiatan awal sampai kegiatan inti selesai dilaksanakan, tingkat kesulitan tes di tambah pada setiap siklusnya.

## 3. Format Wawancara

Format wawancara digunakan untuk mengetahui pandangan dan pendapat yang diperoleh dari guru sebelum proses pembelajaran, saat proses pembelajaran berlangsung, dan akhir proses pembelajaran dilaksanakan. Menurut Hopkins (Wiriaatmadja, 2009: 117), "Wawancara adalah suatu cara untuk mengetahui situasi tertentu di dalam kelas dilihat dari sudut pandang yang lain".

Yang menjadi subjek wawancara adalah guru dan siswa kelas V. Lembar wawancara meliputi segala aspek dan kegiatan dalam pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui permainan berpasangan.

## 4. Format Catatan Lapangan

Catatan lapangan digunakan untuk mendeskripsikan proses pembelajaran, interpretasi, koreksi dan saran dari peneliti selama proses pelaksanaan penelitian berlangsung. Menurut Bogdan dan Biklen (Moleong, 2002: 153) "Catatan lapangan adalah catatan tertulis tentang apa yang didengar, dilihat, dialami, dan dipikirkan dalam rangka pengumpulan data dan refleksi terhadap data dalam penelitian kualitatif".

Catatan lapangan digunakan untuk mencatat kejadian-kejadian yang terjadi dalam penerapan permainan berpasangan terhadap pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas. Untuk kelancaran observasi yang dilakukan, pada catatan

lapangan ini peneliti menggunakan format catatan lapangan, selain itu peneliti juga menggunakan alat bantu elektronik seperti kamera yang dapat menghasilkan photo dan video.

Format-format instrument penelitian disajikan dalam lampiran.

## **F. Data dan Sumber Data**

### **1. Data**

Data dalam penelitian ini diperoleh dari hasil observasi, wawancara dan catatan lapangan yang dilakukan terhadap siswa kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang.

### **2. Sumber Data**

Sumber data dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV SDN Padasuka II dan guru kelas IV, serta seluruh komponen SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang.

## **G. Tehnik Pengolahan dan Analisis Data**

### **1. Teknik Pengolahan Data**

Data penelitian yang dikaji yaitu data pelaksanaan tindakan dan data hasil belajar siswa. Pertama, data pelaksanaan tindakan berupa deskripsi pelaksanaan proses pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui permainan berpasangan. Data pelaksanaan tindakan diperlukan untuk memonitor tahap-tahap pelaksanaan tindakan dengan cara observasi dan wawancara, dengan instrumen berbentuk pedoman wawancara, dengan instrumen berbentuk pedoman observasi, pedoman wawancara dan catatan lapangan.

Kedua, data hasil belajar siswa berupa evaluasi hasil belajar dan sikap siswa selama proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru. Data hasil tindakan ini diperlukan untuk mengetahui seberapa jauh efektivitas pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui permainan berpasangan.

Teknik pengolahan data yaitu dengan menggunakan pendekatan kualitatif berupa uraian/ pembahasan. Hal ini dikarenakan bahwa dalam metode penelitian tindakan peneliti mencermati betul-betul proses selama proses dan setelah

tindakan dilaksanakan, sehingga diperoleh informasi yang akurat tentang dampak perlakuan yang dibuat.

Teknik pengolahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengumpulan data yang diperoleh dari berbagai instrumen penelitian sesuai dengan jenis dan sumbernya.

## 2. Pengolahan Data Hasil

Pengolahan data hasil dilakukan untuk mengetahui kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar renang gaya bebas dalam pembelajaran renang. Ada dua macam pengolahan data diantaranya data kualitatif yaitu data yang diperoleh berupa data-data hasil observasi lapangan yang berupa penggambaran atau deskriptif. Data tersebut dapat digunakan untuk mengolah data pada penelitian ini. Yang selanjutnya data kuantitatif yaitu data-data yang berupa angka-angka dan cara pengolahannya menggunakan rumus-rumus tertentu.

Dalam tes praktek diperoleh lembar evaluasi tes hasil belajar siswa dalam melakukan renang gaya bebas. Penilaiannya dilakukan kepada siswa dengan cara melakukan renang gaya bebas yang sesuai dengan prosedur penilaian atau deskriptor penilaian, nilai yang diambil yaitu jumlah nilai yang sesuai dengan kemampuan siswa yang ada pada aspek penilaian dalam tabel. Skor ideal yaitu 24. Penentuan kriteria ketuntasan yakni berdasarkan kriteria penetapan nilai sebagai berikut:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor ideal}} \times 100\%$$

Nilai KKM: 70

Adapun aspek yang dinilai adalah sebagai berikut :

### A. Posisi Tubuh

1. Posisi tubuh sejajar dengan permukaan air.
2. Tangan dilurus ke depan dan jari-jari tangan dirapatkan.
3. Tungkai lurus ke belakang dan di rapatkan.
4. Pandangan ke bawah kolam sesekali melihat ke arah depan.

### B. Gerakan Meluncur

1. Berdiri rapat pada dinding kolam, kedua tangan/lengan menjepit kepala, dikaitkan.

2. Salah satu tungkai ditekuk dengan telapak kaki pada dinding kolam, menghirup udara, badan dibongkokkan ke air.
3. Tungkai yang kedua segera ditekuk dan diletakkan di samping tungkai yang pertama yang sudah ada di dinding kolam. Kedua tungkai secara bersamaan menolak dinding kolam untuk membuat luncuran.
4. Pada saat meluncur ke depan, kedua lengan lurus dan tetap menjepit kepala diantara kedua telinga serta kedua tungkai lurus ke belakang.

#### C. Gerakan Tungkai

1. Irama gerakan kaki yang terdiri dari naik turun mengarah lurus, naik turun dengan 6, 4, 2, 2 pukulan kaki dengan kedalaman kaki di bawah permukaan air ketika naik turun dari atas permukaan air berkisar 25-30 cm.
2. Fase istirahat (disaat lutut membengkok, membentuk sudut untuk memukul dan melecut) mempunyai sudut berkisar antara  $30^{\circ} - 40^{\circ}$ .
3. Kedalaman paha ketika melakukan gerakan ke bawah atau saat memukul dan melecut adalah 25-30 cm dari permukaan air.
4. Kedalaman tungkai kaki bagian bawah/telapak kaki dari permukaan air ketika melakukan pukulan dan lecutan sekitar 30-35 cm.

#### D. Gerakan Lengan

1. Fase masuk permukaan air (Entry Fase). Tangan masuk ke permukaan air dengan ujung jari, dengan posisi telapak tangan menghadap ke bawah (telungkup). Masuk permukaan air dengan ibu jari terlebih dahulu, sudut kemiringan yang dibentuk antara telapak tangan dengan permukaan air berkisar 30-40 derajat. Usaha masuknya tangan ke permukaan air, sejauh mungkin dapat terjangkau.
2. Fase Menarik (Pull Fase). Menarik jari hingga jari tangan berada pada posisi agak jauh dari garis pusat,
3. Lengan kanan mendayung air, lalu lengan kiri keluar dari air dengan siku ditekuk (siku berada di puncak sudut tekukan).
4. Lengan kanan mendayung makin ke belakang, sedangkan lengan kiri sesudah melampaui posisi vertikal, dengan kedudukan siku yang tertinggi, lengan bawah diayun ke depan.

#### E. Gerakan Pernafasan

1. Lengan kanan didayungkan ke belakang, sampai di belakang pantat.
2. Kepala menengok ke arah kanan sambil membuka mulut dan menghirup udara.
3. Lengan kiri bergerak di atas air menuju ke arah depan pada saat yang sama dengan kegiatan lengan kanan dan menghirup udara.
4. Lengan kiri mendayung ke belakang, lalu lengan kanan bergerak ke arah depan, kepala kembali menghadap ke dasar kolam sambil menghembuskan udara melalui hidung dan mulut.

#### F. Koordinasi

1. Melakukan posisi tubuh dan meluncur.
2. Melakukan gerakan lecutan kaki/tungkai.
3. Melakukan gerakan ayunan tangan/lengan.
4. Melakukan koordinasi lengan, tungkai dan pernafasan.

#### Kriteria Penskoran

1. Skor 1 jika satu indikator Nampak
2. Skor 2 jika dua indikator Nampak
3. Skor 3 jika tiga indikator Nampak
4. Skor 4 jika empat indikator Nampak

#### Kriteria Penilaian

1. Jika nilai siswa  $\geq 70$  maka dikatakan tuntas
2. Jika nilai siswa  $\leq 70$  maka dikatakan belum tuntas

### 3. Analisis Data

Dalam penelitian tindakan kelas, analisis data dilakukan sejak awal penelitian, pada setiap aspek kegiatan penelitian. Penelitian juga dapat langsung menganalisis apa yang diamati, situasi dan suasana kelas/lapangan, hubungan guru dengan anak didik, dan anak didik dengan teman yang lainnya.

Analisis data dilakukan melalui tiga tahap yaitu:

- a. Reduksi data adalah proses penyederhanaan yang dilakukan melalui seleksi, pemfokusan dan pengabstraksian data mentah menjadi informasi yang bermakna.
- b. Paparan data adalah proses penampilan data secara lebih sederhana dalam bentuk paparan naratif, representasi gerak dan sebagainya.
- c. Penyimpulan adalah proses pengambilan intisari dari sajian data yang telah diorganisasikan dalam bentuk penyeteraan kalimat atau formula yang singkat dan padat tetapi mengandung arti luas.

#### **H. Validasi Data**

Pengolahan data hasil diperlukan dalam suatu penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas, maka pengukuran validitas dan reliabilitas tidak menggunakan perhitungan statistik.

Teknik pengolahan data hasil yang digunakan dalam penelitian ini adalah: *member chek, triangulasi, expert opinion, audit trail.*

##### *a. Member Chek*

*Member Chek* yaitu memeriksa kembali keterangan-keterangan atau informasi yang diperoleh selama observasi atau wawancara terhadap aktivitas siswa dan kinerja guru dengan cara mengkonfirmasi dengan siswa dan guru melalui diskusi pada akhir tindakan. Data-data hasil observasi diperiksa kembali kebenarannya melalui diskusi dengan siswa dan guru pada akhir tindakan, sehingga data atau informasi akan tetap sifatnya dan tidak berubah. Dengan demikian data akan diperiksa kebenarannya.

Kegiatan member cek ini peneliti mengemukakan hasil temuan sementara untuk memperoleh tanggapan, sanggahan, atau informasi baik dari guru maupun siswa, sehingga terjaring data yang benar dan memiliki derajat validitas yang tinggi.

##### *b. Triangulasi*

Yakni memeriksa kebenaran data yang diperoleh peneliti dengan membandingkan terhadap hasil yang diperoleh mitra peneliti secara kolaboratif. Hal ini sesuai dengan yang diutarakan oleh Hopkins (Wiriaatmaja, 2005),

”triangulasi adalah salah satu teknik validasi dengan cara memeriksa kebenaran hipotesis, konstruk, serta hasil analisis yang disimpulkan peneliti dengan membandingkan dengan hasil orang lain yang menyaksikan stuasi yang sama”.

Hasil dari observasi dan wawancara terhadap aktivitas siswa dan kinerja guru dibandingkan dengan hasil orang lain, misalnya mitra peneliti lain yang hadir menyaksikan proses pembelajaran. Triangulasi dapat dilakukan berdasarkan tiga sudut pandang yaitu siswa, guru dan mitra peneliti. Jadi, sudut pandang siswa, guru dan mitra peneliti yang hadir menyaksikan proses pembelajaran dibandingkan secara kolaboratif sehingga menghasilkan data yang pasti.

#### c. *Expert Opinion*

Dilakukan dengan cara mengkonsultasikan hasil temuan peneliti kepada para ahli. Dalam kegiatan *expert opinion* ini, peneliti mengkonsultasikan temuan kepada pembimbing sehingga data temuan dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya dan untuk mengetahui langkah selanjutnya yang harus dilakukan.

#### d. *Audit Trail*

Yakni mengecek kebenaran prosedur dan metode pengumpul data dengan cara mendiskusikan dengan pembimbing dan teman-teman mahasiswa. Memeriksa kesalahan-kesalahan di dalam metode atau prosedur yang dipakai peneliti dan di dalam pengambilan kesimpulan. *Audit trail* juga memeriksa catatan-catatan yang ditulis oleh peneliti atau pengamat mitra penelitian lainnya. Kegiatan tersebut harus tetap mempertahankan sikap terbuka dan kejujuran, tentang :

- 1) Data awal (hasil obsevasi) gerak dasar renang gaya bebas melalui permainan berpasangan.
- 2) Data akhir hasil observasi nilai aktifitas siswa, dan nilai akhir belajar siswa pada setiap siklus dalam pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui permainan berpasangan.
- 3) Membandingkan dan mendiskusikan serta menganalisis data tersebut.