

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di SDN Pamulihan Desa Wanakerta Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang.

2. Waktu Penelitian

Lama penelitian adalah selama 5 (lima) bulan, yaitu mulai dari bulan Januari 2013 sampai dengan bulan Mei 2013. Karena pada metode penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk memperbaiki perencanaan pembelajaran, proses pembelajaran dan hasil belajar. Oleh karena itu metode penelitian tindakan kelas dilakukan dalam beberapa siklus hingga permasalahan dapat teratasi. Untuk itu penelitian harus dilakukan dengan jangka waktu yang cukup lama untuk mendapatkan hasil yang baik.

B. Subjek Penelitian

Subjek peneliti adalah siswa kelas V SDN Pamulihan Desa Wanakerta Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang tahun ajaran 2012/2013 yang berjumlah 29 siswa yang terdiri dari 17 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan.

1. Letak Geografis

SDN Pamulihan terletak di Desa Wanakerta Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang. SDN Pamulihan dibangun pada tahun 1960.

2. Keadaan Guru

SDN Pamulihan mempunyai tenaga pengajar atau staf dewan guru sebanyak 14 orang, yang terdiri dari Pegawai Negeri Sipil sebanyak 10 orang dan Sukwan sebanyak 4 orang, dan terdapat penjaga sekolah 1 orang.

3. Keadaan Siswa

Sekolah Dasar Negeri Pamulihan memiliki siswa dengan jumlah 170 siswa.

C. Metode dan Desain Penelitian

1. Metode Penelitian

Penelitian adalah kegiatan mencermati suatu objek, menggunakan aturan metodologi tertentu untuk memperoleh data atau informasi yang bermanfaat untuk meningkatkan mutu suatu hal, yang menarik minat dan penting bagi peneliti.

Tindakan adalah suatu gerak kegiatan yang sengaja dilakukan dengan tujuan tertentu, yang dalam penelitian berbentuk rangkaian siklus kegiatan.

Kelas/ruangan adalah sekelompok siswa yang dalam waktu yang sama menerima pelajaran yang sama dari seorang guru.

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

Penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang mengkombinasikan prosedur penelitian dengan substantif, suatu tindakan yang dilakukan dalam disiplin inkuiri, atau suatu usaha seseorang untuk memahami apa yang sedang terjadi, sambil terlibat dalam sebuah proses perbaikan dan perubahan. Hopkins, (Karlina, 2011: 27).

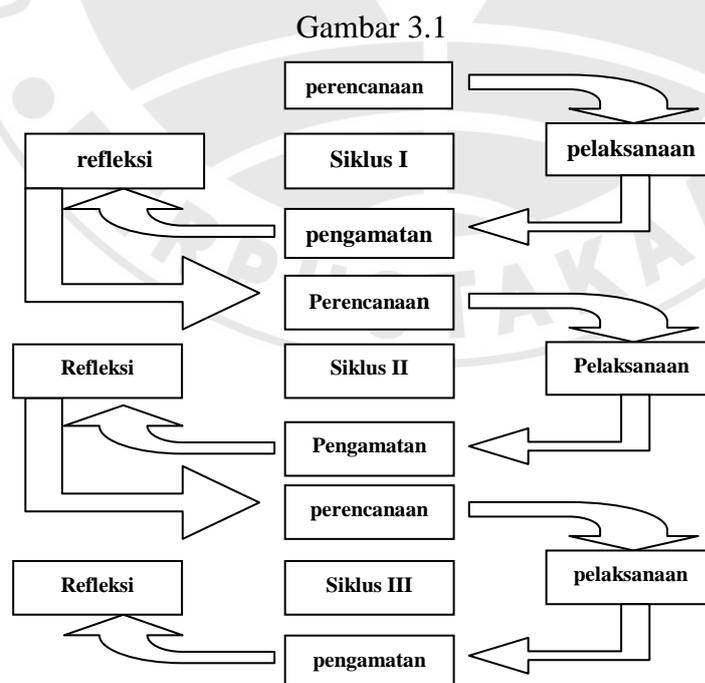
Sedangkan menurut Kemmis, (Karlina, 2011: 12) menjelaskan bahwa penelitian tindakan adalah sebuah bentuk inkuiri reflektif yang dilaksanakan secara kemitraan mengenai situasi sosial tertentu (termasuk pendidikan) untuk meningkatkan rasionalitas dan keadilan dari a) Kegiatan praktek sosial atau pendidikan mereka. b) Pemahaman mereka mengenai kegiatan-kegiatan praktek pendidikan ini, dan c) Situasi yang memungkinkan terlaksananya kegiatan praktek ini.

Tujuan penelitian tindakan kelas (PTK) adalah untuk meningkatkan kualitas dan perbaikan proses pembelajaran yang seharusnya dilakukan guru sebagai tenaga profesional. Atau meningkatkan mutu proses dan hasil pembelajaran, mengatasi masalah pembelajaran, meningkatkan profesionalisme dan menumbuhkan budaya akademik.

Sedangkan manfaat penelitian tindakan kelas adalah akan meningkatkan inovasi dalam menyampaikan pembelajaran sehingga pembelajaran lebih bervariasi, mampu mengembangkan kurikulum, dan akan meningkatkan profesionalisme guru yang akhirnya membuat lebih terbuka (apalagi bila dilaksanakan secara kolaboratif). Tahapan-tahapan yang dipergunakan dalam penelitian tindakan kelas ini dimulai dari pencarian masalah, melakukan orientasi, merencanakan tindakan perbaikan, merencanakan tindakan, observasi dan interpretasi, analisis dan refleksi, dan selanjutnya merencanakan kembali tindakan siklus 2 dan seterusnya.

2. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini penulis membagi proses penelitian dalam empat tahapan yaitu: Perencanaan (*planning*), Pelaksanaan tindakan (*action*), Observasi (*observation*), Refleksi (*reflektion*), dalam setiap siklusnya. Prosedur penelitian yang akan digunakan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah berbentuk siklus desain Kemmis and Mc. Taggart. Pada hakekatnya siklus ini berupa perangkat-perangkat atau untaian-untaian dengan satu perangkat terdiri dari empat komponen, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi.



Gambar 1. Siklus Kemmis dan Taggart, (Rukmana: 2010)

Dari gambar di atas, terlihat jelas daur ulang aktivitas dalam penelitian tindakan kelas ini diawali dengan perencanaan (*planing*), penerapan tindakan (*action*), mengobservasi dan mengevaluasi proses dan hasil tindakan (*observation* dan *evaluation*), melakukan refleksi (*reflection*), dan seterusnya sampai perbaikan atau peningkatan yang diharapkan tercapai.

D. Prosedur Penelitian

1. Tahap Perencanaan

Prosedur penelitian tindakan kelas ini terdiri dari beberapa siklus. Dalam setiap siklusnya dilaksanakan sesuai dengan target yang ingin dicapai oleh peneliti, sesuai dengan masalah yang didapat peneliti pada saat melakukan observasi dilapangan. Dalam tahap menyusun rancangan ini peneliti menemukan titik atau fokus peristiwa yang perlu mendapatkan perhatian khusus untuk diamati, kemudian membuat sebuah instrumen.

Dan peneliti mengambil langkah-langkah kegiatan dalam tahap perencanaan sebagai berikut :

1. Membuat perencanaan pembelajaran kebugaran jasmani melalui permainan mendayung
2. Membuat lembar observasi yang bertujuan untuk mengamati kondisi belajar mengajar saat permainan mendayung dilaksanakan oleh peserta didik.
3. Membuat instrumen yang bertujuan untuk mengumpulkan data yang didapat dilapangan.
4. Membuat alat untuk evaluasi yang sesuai untuk mengetahui dampak penerapan permainan mendayung terhadap pembelajaran kebugaran jasmani yang berfokus kepada kekuatan otot tungkai.

2. Tahap Pelaksanaan/Tindakan

Tahapan yang kedua adalah tahap pelaksanaan tindakan (*action*). Pada tahap ini dari penelitian tindakan adalah pelaksanaan yang merupakan implementasi atau penerapan rancangan atau perencanaan yang sudah disiapkan, yaitu mengenalkan pembelajaran dikelas. Hal yang perlu dalam tahap ini bahwa guru

harus ingat dan berusaha melaksanakan apa yang sudah dirumuskan dalam rancangan dan harus pula berlaku wajar dan tidak dibuat-buat. Dalam refleksi, keterkaitan perencanaan dengan pelaksanaan harus diperhatikan dengan/ secara seksama.

Pada tahap ini, kegiatan yang dilaksanakan adalah melaksanakan rancangan/perencanaan yang telah dibuat sedemikian rupa untuk pembelajaran kebugaran jasmani yang berfokus pada kekuatan otot tungkai melalui permainan mendayung untuk meningkatkan kekuatan otot tungkai. Dan apabila pada pelaksanaan siklus pertama tujuan pembelajaran belum tercapai atau hasilnya kurang memuaskan maka dilanjutkan ke siklus kedua untuk memperbaiki pembelajaran yang sebelumnya dilaksanakan di siklus satu dan apabila pada siklus dua target yang ingin dicapai masih belum optimal maka kembali diperbaiki di siklus selanjutnya sampai target tercapai dengan baik.

Adapun penerapan tindakan terhadap pelaksanaan pembelajaran kebugaran jasmani khususnya kekuatan otot tungkai melalui permainan mendayung untuk meningkatkan kekuatan otot tungkai sebagai berikut :

a. kegiatan awal (+10 menit)

- 1) Siswa dibariskan 3 bersap
- 2) Mengecek kehadiran siswa
- 3) Menegur siswa yang tidak berpakaian olahraga dan memeriksa kebersihan kuku siswa
- 4) Guru menjelaskan permainan mendayung
- 5) Melakukan gerakan pemanasan yang mengacu pada pembelajaran yang akan diberikan pada pembelajaran.

Melakukan streacing:

- 1) Gerakan merenggutkan kepala ke atas dan kebawah dengan
- 2) Gerakan menengokkan kepala ke kiri dan ke kanan
- 3) Gerakan memutar kepala secara pelan-pelan dengan 1x8 hitungan
- 4) Gerakan tangan dilipat didepan dada dan kemudian dibuka kesamping
- 5) Gerakan tangan membentuk huruf S dengan posisi tangan di belakan
- 6) Gerakan kaki dilipat di depan

- 7) Gerakan kaki dilipat di belakang
 - 8) Gerakan memutar bagian pergelangan kaki ke arah kiri dan kanan
 - 9) Gerakan kombinasi
- b. Kegiatan Inti (± 50 menit)
- 1) Pertama-tama guru membagi siswa menjadi 5 kelompok dan setiap kelompok diberikan tongkat yang bertujuan menjadi gambaran perahu yang dinaiki.
 - 2) Cara bermain permainan mendayung adalah setiap kelompok menyimpan tongkat yang sudah dimiliki oleh setiap kelompok diselangkangan antara kedua paha/ditengah-tengan paha dan dipegang oleh tangan kiri oleh semua anggota kelompok dengan posisi kaki setengah jongkok, kemudian 2 (dua) kelompok berdiri di garis awal (*start*) untuk bersiap-siap melakukan permainan dengan posisi setengah jongkok kemudian ketika ada komando mulai berupa tiupan peluit setiap kelompok harus berjalan mengikuti lintasan yang telah disiapkan sampai mencapai garis akhir (*finish*), dan kelompok yang terlebih dahulu melewati garis akhir sampai semua bagian tongkat melewati garis maka dikatakan kelompok tersebut menjadi pemenang, permainan dilakukan dalam beberapa kali dengan berbagai variasi.
 - 3) Permainan dilakukan sampai waktu pelajaran habis dan semua kelompok mendapat giliran melakukan permainan mendayung.
- c. Kegiatan akhir (± 10 menit)
- 1) Siswa dikumpulkan kembali mendekati guru dengan kaki dilunjurkan
 - 2) Guru menanyakan tentang jalannya pembelajaran kepada siswa
 - 3) Siswa menyimak evaluasi dari guru dan melakukan tanya jawab
 - 4) Guru memimpin siswa melakukan pendinginan dengan optimal
 - 5) Setelah selesai kegiatan guru memimpin do'a , kemudian siswa dibubarkan untuk mengganti pakaian dan istirahat.

3. Tahap Observasi

Tahap ketiga adalah pengamatan atau (*observation*). Pada tahap ini, yaitu pengamatan yang dilakukan oleh peneliti (*observer*). Pengamatan tidak dapat dipisahkan dengan pelaksanaan tindakan, pengamatan dilakukan pada waktu tindakan dilaksanakan atau berlangsung.

Observasi dilakukan untuk mengetahui aktivitas siswa selama pembelajaran kebugaran jasmani khususnya kekuatan otot tungkai berjalan melalui permainan mendayung, serta untuk mengumpulkan data dan membuat catatan lapangan mengenai hal-hal yang terjadi selama proses pembelajaran berjalan dari awal sampai akhir.

Pengamatan dilaksanakan bersama 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 pembelajaran berlangsung.

4. Tahap Analisis dan Reflektif

Tahap keempat adalah refleksi (*reflektion*). Tahap ini merupakan kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang pada saat pembelajaran dilaksanakan. Kegiatan ini sangat tepat dilakukan pada saat guru sudah selesai melakukan tindakan, kemudian berhadapan dengan dengan peneliti untuk mendiskusikan implementasi kekurangan dan kelebihan pembelajaran yang telah dilaksanakan sebelumnya dan merencanakan kembali tindakan selanjutnya yang akan dilakukan.

Dan peneliti membuat langkah-langkah kegiatan refleksi sebagai berikut:

- a) Mengecek data-data yang telah diperoleh selama melakukan penelitian
- b) Mendiskusikan hasil yang didapat dari hasil pengamatan dengan pihak-pihak terkait pada saat pelaksanaan.
- c) Membuat rencana kembali yang akan dilakukan pada siklus selanjutnya untuk mengetahui hal-hal yang perlu diperbaiki pada siklus yang akan dilakukan selanjutnya.

Dan dalam kegiatan refleksi ini, para pelaku (peneliti, guru, dan kepala sekolah) yang terlibat dalam penelitian tindakan mempunyai banyak kesempatan untuk meningkatkan kekuatan otot tungkai dalam mengikuti pembelajaran kebugaran jasmani. Dengan melihat hasil analisa yang dilaksanakan dapat digunakan sebagai acuan untuk membuat perencanaan pada siklus selanjutnya.

E. Instrumen Penelitian

1. Lembar Observasi

Observasi dilaksanakan untuk mengamati kinerja guru dan aktivitas siswa kelas V SDN Pamulihan dalam pembelajaran Penjas mengenai latihan kekuatan otot tungkai. Dengan adanya observasi ini, maka akan dapat diketahui pencapaian kinerja guru dan aktivitas siswa dalam pembelajaran berdasarkan kriteria keberhasilan yang telah ditentukan. Observasi yang dilakukan adalah observasi terstruktur yaitu dengan menggunakan indikator-indikator pada format observasi yang telah disepakati.

Menurut Suherman (2012: 79). Observasi merupakan pengamatan langsung dengan menggunakan penglihatan, penciuman, pendengaran, perabaan, atau kalau perlu dengan pengecapan.

2. Lembar Wawancara (*Interview*)

Wawancara dilakukan untuk menggali informasi yang belum didapatkan dari instrumen lainnya. Sebelum melakukan wawancara, terlebih dahulu dibuat kisi-kisi wawancara agar wawancara berlangsung secara terarah. Oleh karena itu, metode wawancara yang dilakukan adalah wawancara terstruktur yaitu wawancara yang sudah dipersiapkan terlebih dahulu pedoman wawancaranya. Pedoman itu dibuat sebelum wawancara dilakukan. Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan kepada guru dan siswa. Oleh karena itu, dibuat dua pedoman wawancara, yaitu pedoman wawancara untuk guru dan untuk siswa.

Menurut Suherman (2012: 79). Wawancara (*Interview*) adalah suatu dialog yang dilakukan oleh pewawancara (*interviewer*) untuk memperoleh informasi dari terwawancara (*interviewee*) dinamakan *interview*.

3. Catatan Lapangan

Catatan lapangan merupakan salah satu instrumen penelitian yang digunakan untuk mengetahui kejadian-kejadian khusus dan menonjol dalam pelaksanaan pembelajaran. Data yang diperoleh dari catatan lapangan digunakan untuk menunjang dan memperkuat data yang telah diperoleh dari instrumen-instrumen lainnya. Catatan lapangan dilakukan dari mulai awal hingga akhir

pembelajaran, yang meliputi kegiatan awal pembelajaran, kegiatan inti pembelajaran, kegiatan akhir pembelajaran dan proses evaluasi pembelajaran.

4. Format Tes

Format tes adalah format untuk mencatat atau untuk mengumpulkan semua data siswa yang telah melakukan praktek kekuatan otot tungkai untuk mendapatkan informasi tentang data siswa mulai dari kemampuan awal siswa hingga proses peningkatan kemampuan siswa dari mulai awal pembelajaran hingga akhir pembelajaran

Menurut Suherman (2012: 78). Tes dapat berupa serentetan pertanyaan, lembar kerja, atau sejenisnya yang dapat digunakan untuk mengukur pengetahuan, keterampilan, bakat, dan kemampuan dari subjek penelitian.

karena dengan adanya format tes yang berisikan data seluruh siswa peneliti akan lebih mudah menentukan tindak lanjut yang harus dilakukan pada tindakan selanjutnya dalam membuat perencanaan.

F. Teknik 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 kebugaran jasmani khususnya otot tungkai melalui permainan mendayung. 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.

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 kebugaran jasmani khususnya kekuatan otot tungkai melalui permainan mendayung.

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.

2. 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 menurut Nasution, (Suparno,2005: 61) mengemukakan bahwa .

Melakukan analisis adalah pekerjaan yang sulit, memerlukan kerja keras, analisis memerlukan daya kreatif, serta kemampuan intelektual yang tinggi. Tidak ada cara tertentu yang dapat diikuti untuk mengadakan analisis, sehingga setiap peneliti harus mencari sendiri metode yang dirasakan cocok dengan sifat penelitiannya. Bahan yang sama bias diklasifikasikan lain oleh peneliti yang berbeda.

Lebih lanjut analisis data Patton dan Moleong, (Suparno,2005: 61) mengemukakan bahwa .

Proses mengatur urutan data, mengorganisasikannya kedalam suatu pola, kategori, dan satuan uraian dasar, ia membedakannya dengan penapsiran yaitu memberikan arti yang signifikan terhadap hasil analisis, menjelaskan

Hal ini berarti analisis data yang dilakukan mulai sejak awal kegiatan dimulai dari kegiatan orientasi kegiatan lapangan hingga pelaksanaan dan kemudian semua data diolah menjadi hasil belajar siswa.

G. Validasi Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa cara validasi data yang diambil dari sejumlah cara validasi data menurut Syamsuddin A. R.dan Damaianti (2006: 242-243).Dibawah ini dijelaskan cara-cara yang dilakukan peneliti dalam proses validasi data.

1. *Member check*, yaitu memeriksa kembali data-data yang telah diperoleh melalui berbagai instrumen yang digunakan. Dengan cara ini peneliti juga memeriksa apakah data yang diperoleh sudah lengkap atau belum. Proses ini

dilakukan dengan bantuan observer untuk mengatasi kemungkinan adanya data yang belum dimengerti.

2. *Triangulasi*, yaitu membandingkan data-data yang diperoleh dari tiga sudut pandang, yaitu guru, siswa dan observer. Proses ini juga dilakukan dengan membandingkan data-data yang diperoleh dari berbagai instrumen yang digunakan agar data yang diperoleh benar-benar dapat dipertanggungjawabkan.
3. *Expert Opinion*, yaitu meminta pendapat kepada pembimbing dan mitra peneliti mengenai penelitian yang dilakukan. *Expert Opinion* dilakukan sejak awal hingga akhir penelitian. Perbaikan, modifikasi atau perubahan yang dilakukan berdasarkan opini para ahli akan memberikan validasi pada penelitian dan meningkatkan derajat kepercayaan.

