

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Metode Penelitian**

Sebuah cara yang dilakukan dalam upaya memecahkan masalah-masalah dalam penelitian dinamakan metode penelitian. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas. Dengan penelitian tindakan kelas ini peneliti dapat meneliti praktik pembelajaran yang dilakukan terhadap siswa dilihat dari aspek interaksinya dalam proses pembelajaran. Selain itu, dengan melakukan penelitian tindakan kelas ini, peneliti dapat memperbaiki praktik pembelajaran yang dilakukan menjadi lebih berkualitas dan efektif. Menurut Asrori (2008:6) penelitian tindakan kelas adalah:

Suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif dengan melakukan tindakan-tindakan tertentu untuk memperbaiki dan meningkatkan praktik pembelajaran di kelas secara lebih berkualitas sehingga siswa dapat memperoleh hasil belajar yang lebih baik.

Selanjutnya mengenai penelitian tindakan kelas ini Kemmis (1983) dalam Wiraatmaja (2005:12) menjelaskan bahwa:

Penelitian tindakan kelas adalah sebuah bentuk inkuiri reflektif yang dilakukan secara kemitraan mengenai situasi sosial tertentu (termasuk pendidikan) untuk meningkatkan rasionalitas dan keadilan dari a) Kegiatan praktik sosial atau pendidikan mereka b) Pemahaman mereka mengenai kegiatan-kegiatan praktek pendidikan ini, dan c) Situasi yang memungkinkan terlaksananya kegiatan praktek ini.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan kelas adalah suatu bentuk penelitian yang dilakukan untuk memperbaiki dan

meningkatkan pembelajaran secara lebih berkualitas dan memperoleh hasil belajar yang lebih baik dengan melalui tahapan penyusunan rencana, tindakan, observasi dan refleksi.

## **B. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Untuk memecahkan suatu masalah penelitian perlu adanya data atau informasi dari objek penelitian yang akan diteliti, dalam mendukung ketercapainya suatu tujuan penelitian yang penulis lakukan. Peran populasi dalam suatu penelitian sangat diperlukan untuk mendapatkan data dan informasi yang akan diteliti berdasarkan permasalahan dalam penelitian. Arikunto (2006:130) menjelaskan bahwa yang dimaksud populasi adalah: "keseluruhan subjek penelitian". Selanjutnya Putraman (1990:5) mengemukakan bahwa "Populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian kita dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang kita temukan."

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa populasi adalah sekumpulan objek yang memiliki karakteristik tertentu. Adapun yang dijadikan populasi dalam penelitian ini adalah siswa MA YPI Baiturrahman Leles Garut. Tahun ajaran 2010/2011

### **2. Sampel**

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Menurut Sugyono (2005:91) sampel adalah "Bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut." Dari pengertian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa sampel adalah wakil dari dari populasi yang diambil datanya dan kemudian

data tersebut diolah dan diteliti. Yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah siswa MA YPI Baiturrahman kelas XI. Jumlah sampel yang diambil oleh penulis sebanyak 30 orang dengan siswa laki-laki sebanyak 12 orang dan perempuan sebanyak 18 orang.

### **C. Setting penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di MA YPI Baiturrahman Leles Garut kelas XI tahun ajaran 2010/2011. Kegiatan dalam penelitian ini adalah menerapkan model pendekatan bermain yang dilakukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar terutama pembelajaran pendidikan jasmani.

Dalam penelitian ini direncanakan 2 siklus tindakan yang masing-masing terdiri dari 3 tindakan

### **D. Rencana Tindakan Penelitian**

Penelitian tindakan kelas merupakan penelitian yang dilakukan karena ada kepedulian terhadap keadaan yang perlu ditingkatkan, yang dalam penelitian ini sasarannya adalah peningkatan kebugaran jasmani siswa. Untuk memperoleh data yang diperlukan, maka peneliti perlu hadir dalam kegiatan yang dilakukan subjek penelitian. Dengan hadir maka peneliti dapat melihat, meneliti, dan mencari cara atau upaya untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

## 1. Perencanaan

Bentuk kegiatan yang dilakukan dalam perencanaan adalah:

- a. Peneliti sebelumnya melakukan pra observasi terhadap sample, yang mana pelaksanaannya telah dilakukan sejak penulis mengajukan proposal untuk pelaksanaan penelitian.
- b. Peneliti membuat lembar observasi, yaitu:
  - Sebuah catatan atau kertas kosong yang tujuannya untuk melihat dan mengamati bagaimana kondisi dan belajar siswa ketika dilapangan.
  - Jurnal harian yaitu salah satu alat atau instrument yang digunakan untuk mengumpulkan data, dimana peneliti mencatat segala aspek pembelajaran baik dari awal pembelajaran maupun diakhir pembelajaran.
- c. Menyusun daftar rencana upaya-upaya yang hendak dilaksanakan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

## 2. Pelaksanaan Tindakan

Peneliti dalam pelaksanaan penelitian ini adalah sebagai guru yang terlibat dalam penelitian tindakan. Langkah-langkah peneliti dalam pelaksanaan tindakan adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti melaksanakan model pendekatan bermain yang telah disusun untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.
- b. Peneliti langsung melakukan pengamatan terhadap pelaksanaan tindakan secara sadar, kritis, sistematis, dan objektif dengan menggunakan

pemahaman mengenai upaya untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

### **3. Observasi**

Pada saat proses pembelajaran sedang berlangsung, peneliti memahami, mengamati, melihat, dan mendengar apa yang terjadi di lapangan. Selanjutnya langkah-langkah peneliti untuk mengumpulkan data, teknik observasi yang digunakan sebagai berikut:

- a. Observasi langsung yaitu observasi yang dilakukan dimana observaser langsung turun ke lapangan dan terlibat berada bersama objek penelitian.
- b. Observasi tidak langsung yaitu observasi atau pengamatan yang dilakukan tidak pada saat berlangsungnya suatu peristiwa yang akan diteliti. Misalnya berupa dokumentasi dan catatan lapangan.

### **4. Analisis dan Refleksi**

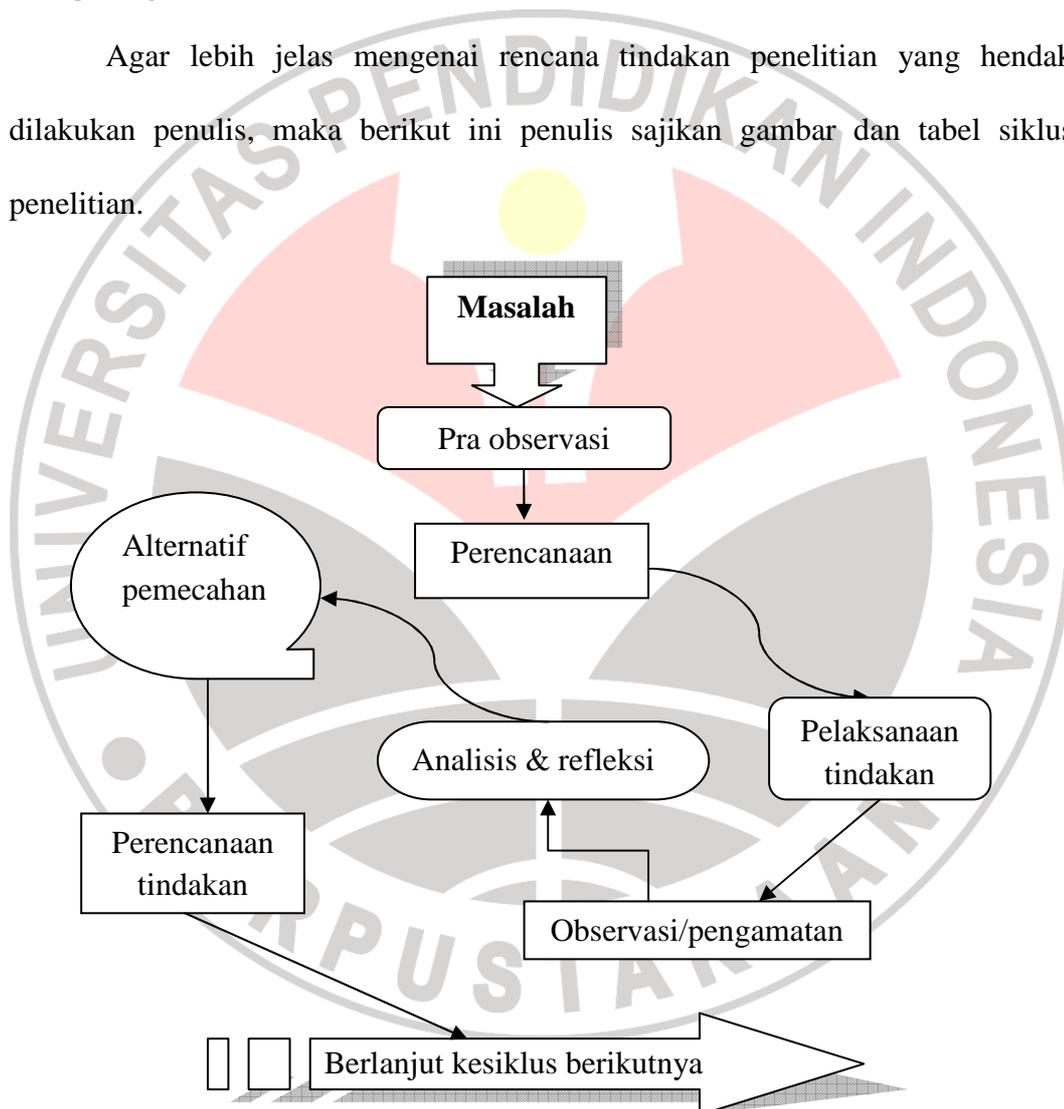
Dengan diberikannya upaya-upaya model pendekatan bermain untuk dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa maka peneliti dapat menganalisis dan merefleksikan diri dengan melihat data bahwa kegiatan penelitian yang dilakukan apakah dapat memberikan dampak yang positif terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Upaya-upaya yang disusun untuk dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa, dapat menjadi acuan penulis dalam upaya meningkatkan kebugaran jasmani dalam proses pembelajaran penjas. Siswa yang kebugaran jasmaninya kurang, diharapkan dengan adanya upaya penulis sebagai peneliti sekaligus pengajar menjadi lebih baik lagi dari sebelumnya.

## 5. Alternative pemecahan

Dari hasil pelaksanaan tindakan, peneliti berusaha untuk memecahkan permasalahan dari setiap upaya yang dilakukan dengan perbaikan dan pengulangan-pengulangan metode pendekatan bermain untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

Agar lebih jelas mengenai rencana tindakan penelitian yang hendak dilakukan penulis, maka berikut ini penulis sajikan gambar dan tabel siklus penelitian.



**Gambar 3.1**

**Siklus Penelitian**

Untuk lebih jelasnya, peneliti dalam hal ini menyajikan table siklus penelitian yang hendak dilaksanakan sebagai berikut:

**Tabel 3.1**

**Siklus Penelitian**

<b>Siklus I</b>	<b>Perencanaan</b> Identifikasi masalah dan penetapan alternative pemecahan masalah	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan observasi awal terhadap sample mengenai kebugaran jasmani siswa.</li> <li>Membuat lembar observasi</li> <li>Menyusun daftar rencana upaya-upaya yang hendak dilaksanakan serta model pendekatan bermain dalam pembelajaran penjas.</li> </ul>
	<b>Pelaksanaan Tindakan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Peneliti melaksanakan model pendekatan bermain</li> <li>Melakukan pengamatan terhadap pelaksanaan tindakan secara sadar, kritis, sistematis, dan objektif dengan menggunakan pemahaman mengenai upaya untuk meningkatkan kebugaran jasmani dalam pembelajaran penjas</li> </ul>
	<b>Alternative Pemecahan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Berusaha memecahkan permasalahan dari setiap upaya yang dilakukan dengan perbaikan dan pengulangan-pengulangan metode belajar yang telah disusun.</li> </ul>
	<b>Observasi/Pengamatan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Observasi langsung: peneliti langsung turun lapangan dan terlibat berada bersama objek penelitian.</li> <li>Observasi tidak langsung: pengamatan tidak pada saat berlangsungnya peristiwa: catatan lapangan</li> </ul>
	<b>Analisis dan Refleksi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan evaluasi tindakan yang telah dilakukan yang meliputi evaluasi, mutu, jumlah dan waktu dari setiap tindakan.</li> <li>Memperbaiki pelaksanaan tindakan sesuai hasil evaluasi untuk digunakan pada siklus berikutnya.</li> <li>Evaluasi tindakan I</li> </ul>
<b>Siklus II</b>	<b>Perencanaan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifikasi masalah dan penetapan alternatif pemecahan masalah</li> <li>Pengembangan program tindakan II</li> </ul>

	<b>Pelaksanaan tindakan</b>	• Pelaksanaan program tindakan II (model pendekatan bermain)
	<b>Observasi/Pengamatan</b>	• Pengumpulan data tindakan II
	<b>Analisis dan Refleksi</b>	• Evaluasi tindakan II
<b>Kesimpulan, saran dan rekomendasi</b>		

### E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik analisis dan kualitatif. Langkah-langkah dalam kegiatan analisis data, secara garis besar adalah sebagai berikut:

1. Meneliti seluruh data yang telah dikumpulkan. Penelitian dilakukan dengan cara menganalisis, mensistematis, memaknai, menerangkan dan menyimpulkan.
2. Mereduksi data yang didalamnya melibatkan kegiatan pengkategorian dan pengklasifikasian. Hasil yang diperoleh berupa peningkatan kebugaran jasmani siswa yang terlibat dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani yang menggunakan model pendekatan bermain.
3. Menyimpulkan.

### F. Data dan Teknik Pengambilannya

1. Sumber data: sumber data penelitian ini adalah siswa kelas XI MA YPI Baiturrahman Leles Garut
2. Jenis data: jenis data yang didapatkan adalah data kualitatif yang terdiri dari:
  - a. Upaya-upaya model pendekatan bermain dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.
  - b. Hasil observasi terhadap pelaksanaan pembelajaran.
  - c. Hasil tes kebugaran jasmani siswa.

- d. Jurnal harian.
  - e. Dokumentasi.
3. Cara pengambilan data:
- a. Data mengenai tingkat kebugaran jasmani siswa yang didapat dengan melakukan tes awal dan akhir serta observasi secara langsung.
  - b. Data mengenai situasi belajar mengajar pada saat dilaksankannya tindakan diambil dengan menggunakan lembar observasi.
  - c. Data tentang refleksi serta perubahan-perubahan yang terjadi di lapangan diambil dari jurnal harian.
  - d. Data mengenai keterkaitan antara perencanaan dan pelaksanaan didapat dari skenario model pendekatan bermain dalam pendidikan jasmani.
  - e. Data dokumentasi dilakukan pada proses belajar mengajar sedang berlangsung.