

III. METODOLOGI PENELITIAN

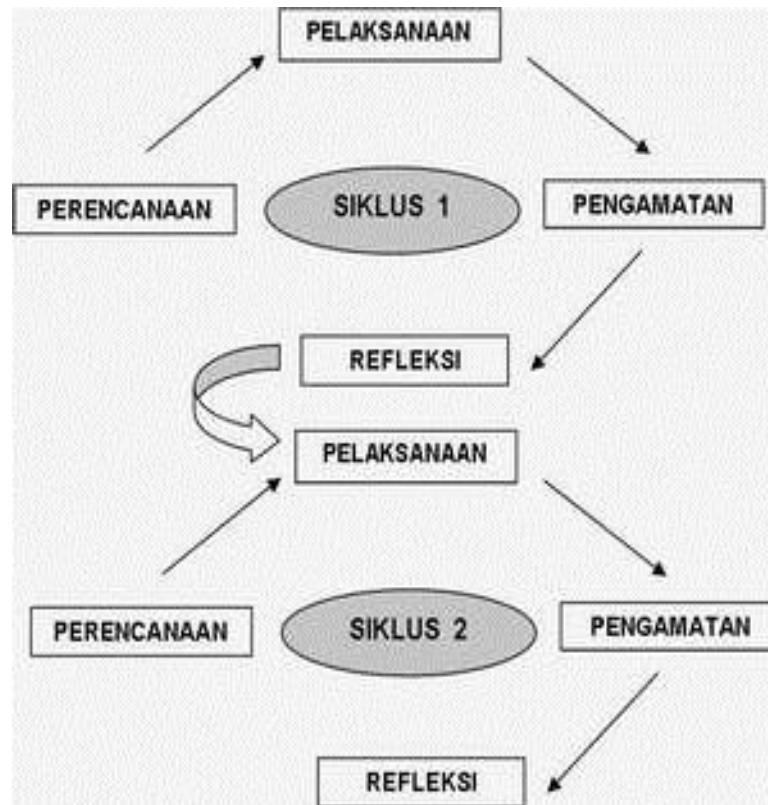
A. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Menurut Suhardjomo (2007: 58) Penelitian Tindakan Kelas adalah penelitian tindakan yang dilakukan dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran di kelasnya. Tujuan PTK adalah untuk perbaikan dan peningkatan profesional pendidik dalam menangani proses belajar mengajar, sehingga peserta didik dapat mencapai criteria ketuntasan materi ajar. Tujuan ini dapat dicapai dengan melakukan berbagai tindakan alternatif dalam menyelesaikan berbagai persoalan pembelajaran. Dalam PTK bukan hanya peneliti yang merasakan hasil tindakan tetapi bila perlakuan dilakukan pada responden maka responden dapat juga merasakan hasil perlakuan.

Daur ulang dalam penelitian tindakan kelas diawali dengan perencanaan tindakan (*planning*), penerapan tindakan (*action*), observasi dan mengevaluasi proses dan hasil tindakan, melakukan refleksi dan seterusnya sampai perbaikan atau peningkatan yang diharapkan tercapai (kriteria keberhasilan).

Berikut ini merupakan alur dan langkah kerja pada proses kegiatan penelitian :

- Ciri Penelitian Tindakan Kelas
 - a. Praktisi dan langsung relevan untuk situasi actual
 - b. Menyediakan kerangka kerja yang teratur untuk memecahkan masalah dan perkembangan-perkembangan yang lebih baik.
 - c. Dilakukan melalui putaran-putaran yang berspiral.
- Tujuan Penelitian Tindakan Kelas adalah sebagai berikut :
 - a. Tujuan pertama adalah : Agar guru dapat melakukan perbaikan dan peningkatan layanan profesional guru dalam menangani proses pembelajaran.
 - b. Tujuan kedua adalah : Agar guru dapat melakukan pengembangan keterampilan yang bertolak dari kebutuhan untuk menanggulangi berbagai persoalan actual yang dihadapinya terkait dengan pembelajaran.
 - c. Tujuan ketiga adalah : Agar guru dapat memperbaiki pembelajaran yang dikelolanya karena memang sasaran PTK adalah Perbaikan Pembelajaran.
 - d. Tujuan keempat adalah : Agar guru dapat lebih dipercaya diri dan PTK mampu membuat guru berkembang sebagai pekerja profesional.
 - e. Tujuan kelima adalah : Agar guru mampu melakukan analisis terhadap kinerjanya sendiri didalam kelas sehingga menemukan kekuatan dan kelemahan kemudian mengembangkan alternatif untuk mengatasi kelemahannya.
 - f. Tujuan keenam adalah : Agar guru dapat berperan aktif dalam mengembangkan pengetahuan dan keterampilan sendiri.



Gambar 8 : Riset Aksi Model John Elliot

B. Subjek Penelitian

Populasi menurut Suharsimi Arikunto (1998 :108) menjelaskan bahwa populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas X-1 SMA Negeri 1 Trimurjo.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Suharsimi Arikunto (1998 : 109), sedangkan menurut Sudjana (1996 :184) Sampel adalah sebagian dari populasi yang memiliki sifat dan karakter yang sama sehingga betul-betul dapat mewakili populasi. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X-1 SMA Negeri 1 Trimurjo yang berjumlah 32 anak yang terdiri dari 12 siswa laki-laki dan 20 siswa perempuan.

C. Setting Penelitian

a. Tempat penelitian

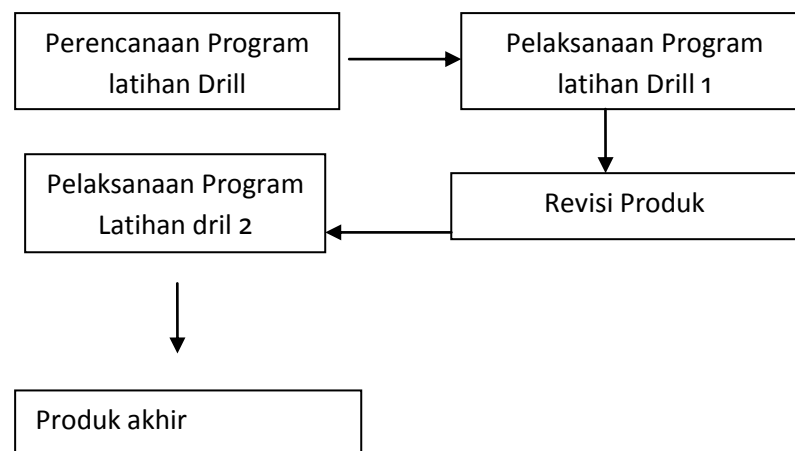
Nama sekolah : SMA Negeri 1 Trimurjo

b. Pelaksanaan penelitian

Lama penelitian yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah satu bulan dengan 3 siklus (selama bulan Januari-Februari 2013).

D. Rancangan Penelitian

Rancangan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan tiga siklus tindakan yang diawali dengan merencanakan program latihan drill, kemudian melaksanakan program latihan drill pada tahap I. setelah selesai melaksanakan program latihan drill dilakukan revisi produk atau memperbaiki tingkat kesalahan sebelum melaksanakan siklus tahap ke II dan ke III, yang proses dan pelaksanaannya sama dengan siklus tahap pertama. Berikut ini adalah siklus kegiatan penelitian.



E. Rencana Tindakan

Siklus 1

Rencana :

- a. Mempersiapkan metode *drill* yang akan digunakan pada siklus pertama, serta instrumen untuk pengamatan proses pembelajaran.
- b. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama.

Tindakan :

- a. Menjelaskan bentuk pembelajaran yang akan dilakukan pada siklus pertama, yaitu berlari menggunakan simpai memperbaiki awalan guna dan gerakan tehnik gaya lompat jauh yang dipelajari.
- b. Siswa dibariskan, dan dibagi menjadi lima kelompok dan masing-masing kelompok berdiri di tempat awalan.
- c. Menginstruksikan siswa untuk melakukan jenis pembelajaran pada tatap muka hari tersebut.
- d. Siswa melakukan metode (*drill*) dengan tahapan gerakan melangkah, menolak, kemudian melakukan gerakan menggantung.
- e. Masing-masing siswa melakukan gerakan secara simultan dengan pengulangan gerakan 5-10 kali.

Observasi :

Setelah tindakan dilakukan pengamatan, mengoreksi dan mengevaluasi dari hasil siklus pertama.

Melihat kemajuan dan kekurangan tindakan yang diberikan ada siklus ini.

Refleksi :

- a. Hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan
- b. Merumuskan tindakan untuk siklus kedua

Siklus 2

Rencana :

- a. Mempersiapkan siswa dan membariskan siswa dalam 5 bentuk barisan.
- b. Memberikan hasil evaluasi pada siklus pertama dan langkah-langkah tahapan siklus ke dua.
- c. Metode drill dibantu keset untuk memperbaiki tolakan.

Tindakan :

- a. Menjelaskan bentuk latihan pada siklus kedua, pada siklus kedua tetap menolak pada keset . .
- b. Siswa dibariskan kemudian siswa dibagi beberapa kelompok, agar setiap siswa mendapat giliran melakukan lebih banyak dan mengoptimalkan tugas geraknya.
- c. Menginstruksikan siswa untuk melakukan jenis latihan yang dijadwalkan pada tatap muka hari tersebut.
- d. Siswa melakukan gerakan lompat tinggi gaya menggantung secara simultan atau menyeluruh dengan cara bergantian dilakukan dengan pengulangan gerakan 10-15 kali.

Observasi :

Setelah tindakan dilakukan pengamatan, mengoreksi dan mengevaluasi dari hasil siklus kedua.

Refleksi :

- a. Hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan
- b. Merumuskan tindakan untuk siklus ketiga.

Siklus 3

Rencana :

- a. Mempersiapkan alat bantu tiang dengan diberi tali untuk menggantungbola dengan tinggi 30 cm dan 5 bola plastik. Serta instrumen yang diperlukan untuk mengevaluasi tindakan.
- b. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus ketiga.

Tindakan :

- a. Menjelaskan bentuk pembelajaran pada siklus ketiga yaitu berlari kemudian berusaha menyentuh kedua tangan pada bola yang ada di depannya untuk membentuk sikap diudara.
- b. Siswa dibariskan kemudian siswa bergantian melakukan tugas gerak berlari dan berusaha menyentuh bolanya.
- c. Menginstruksikan siswa melakukan jenis latihan pada hari tersebut.
- d. Siswa melakukan gerakan lompat jauh gaya hang stlye secara simultan secara bergantian dengan pengulangan gerakan 15-20 kali.

Observasi :

Setelah tindakan dilakukan lalu melakukan pengamatan, mengoreksi dan mengevaluasi dari hasil siklus ketiga.

Refleksi :Hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan.

E Instrumen

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan pada tiap siklusnya. Menurut Freir and Kuning Ham dalam Muhajir Noeng (1997:58).

Alat untuk mengukur instrument dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dikatakan valid jika tindakan itu aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi.

Alat itu berupa indikator –indikator serta alat bantu yang digunakan dalam proses penelitian berupa keset, holahop, dan tiang bamboo yang digantungi bola, serta keterampilan gerakan lompat dasar gaya menggantung.

F. Teknik Analisis Data

Setelah data dikumpulkan melalui tindakan setiap siklusnya selanjutnya data dianalisis melalui perhitungan kuantitatif menggunakan rumus sebagai berikut :

$$P \frac{F}{N} \times 100\%$$

(Subagio 1991 : 107 dalam Surisman 1997)

Keterangan : P : Presentase keberhasilan

F : Jumlah gerakan yang dilakukan dengan benar

n : Jumlah siswa yang mengikuti tes

Tabel 1. Penetapan KKM

Aspek yang dinilai	Kriteria		
Kompleksitas	Tinggi < 67	Sedang 65-79	Rendah 80-100
Daya dukung	Tinggi < 80-100	Sedang 65-79	Rendah < 67
Intake siswa	Tinggi 80-100	Sedang 65-79	< 67

Selanjutnya berdasarkan kriteria ketuntasan minimal (KKM) maka siswa yang dikatakan tuntas apabila :

1. Ketuntasan belajar telah mencapai nilai ≥ 67 atau prosentase ketercapaian 67% secara perseorangan.
2. Ketuntasan belajar klasikal dicapai bila kelas tersebut telah terdapat 85% siswa yang telah mendapat nilai ≥ 67 (pendidikan dan latihan profesi guru 79).

Dalam penelitian ini dikatakan terjadinya peningkatan hasil belajar siswa, jika jumlah siswa yang tuntas belajar pada siklus pertama lebih sedikit dari pada sesudah siklus kedua dari jumlah siswa yang tuntas belajar pada tindakan siklus dan seterusnya atau setiap pergantian siklus terjadi persentase peningkatan hasil belajar siswa.