

### **III. METEDOLOGI PENELITIAN**

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

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan (PTK) yang bertujuan untuk memperbaiki pembelajaran. Penelitian ini bercirikan sebagai berikut :

1. Menyediakan kerangka kerja yang teratur untuk memecahkan masalah dan perkembangan-perkembangan baru yang lebih baik.
2. Tujuan untuk meningkatkan pelaksanaan suatu program pembelajaran yang efektif dan efisien.
3. Dilakukan melalui putaran-putaran berspiral.

Tujuan utama dari PTK adalah untuk perbaikan dan peningkatan praktik pembelajaran secara berkesinambungan, juga untuk pengembangan kemampuan keterampilan guru dalam menghadapi permasalahan aktual pembelajaran dikelasnya dan atau di sekolahnya sendiri.

Menurut John Elliot bahwa yang dimaksud dengan penelitian tindakan kelas (PTK) adalah kajian tentang situasi sosial dengan maksud untuk meningkatkan kualitas tindakan di dalamnya (Elliot, 1991:36). Penelitian tindakan ini dilakukan melalui putaran yang setiap siklusnya terdiri dari rencana, tindakan, observasi dan refleksi.

## B. Tempat dan Pelaksanaan Penelitian

### 1. Tempat Penelitian

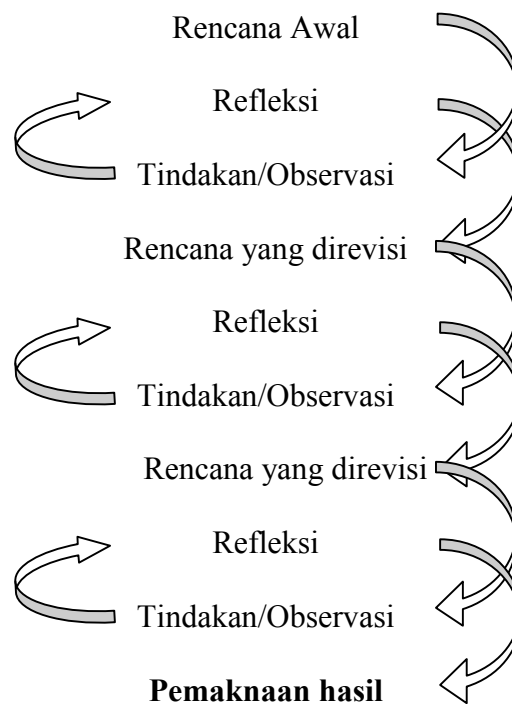
Penelitian ini bertempat di SD Negeri I Wiyono Kecamatan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran.

### 2. Waktu Pelaksanaan

Pelaksanaan penelitian ini berlangsung selama satu bulan.

## C. Desain Penelitian

Adapun gambar siklus dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan Model Kemmis dan Mc Taggarts

#### **D. Subyek Penelitian**

Adapun sebagai subyek dari penelitian ini adalah siswa kelas III SD Negeri I Wiyono Kecamatan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran berjumlah 28 orang, terdiri 17 siswa laki-laki dan 11 siswa perempuan.

#### **E. Prosedur Pelaksanaan Pembelajaran Kemampuan Dasar Pencak Silat**

1. Tujuan gerakan dasar ini untuk memaksa lawan agar tidak bisa melakukan serangan.
2. Variasi arah dan sasaran jurus dan gerak dasar ini dapat dilatih secara serius dan sistematis.
3. Sikap badan dan kuda-kuda harus siap saat akan melakukan serangan maupun pertahanan.
4. Pada saat melakukan gerakan dasar pencak silat, siswa harus dalam posisi siap untuk menghindari cedera dan salah bela yang mungkin akan terjadi saat lengah, dan perhatikan peralihan titik berat badan.
5. Cara latihannya dilakukan secara berulang-ulang agar gerakan menjadi sempurna dan tidak terjadi salah bela.

#### **1. Siklus I**

##### **a. Perencanaan (*Planning*)**

- 1) Menyiapkan alat-alat yang berkaitan dengan proses pembelajaran dan instrument yang diperlukan untuk mengobservasi penelitian.

- 2) Menyiapkan dan mengelompokkan siswa untuk mengikuti proses belajar mengajar pendidikan jasmani khususnya gerak dasar serangan tinjauan pencak silat.
- 3) Menyiapkan alat dokumentasi.
- 4) Menyiapkan/membimbing siswa untuk memperhatikan dan mengevaluasi setiap gerakan yang dilakukan pada setiap kelompoknya.

b. Tindakan (*Action*)

- 1) Siswa dikelompokkan menjadi lima kelompok belajar dan pada saat pelaksanaan untuk melakukan gerakan dan dilakukan secara berpasangan pada setiap kelompok.
- 2) Menunjukkan dan menjelaskan pentingnya proses tangan, sasaran tinjauan dan gerakan badan dalam gerakan serangan tinjauan pada pencak silat.
- 3) Setelah melihat dan dijelaskan oleh guru, maka siswa pada setiap kelompok melakukan gerakan secara berpasangan yaitu dengan posisi satu siswa di kanan dan satu siswa di kiri atau berdampingan namun tetap ada jarak antara keduanya, kemudian siswa melakukan gerakan serangan tinjauan mengarah ke ulu hati dan muka sebanyak 30 kali.
- 4) Memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan kesalahan gerakan yang dilakukan, kemudian memperbaiki gerakan yang salah dengan berpedoman pada petunjuk pelaksanaan gerakan dasar serangan tinjauan pencak silat.

c. Observasi

- 1) Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi maka berilah waktu pengulangan kemudian dinilai atau dievaluasi.
- 2) Jumlah testor 3 orang, pada saat penilaian antara testor satu dan lainnya agar berjauhan, sehingga akan mendapatkan nilai yang objektif.

d. Refleksi

- 1) Hasil observasi kemudian disimpulkan, bahwa pelaksanaan tindakan siklus pertama dengan menggunakan model pembelajaran kelompok sangat berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan dasar pencak silat, namun masih terdapat kekurangan.
- 2) Merencanakan tindakan untuk siklus kedua,

## 2. Siklus II

a. Rencana

- 1) Menyiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran dengan materi gerak dasar serangan tinjauan pencak silat.
- 2) Menyiapkan instrument berupa indikator-indikator keterampilan gerak dasar serangan tinjauan pencak silat dari awal hingga akhir.
- 3) Menyiapkan dan mengelompokkan siswa.

b. Tindakan:

- 1) Memberikan kepada setiap kelompok siswa, jika ada teman yang ada pada kelompoknya agar memperbaiki kesalahan gerakan yang ada pada siswa pada masing-masing kelompok

- 2) Melakukan gerakan dasar serangan tinjauan dengan gerakan yang benar.
- 3) Setiap siswa berdiri saling berhadapan dan diberikan kesempatan untuk melakukan gerakan tinjauan sebanyak 20 kali ke arah ulu hati dan 20 kali ke arah muka namun tetap siswa yang menjadi sasarannya berada dalam jarak yang aman setelah itu siswa bergantian peran, yang mana siswa melakukan gerakan tinjauan berganti menjadi sasaran tinjauan.
- 4) Diberikan gerakan pengulangan secara lambat dan cepat.

c. Observasi

- 1) Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi maka berilah waktu pengulangan kemudian dinilai atau dievaluasi.
- 2) Jumlah testor 3 orang, pada saat penilaian antara testor satu dan lainnya agar berjauhan, sehingga akan mendapatkan nilai yang objektif.

d. Refleksi

- 1) Hasil observasi kemudian disimpulkan, bahwa pelaksanaan tindakan siklus kedua dengan menggunakan model pembelajaran kelompok sangat berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar pencak silat, namun bila masih terdapat kekurangan maka akan direncanakan untuk siklus berikutnya.
- 2) Merencanakan tindakan untuk siklus ketiga.

### 3. Siklus III

#### a. Rencana

- 1) Menyiapkan metode dan alat yang berkaitan dengan proses pembelajaran dan instrumnt yang diperlukan untuk melakukan observasi tindakan.
- 2) Menyiapkan siswa untuk mengikuti proses belajar mengajar kemampuan gerak dasar serangan tinjauan pada olahraga pencak silat.

#### b. Tindakan:

- 1) Setiap siswa diberikan kesempatan untuk melakukan gerakan tinjauan sebanyak 10 kali kearah ulu hati dan 10 kali kearah muka.
- 2) Setiap kelompok mendemonstrasikan gerakannya secara kompak dan sekecil mungkin melakukan kesalahan dengan formasi kelompok dua siswa yang sudah mampu berdiri di depan dan dua lainnya di belakang, ini dimaksudkan agar siswa yang kurang menguasai gerakan dapat mencontoh siswa yang ada didepannya yang lebih mahir.
- 3) Di berikan pengulangan gerak secara perorangan dalam kelompok.

#### c. Observasi

- 1) Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi maka berilah waktu pengulangan kemudian dinilai atau dievaluasi.
- 2) Jumlah testor 3 orang, pada saat penilaian antara testor satu dan lainnya agar berjauhan, sehingga akan mendapatkan nilai yang objektif.

d. Refleksi

- 1) Hasil observasi kemudian disimpulkan, bahwa pelaksanaan tindakan siklus ketiga dengan menggunakan model pembelajaran kelompok sangat berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar pencak silat, namun bila masih terdapat kekurangan maka akan direncanakan untuk siklus berikutnya.
- 2) Merencanakan tindakan untuk siklus berikutnya.

#### **F. Instrument Penelitian**

Instrument adalah alat yang digunakan untuk mengukur Penelitian Tindakan Kelas di setiap siklusnya. Menurut Frier dan Cruningham dalam Muhajir {1997:58) bahwa alat untuk mengukur (instrumen) dalam PTK dikatakan valid bila tindakan itu memang aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang di hadapi.

Siswa yang dikatakan tuntas apabila :

1. Ketuntasan belajar telah mencapai nilai 65 atau presentase ketercapaian 65 % secara perorangan.
2. Kenaikan secara klasikal dicapai bila kelas tersebut terdapat 85 % siswa yang telah mendapat nilai > 65.

Adapun instrumen atau alat ukur untuk mengumpulkan sejumlah data dari masing-masing siswa dalam melakukan kemampuan dasar pencak silat dapat dilihat pada tabel berikut.



**Tabel 1. Alat Ukur (Instrumen) Kemampuan Dasar Serangan Tinjuan dalam Pencak Silat**

**Nama** : .....

**Nomor Induk** : .....

No	Aspek	Indikator	Skor		
			1	2	3
1	Aspek Persiapan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Berdiri dengan kaki diregangkan</li> <li>Posisi kaki kanan didepan</li> <li>Pandangan lurus kedepan dengan posisi badan menghadap kedepan</li> <li>Kedua Tangan berada dipinggang dengan tangan mengepal menghadap keatas</li> <li>Berat badan pada kaki yg berada dititik tumpu tengah</li> </ul>			
2	Aspek Pelaksanaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Berat badan dipindahkan</li> <li>Gunakan tangan kanan untuk melakukan serangan tinjuan dengan meluruskan lengan kanan ke depan</li> <li>Ketika melakukan pukulan telapak tangan menjadi menghadap kebawah</li> <li>Sasaran tinjuan adalah ulu hati</li> </ul>			
3	Gerakan lanjutan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kembali ke sikap semula</li> </ul>			

Keterangan:

1. Gerak salah (descriptor tidak tampak)
2. Gerak sedang (sebagian descriptor tampak)
3. Gerak benar dan baik (semua descriptor tampak)

Penilaian :

1. Nilai skor maksimal dalam penilaian ini adalah 100
2. Mencari nilai skor maksimal = jumlah total indikator di bagi jumlah skor maksimal dikalikan 100, seperti rumus berikut:

$$\text{Penilaian proses} = \frac{30}{30} \times 100$$

### **G. Analisis Data**

Setelah data terkumpul melalui tes dan pengukuran, selanjutnya data dianalisis melalui tabulasi, prosentase dan normative. Untuk melihat hasil tindakan dapat dilihat dari tiga sisi, yaitu (1) rerata mutlak, (2) rerata kelas, dan (3) ketuntasan belajar.

Rumus yang digunakan sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Prosentase keberhasilan

F = jumlah frekuensi yang dilakukan

N = jumlah siswa yang mengikuti tes